UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ

CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS, LETRAS E ARTESDEPARTAMENTO DE PSICOLOGIAPROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

ADRIELLE TENORIO DUARTE PELLOSO

Subjetividade e saúde dos empreendedores em Psicologia: análise da atividade dePsicólogos Clínicos recém-formados em mídias sociais à luz da Psicossociologia do Trabalho

Maringá

2024

ADRIELLE TENORIO DUARTE PELLOSO

Subjetividade e saúde dos empreendedores em Psicologia: análise da atividade de Psicólogos Clínicos recém-formados em mídias sociais à luz da Psicossociologia do Trabalho

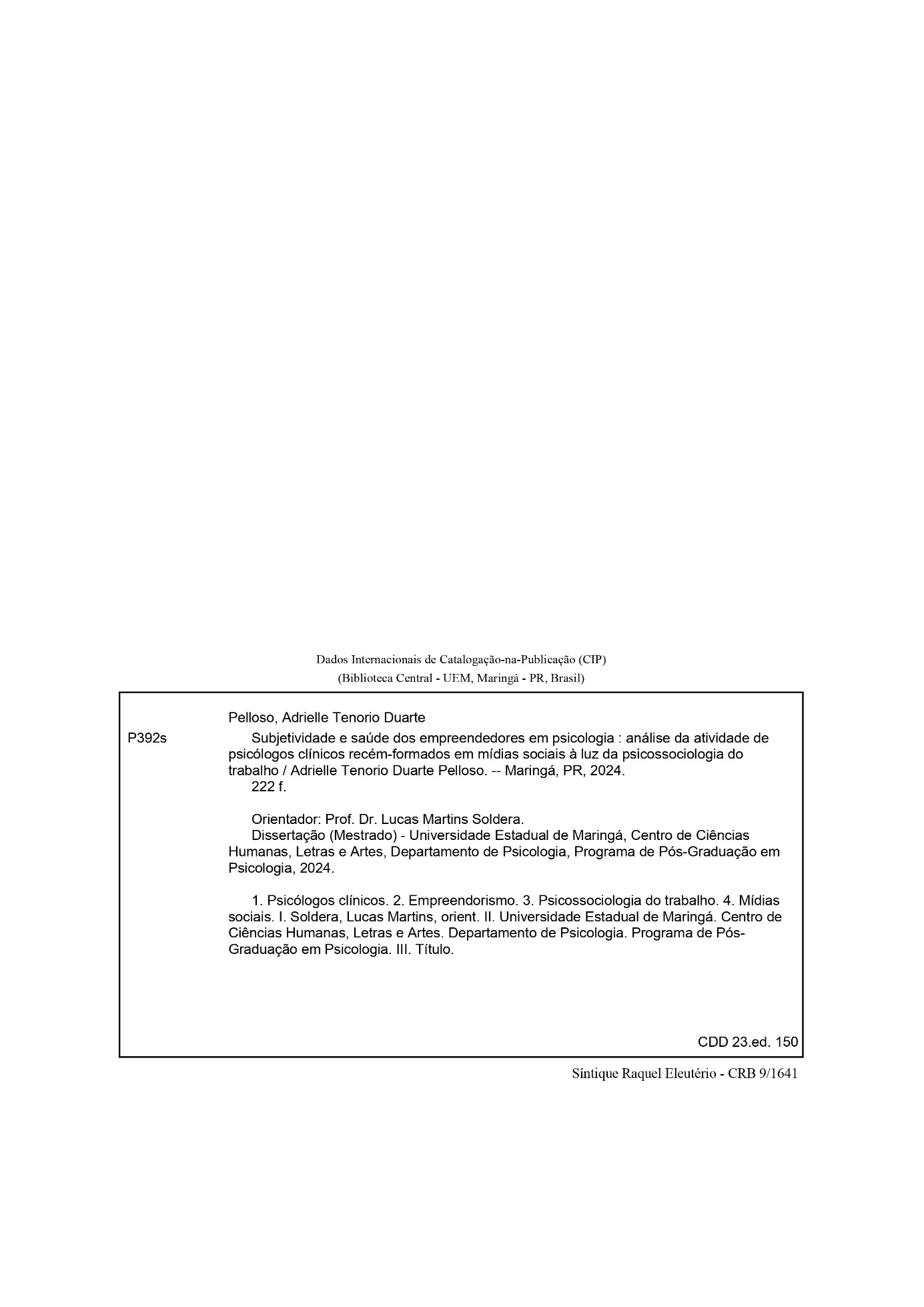
Texto apresentado ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes da Universidade Estadual de Maringá, como requisito para obtenção do título de Mestre em Psicologia.

Área de concentração: Subjetividade e Práticas Sociais na Contemporaneidade

Orientador: Prof. Dr. Lucas Martins Soldera

Maringá

2024



# 

# DEDICATÓRIA

Este trabalho é dedicado a Deus, que sempre esteve comigo ao longo de toda a minha vida, não me deixando desistir e inspirando-me sempre a sonhar.

Ao meu esposo, Murilo Fuentes Pelloso, grande incentivador dessa conquista, que compreendeu cada ausência, sonhou comigo e ajudou-me a continuar.

Aos meus pais, Maria Regilânia Tenorio Duarte e Luiz Ramos Duarte, que formaram o meu caráter e me ensinaram a lutar pelos meus objetivos.

À minha irmã, Adriana Tenorio Duarte, e sua família, por me apoiar, dar carinho e proteção.

A todososprofessoresque passaram pela minha história, grandes responsáveis pela minha formação desde a infância.

A todos ospsicólogos que buscam diariamente ser propulsores de saúde mental, apesar das adversidades e percalços, sempre acreditando na potencialidade humana. Em especial,àqueles que participaram deste trabalho.

# AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por ter me concedido força e perseverança para vencer obstáculos, mesmo quando estes se tornaram praticamente impossíveis, assim como por me dar forças para sempre seguir em frente.

Ao meu esposo, meu companheiro de vida, lutas e realizações. Seu amor torna a vida mais fácil e bela de ser vivida. Agradeço por cada momento ao seu lado, construindo juntos nossa jornada.

À Universidade Estadual de Maringá (UEM) e ao Programa de Pós-graduação em Psicologia (PPI) pela oportunidade de ingressar no Curso de Mestrado e por todo o suporte que me foi dado ao longo do curso.

Ao orientador, Professor Dr. Lucas Martins Soldera, por toda a orientação e supervisão, além da paciência e dedicação que teve ao longo do período de convívio para ajudar na minha formação acadêmica, pessoal e profissional.

Aos colegas e amigos do Centro de Estudos Subjetividade, Saúde e Trabalho (CESST).

Ao Programa Universidade para Todos (PROUNI) pela concessão da bolsa de estudo durante a graduação, o que me possibilitou chegar à Pós-Graduação.

Ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) pela concessão da bolsa de estudo no Mestrado.

Aos meus amigos externos à Universidade, por todo apoio, confiança e paciência ao longo deste importante período da minha vida.

Às minhas Psicólogas, Joslaine, Regiane e Bruna, que me auxiliaram cada uma em um processo da minha história de vida. Em especial,àPsicóloga Bruna Karoline Grein de Souza, que me apoiou durante os dias sombrios da minha depressão; seu trabalho foi um farol que me guiou através das tempestades.

E a todos aqueles que, de alguma forma, contribuíram para a conclusão deste trabalho.

# *No fundo, todos temos necessidade de dizer quem somos e que é que estamos fazendo e a necessidade de deixar algo feito, porque esta vida não é eterna e deixar coisas feitas pode ser uma forma de eternidade. Somos sobretudo a memória que temos de nós mesmos.*

# *José Saramago (1997)*

DUARTE-PELLOSO, A.T. (2024) *Subjetividade e saúde dos empreendedores em psicologia: análise da atividade de psicólogos clínicos recém formados em mídias sociais à luz da psicossociologia do trabalho.* 2024. 223f. Dissertação. Mestrado em Psicologia. Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Estadual de Maringá, Maringá.

# RESUMO

# As mídias sociais têm estado presentes na vida humanaem diversas esferas ao longo dos últimos anos. Atualmente, há um crescente número de profissionais que utilizam essas plataformas como meio de divulgação do trabalho que realizam, visando atrair possíveis clientes.Entre esses profissionais, estão os psicólogos clínicos que atuam na área. O objetivo deste trabalho foi compreender como a proposta de empreendedorismo reverbera na subjetividade e na saúde mental dos profissionais que se dedicam a essas atividades na área da Psicologia Clínica, especialmente os psicólogos clínicos queutilizam as mídias sociais como meio de divulgação e trabalho. Este estudofoiembasado na teoria da Psicossociologia do Trabalho. A população do estudo foi composta por dez profissionais formados em Psicologia, com registros ativos no CRP (Conselho Regional de Psicologia), que atuam na área clínica e produzem conteúdo nas mídias sociais. Adotou-se uma abordagem qualitativa em um estudo de caso para o desenvolvimento do trabalho. A coleta de dados ocorreu por meio de entrevistas semiestruturadas, realizadas de forma remota, com caráter voluntário e horário previamente estabelecido para a sua realização. Após as entrevistas, estas foram transcritas e analisadas. Para a análise dos dados, utilizou-se a categorização por núcleos de sentido, abrangendo os temas de empreendedorismo, mídias sociais e saúde e subjetividade. A presente pesquisa analisa de que forma os empreendedores na área de Psicologia Clínica estão lidando com o tema e elaborando angústias, o que influencia diretamente no exercício profissional. Além disso, pode revelar um novo leque de possibilidades para a atuação desses profissionais, aspecto este tão recente em nossas vidas.

**Palavras-chave:** Empreendedorismo; PsicólogosClínicos; Psicossociologia do Trabalho;Mídias Sociais.

# DUARTE-PELLOSO, A.T. (2024) *Subjectivity and health of entrepreneurs in psychology: analysis of the activity of recently graduated clinical psychologists in social media and work psychosociology*. 2024. 223f. Dissertation. Master's in Psychology. Postgraduate Program in Psychology, State University of Maringá, Maringá.

# ABSTRACT

# Social media has become an integral part of human life across various spheres in recent years. Currently, an increasing number of professionals employ these platforms to promote their work with the aim of attracting potential clients. Among these professionals are clinical psychologists working in the field. This study aimed to comprehend how the proposal of entrepreneurship resonates in the subjectivity and mental health of professionals engaged in activities within the field of Clinical Psychology, particularly clinical psychologists using social media for promotion and work. Grounded in the theory of Psychosociology of Work, the study involved ten professionals with psychology degrees, actively registered with the CRP (Regional Psychology Council), practicing in the clinical area, and producing content on social media. A qualitative approach within a case study framework was adopted for this research. Data collection occurred through remote, voluntary, and pre-scheduled semi-structured interviews. Following the interviews, transcripts were analyzed using categorization by meaning cores, covering the themes of entrepreneurship, social media, health, and subjectivity. The research explores how entrepreneurs in Clinical Psychology are addressing the topic and articulating concerns, directly influencing their professional practice. Moreover, it may reveal a new array of possibilities for the work of these professionals, an aspect that is relatively recent in our lives.

# Keywords: Entrepreneurship; Clinical Psychologists; Work Psychosociology; Social Media.

# LISTA DE QUADRO

# Quadro 1- Identificação das participantes da pesquisa……………………………………81

# LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ARIP - Associação para Pesquisa e Intervenção em Psicossociologia

CAAE - Certificado de Apresentação de Apreciação Ética

CEP - Comitê de Ética em Pesquisa

CFP – Conselho Federal de Psicologia

CIRFIP - Centro Internacional de Pesquisa, Formação e Intervenção em Psicossociologia

CNAE - Classificação Nacional de Atividades Econômicas

CNPJ - Cadastro Nacional da Pessoa Jurídica

CNS – Conselho Nacional de Saúde

CONEP - Comissão Nacional de Ética em Pesquisa

CLT - Consolidação de Leis de Trabalho

COVID – Coronavírus

CNS - Conselho Nacional de Saúde

CPF – Cadastro de Pessoa Física

CRAS – Centro de Referência de Assistência Social

CRP – Conselho Regional de Psicologia

ECA – Estatuto da Criança e do Adolescente

EDF -Electricité de France

ENEM – Exame Nacional do Ensino Médio

EPI - Equipalmento de Proteção Individuais

E-PSI - Cadastros de Psicólogos Online

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

INSS- Instituto Nacional de Seguro Social

MEI – Micro Empreendedor Individual

OMS - Organização Mundial da Saúde

PNAD CONTINUA - PesquisaNacionalporAmostradeDomicíliosContínua

PR – Paraná

PROUNI – Programa Universidade para Todos

SARS-CoV-2 -Coronavírus

SATEPSI - Sistema de Avaliação de Instrumentos Psicológicos

SEBRAE - Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresa

SISU – Sistema de Seleção Unificada

SUS – Sistema Único de Saúde

TICS - Tecnologia da Informação e da Comunicação

TCLE - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UEM - Universidade Estadual de Maringá

UFGD – Universidade Federal da Grande Dourado

UNOESTE – Universidade do Oeste Paulista

UPA - Unidade de Psicologia Aplicada

USP - Universidade de São Paulo

UTFPR - Universidade Tecnológica Federal do Paraná

# SUMÁRIO

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **MINHA TRAJETÓRIA...................................................................................** Infância: descobrindo o mundo...................................................................Adolescência e o início de um sonho...........................................................O início da vida adulta e a entrada na Universidade.....................................A vida adulta, lutos, mudanças, casamento e uma nova jornada..................A entrada no mestrado.................................................................................O caminho presente.....................................................................................INTRODUÇÃO.................................................................................................Trabalho, Psicossociologia Do Trabalho E Psicologia.........................O que é o trabalho? E o que é atividade?............................................................. A Psicologia no Brasil........................................................................................  História da Psicossociologia do Trabalho...........................................................  Bases Epistemológicas da Psicossociologia do Trabalho................................... Empreendedorismo, Mídias Sociais E Psicologia.............................O mundo do trabalho, o que é empreendedorismo?...........................................As mídias sociais, narcisismo, fetiche e consumo?............................................O trabalho do psicólogo e legislações................................................................O trabalho em mídias sociais e a plataformização do trabalho...........................METODOLOGIA............................................................................................As entrevistas...........................................................................................Procedimento de campo..........................................................................Procedimento de análise dos dados........................................................Participantes da pesquisa.......................................................................Análise de Implicação e devolutiva aos participantes...........................RESULTADOS E DISCUSSÕES...................................................................Empreendedorismo Na Área Da Psicologia Clínica........................... Empreendedorismo em questão: uma avaliação reflexiva e difusão do conceito.......................................................................................  Os sentidos do empreendedorismo...................................................  Como o empreendedorismo é vivido no cotidiano..........................  Aspectos positivos e negativos do empreendedorismo na Psicologia........................................................................................  Futuro e perspectiva........................................................................  Impressões Gerais............................................................................ Mídias Sociais E Plataformização........................................................ Divulgação Profissional...................................................................  Mídias utilizadas..............................................................................  Influências das Mídia Sociais...........................................................  Plataformas Digitais........................................................................  Conectividade, indistinção entre ambiente pessoal e profissional....  Benefícios e malefícios das mídias sociais.......................................  Impressões Gerais............................................................................ Saúde E Subjetividade Do Trabalhador.............................................. Esgotamento, sobrecarga, estresse e adoecimento no trabalho.........  Motivos do adoecimento e afastamento...........................................  Rede de Apoio.................................................................................  O que gostam no trabalho.................................................................  Realizações e reconhecimento profissionais....................................  Impressões Gerais............................................................................   |  |  | | --- | --- | | **CONSIDERAÇÕES FINAIS......................................................................**  **REFERÊNCIAS...........................................................................................**  **ANEXO A.....................................................................................................**  **ANEXO B......................................................................................................** |  | | **14**  14  16  18  20  21  25  **30**  **33**  33  37  41  42  **45**  45  53  60  64  **75**  **76**  **76**  **79**  **79**  **85**  **90**  **91**  92  101  106  109  116  123  **126**  129  134  141  148  155  161  169  **172**  173  180  185  190  193  199  **201**  **205**  **217**  **220** |

# MINHA TRAJETÓRIA

# Desde pequena, sempre gostei muito de escrever. Há inúmeros diários espalhados pela minha casa, nos quais posso relembrar minha história, meus pensamentos, vivências e aspirações. Por tal motivo,sinto-me extremamente honrada por poder compartilhar minha história com vocês hoje, não através de um diário,mas sim por meio da minha dissertação. Assim, deixo registrado os meus vinte e sete anos vividos, nos quais cresci, fui criada, desenvolvi-me e tornei-me a pessoa e, posteriormente, a profissional de Psicologia quesou hoje.

# Não poderiacomeçar a contar essa história senão pelos meus pais.Sou filha de Luiz Ramos Duarte e Maria Regilânia Tenorio Duarte, que, por sua vez, são respectivamente filhos de Rosalvo Souza Duarte e Aparecida Ramos Duarte; Raimundo Clemente Tenorio e Maria do Socorro Silva Tenorio. Sou filha de uma nordestina que viajou em paus de arara com menos de cinco anos de idade, junto aos seus pais e irmãos, em busca de uma vida melhor. Sou neta de nordestinosque saíram da Bahia, Pernambuco e Cearácom o sonho de uma vida melhor no Sudeste do país. Certamente, não foi um caminho fácil para nenhum deles. Cada um enfrentou suas dificuldades e particularidades. Chegaram para serem empregados em sítios, moraram em colônias, plantavam e colhiam, desenvolvendo-se, criando famílias e moldando o presente como ele é hoje.

# *Infância: descobrindo o mundo*

# Sou a filha caçula dos meus pais; eles tiveram duas filhas, eu e minha irmã, Adriana Tenorio Duarte. Temos sete anos de diferença e crescemos no sítio, tendo a natureza como a nossa casa. Foi uma infância repleta de aventuras, com idas ao rio, pescarias, andanças a cavalo, brincadeiras de balanço no pé de goiaba (onde eu jurava ver além do telhado da casa).Os primos vinham apenas nos feriados, e os sítios com crianças eram muito distantes. Por isso, eu também brincava de observar as nuvens, construir fazendas e dedicar-me à leitura (nunca vou esquecer que aos oito anos já lia os livros de história da minha irmã, além de pedir para que ela e minha mãe me passassem tarefas).

# Durante a minha infância, meu pai era agricultor na pequena propriedade do meu avô paterno.Ele cuidava do sítio, dos animais, e muitas vezes comíamoso que plantávamos.Brinquei muito com as bonecas de espiga de milho que ele cultivava. Quando era necessário complementar a renda, ele fazia alguns bicos como pedreiro, ajudante e qualquer outro trabalho que surgisse. Lembro-me claramente das vezes em que vi minha familia vendendo galinha, porco e até mesmo alguns grãos de café da pequena plantação. Outro trabalho frequente era colher acerola em propriedades vizinhas.Lembro quando saíamos de madrugada no carrinho puxado por uma égua, eu envolvida em uma cobertinha e com mamadeira, para os acompanhar. Ficava lá no carrinho dormindo, bebia minha mamadeira e mais tardebrincava com eles, pegava uma acerola aqui, outra ali, e assim julgava que estava ajudando e me divertindo. Quando era possível, fazia amizades com outras crianças em situações semelhantes à minha, que acompanhavam seus pais em busca do sustento. Conforme fui crescendo, pude encher a minha própria caixa de acerola, um marco para uma criança, toda orgulhosa por seguir os passos dos pais e da irmã.

# Minha mãe o ajudava ededicava-se principalmente a cuidar da casa e das filhas. Era e é uma mulher muito diligente. Um exemplo disso é a circunstância do meu nascimento:no dia 11 de dezembro de 1996,às 18h08, dia em que ela trabalhou pesado no sítio até as 16h, sob forte calor do interior. Ambos tinham apenas o ensino fundamental quando eu nasci.Recordo-me doinício dos anos 2000, quando os doispegavamônibus do sítio para a cidade parafazer supletivo e concluir o ensino médio.Inclusive,cheguei a ir a algumas aulas com eles.

# Em 2003, iniciei os estudos no Pré na Escola Municipal Professor Jair Luiz da Silva.Contudo, já sabia escrever meu nome (sim, fui muito insistente com a minha mãe e irmã para que me ensinassem a escrever). Ir para a escola foi uma emoção muito grande;já me intitulava uma criança crescida por poder frequentar a escola. Os livros legais não ficariam apenas nas mãos da minha irmã. Lembro claramente desse dia, fui com os meus pais de ônibus que ia do sítio até a escola,cerca de 20 quilômetros de ida e 20 quilômetros de volta. Fui recepcionada pela professora Adriana, que era muito bonita, alta e sorridente.Ela explicou como funcionava a escola, disse que, ao fazer a chamada, deveríamos falar presente – e que isso não significava que receberíamos um prêmio,mas sim que estávamos lá. Ela perguntou se tínhamos alguma dúvida, e eu perguntei como os porquinhos nasciam, curiosasobre o mundo desde pequena.Certamente, esse espírito questionador e observador me trouxe àpesquisa acadêmica.

# Foi um período muito rico, repleto de aprendizados e novas vivências. Lembro-me com carinho de cada professora e do que acrescentaram à minha história.A professora Marines me ensinou a pintar, e foi com ela que ganhei meu primeiro prêmio de escrita.Era uma história sobre um pássaro que ficou sem casa devido às usinas da cidade – inclusive saiu no jornal. Com a professora Luciana, aprendi a ser criativa e espontânea. Foi ela quem me incentivou a escrever mais. Lembro-me de um poema que ela elogiou repetidas vezes, fazendo-me acreditar que era realmente bom.O poema falava sobre o girassol que buscava o sol. A professora Cristina me fez amar a literatura infantojuvenil. Foram muitos livros da Série Vaga-lume lidos, sendo o primeiro – um marco para uma criança, já que era um livro maior – “O Escaravelho do Diabo”.

# Durante os anos de 2003 a 2007, frequentei a Escola Jair.Pegava o ônibus diariamente para ir à escola,meu momento favorito.As grandes quantidades de quilômetros não me incomodavam; eu adorava estar com as pessoas, aprender novas coisas, ajudar as professoras e, claro, brincar muito. Em junho de 2007, minha família e eu saímos do sítio e nos mudamos para a cidade.A dinâmica mudou, e eu senti saudades do espaço amplo e do ar puro.Dada o tamanho da minha cidade natal, para muitos, eu ainda continuava no sítio. Junqueirópolis é uma cidade do interior do estado de São Paulo, faz parte da Alta Paulista, conta com vinte mil habitantes e seu fomento é das usinas de açúcar e álcool que estão presentes no município desde os anos de 1980. Depois que nos mudamos, minha mãe começou a trabalhar em um mercado em uma cidade vizinha, e eu a via apenas à noite e nos fins de semana. Meu pai começou a trabalhar de tratorista, e anos depois, passou em um concurso da prefeitura para o mesmo cargo. Foi uma época em que eu ficava muito tempo em casa, assistia televisão, cuidava dos meus avós e fazia algumas atividades domésticas, além de ler muitos livros emprestados da biblioteca da escola.

# Em 2008, mudei para a Escola Estadual Profº Idene Rodrigues dos Santos, conhecida por ter vários adolescentes, onde você rompia com a infância e passava a ser gente grande – no entendimento de uma criança. Lá fiz meu ensino fundamental, médio, além de estagiar. Não foi um ano muito fácil; perdi a maioria dos meus amigos, era uma escola enorme onde eu não conhecia as pessoas, e meu avô paterno faleceu. Lembro que, por várias vezes, eu me sentideslocada sem amigos, e meu refúgio para enfrentar isso era ir para a biblioteca da escola antes das aulas e no recreio. Lá, li vários livros,caminhava entre eles até escolher aquele que parecia querer conversar comigo, fazia minhas tarefas, conversava com a bibliotecária e observava pessoas que pareciam compartilhar do mesmo problema que o meu. Felizmente, fui me aproximando dos meus colegas de classe, criando laços, conhecendo mais profundamente o ambiente e aproveitando mais tudo isso.Devo dizer que a pré-adolescência é um limbo. Hoje vejo que todos enfrentavam algum problema semelhante ao meu. No entanto, não reclamo do que aconteceu, foi o modo de construir quem eu sou hoje.

# *Adolescência e o início de um sonho*

# No ano de 2009, as coisas já estavam mais estáveis e adaptadas.Minha mãe tinha parado de trabalhar fora, eu tinha amigos, lia vários livros e ia bem na escola – menos em matemática – sendo minhas matérias favoritas português e história. Nesse período, conheci o acesso à*internet* e, mesmo assim, mantive meus diários.O primeiro era onde eu conversava com meus amigos depois da aula, e o segundo era onde eu depositava qualquer angústia ou felicidade que me ocorresse. É engraçado reler diários quando você tem vinte e sete anos; os problemas parecem tão banais, mas, claro, a sensação descrita é como se fosse o fim do mundo.Realmente, não conhecemos muito do mundo aos treze anos. Apesar de momentos tão vergonhosos, há registros que valem a pena serem relembrados e analisados. No dia 23 de novembro de 2010, com meus treze anos, escrevi:“Estava procurando universidade pública de Psicologia aqui no Brasil (…) Puts,estou na sétima série, mas já estou com pensamento do que eu vou fazer, olha que eu ainda nem estou no tempo de me preocupar(…) Eu ainda vou te contar daqui alguns anos que consegui entrar em uma universidade federal, estadual ou outra que esteja no meu caminho.”

# Foi assim que a Psicologia começou a ser um plano na minha vida. Como uma menina de treze anos poderia tomar uma decisão assim? E, principalmente, que referência eu tinha desse profissional na minha história de vida? Até os quinze anos, eu nunca tinha ficado na frente de um; só sabia o que o psicólogo fazia quando assistia televisão, em específico os programas que passavam a noite mostrando psicólogos indo nas penitenciárias conversar e traçar o perfil dos assassinos – sendo contrária às estatísticas, meu primeiro imaginário da área não foi da clínica com um divã.

# Os anos foram se passando.Em alguns momentos, pensei em outros cursos como Letras (inclusive cheguei a ser aprovada em Letras na UTFPR), Direito e até Medicina, mas nenhum deles me apetecia como a Psicologia. Além disso, os amigos tiveram um importante papel na manutenção dessa ideia, ao dizerem que eu era boa comunicadora e, principalmente, boa ouvinte – desse estereótipo eu não consegui fugir. Aos quinze anos,fui diagnosticada com depressão, fiz tratamento psicológico com a Joslaine, Psicóloga do SUS (Sistema Único de Saúde) da minha cidade natal,e isso foi me dando lastro para a posterior tomada de decisão.Vivenciei de perto o quanto o processo terapêutico pode ressignificar muitas coisas e ser uma luz no final do túnel.

# Durante a minha adolescência, iniciei minha jornada no mundo do trabalho como uma forma de conquistar coisas que meus pais não podiam fornecer, dadas nossas condições financeiras. Aos treze anos, comecei a trabalhar em uma pizzaria no período noturno aos finais de semana, desempenhando diversas funções, como lavar louça, picar os alimentos, e conforme fui ficando mais velha e com mais tempo de casa, passei para atendente e depois caixa. Além disso, durante as férias, ampliei minha experiência trabalhando em lojas de roupas, sendominhas responsabilidadesfazer entrega, organização e limpeza da loja. Durante o segundo e terceiro anos do ensino médio, fiz estágio de vinte horas semanais na sala de informática da minha escola. Essa oportunidade me permitiu deixar os outros trabalhos e focar exclusivamente nos meus estudos, o que foi uma grande conquista. Eu sentia orgulho de todo meu esforço, e as pessoas ao meu redor também. O trabalho sempre foi muito recompensado pela minha família.A valorização do trabalho duro, o significado do trabalho como identidade, autoestima baseada no desempenho e conquistas e, claro, o imaginário popular de que “é o trabalho que dignifica o homem” e “cabeça vazia é oficina do diabo”. Esses pensamentos moldaram muito a minha visão de mundo.

# Aconteceram outras coisas muito significativas na minha história durante a adolescência. No primeiro ano do ensino médio, tive a oportunidade de representar meu município em um concurso de escrita.Meu texto destacava as belezas locais, descrevendo o amanhecer da cidade ao som de músicas sertanejas transmitidas pela rádio. Essa experiência fortaleceu ainda mais minha paixão pela escrita, pela expressão artística e por eternizar momentos.Ao longo dessa fase, com o apoio e estímulo de professores notáveis, como a Kátia, minha professora de literatura, que me orientou em duas iniciações científicas no ensino médio. A Sônia, professora de matemática, que não me fez amar a materia, mas eu amava o empenho e carinho que ela tinha com a turma; nunca esquecerei de quando chorei por tirar três na prova e ela me consolou. A Florentina,minha querida professora de história, que me ensinou a ver o mundoe me incentivou a cursar faculdade e a correr pelos meus sonhos. Elas não apenas me incentivaram a estudar, ou a ter uma visão crítica do mundo, me instigaram também a crescer, me desenvolver e buscar a vida que eu gostaria de viver.

# Além disso, fiz grandes amizades que duram até hoje. Eles foram,inclusive,padrinhos e madrinhas no meu casamento. Tudo isso enriqueceu muito a minha jornada, afinal, a felicidade e a jornada que seguimos na nossa vida só valem a pena se dividida com quem amamos. No final do ensino médio, conheci meu esposo, que se tornou uma figura fundamental em minha vida. Sua influência e apoio foram cruciais para meu engajamento nos estudos e para a tomada de decisões importantes na história da minha vida.

# *O início da vida adulta e a entrada na Universidade*

# Mas nem tudo são flores, dada a condição financeira da minha família, não pude iniciar uma graduação assim que me formei no ensino médio em 2014.Também não pude fazer cursinho para realizar o sonho que eu havia descrito aos treze anos. Por isso, comecei a estudar com materiais online e a trabalhar formalmente como vendedora de móveis (meu primeiro registro em carteira assinada) em uma loja da minha cidade.Eu havia passado na UFGD (Universidade Federal da Grande Dourados), mas não pude ir por causa das mesmas questões financeiras citadas. Fiquei o ano todo como vendedora, mantendo a decisão de fazer o ENEM (Exame Nacional do Ensino Médio) para utilizar a notacomo porta de entrada em alguma universidade.

# No dia da primeira prova do Enem, trabalhei até as onze horas da manhã e fui diretopara a escola onde faria a prova em outra cidade. Meses depois, o resultado saiu, e assim tentei o SISU (Sistema de Seleção Unificada) e o PROUNI (Programa Universidade para Todos). Em ambas as seleções, tentei para Psicologia, mas minhas notas não foram suficientes para uma universidade federal, e, sinceramente, eu nem conseguiria me manter financeiramente.

# Para minha surpresa, passei na UNOESTE (Universidade do Oeste Paulista) com bolsa integral para o curso que tanto desejei. Mas acreditem se quiserem, eu quase não fui. Para mim, só seria uma boa psicóloga e realizaria meu sonho sefosse para universidade pública, mas a realidade me convocava a ver que não era tão fácil como eu imaginava. Conversei com meus pais e meu namorado sobre a decisão de não assumir a vaga. Eles não entenderam, porém aceitaram. Quem me motivou a ir assinar o documento de posse da vaga foram minhas colegas de trabalho, mulheresvinte anos mais velhas do que eu, que me pegaram no colo e me mostraram que era uma oportunidade única. Eu não sabia se ela iria ocorrer novamente, além de demonstrar os benefícios de estar em uma cidade próxima (Presidente Prudente) para poder ir e voltar até me organizar para me mudar posteriormente, e principalemente, realizaria o sonho de ser psicóloga.

# E assim foi. Levei os documentos com meus pais, irmã e namorado para verificação e matrícula, e após o Carnaval de 2016, eu estava na aula de Desenvolvimento Humano. O primeiro mês foi muito cansativo, pois cumpri aviso prévio na empresa, pegava o ónibus às dezessete horas, tinha aula às dezenove horas e chegava em casa após ameia-noite. Após esse período, pude vivenciar o primeiro ano com mais calma, aprendendo a estudar e fazendo muitas amizades, inclusive que levo para minha vida até hoje. No final desse mesmo ano, me mudei para Presidente Prudente a fim de trabalhar. Fiquei seis meses como auxiliar administrativo em tempo integral. Ao final do término do contrato, iniciei os estágios na área de psicologia efetivamente, em específico, a área de Psicologia Organizacional e do Trabalho. Foi desse modo que meu caminho se cruzou com a área que hoje pesquiso.

# Fiquei dois anos na área organizacional, passando de estagiária a funcionária. Foi um período de muitos aprendizados, vivências e amizades, mastambém houve o adoecimento. Eu não soube estabelecer limites, saía do trabalho direto para a universidade, não me alimentava nem dormia bem, além das funções como dona de casa por morar sozinha.

# Em julho de 2019, saí da empresa e me dediquei a projetos da graduação. Trabalhei com crianças, grupo de estudos, monitoria, pesquisa, aprendi muito com esssas experiências e me preparei para o último ano de curso. No entanto, a vida adora brincar de ser imprevisível, e com isso,aconteceu uma pandemia global. Fiquei longe das minhas amigas, me isolei por quatro meses na casa dos meus pais, perdi algumas horas de estágio na área clínica e realizei o estágio de instituição de modo remoto. Foram momentos muito ansiógenos, de inseguranças e frustrações. Não realizei a colação de grau, a qual sonhei desde antes da entrada na universidade, e me vi sem saber o que fazer da vida.

# *A vida adulta, lutos, mudanças, casamento e uma nova jornada*

# A Psicóloga Regiane foi essencial nesse momento da minha vida, ajudando-me a delimitar meus próximos objetivos e avaliar o que eu desejava para minha vida. Foram meses de reflexões até a tomada de decisão. Aosair da universidade, você se vê em um beco, enfrentando a ansiedade de ser recém-formado e as diversas opções de caminhos que podem ser tomados: vou estudar mais? Vou atender? Minha decisão foi estudar mais,escolha pertinente aos meus objetivos de vida. Primeiro, realizar o sonho da Adrielle, que aos treze anos dizia querer estudar em uma universidade pública. Segundo, a mudança para Maringá, devido ao meu casamento que ocorreu em 2021.

# Desde que noivamos em 2018, estava muito claro que nos casaríamos após eu me formar. Contudo, quem esperava que no meio disso teríamos uma pandemia? Por isso, remarcamos a data do nosso casamento religioso para 03/09/2022, e nos casamos no civil com nossos pais e irmãos no dia 17/07/2021. Inclusive, tenho fotos de todos de máscara na frente do cartório. Brinco que direi aos nossos filhos: “A gente se amava tanto que decidiu se casar duas vezes, inclusive sendo uma delas na pandemia.”

# Assim, nesse meio de decisões pessoais, também tomei decisões profissionais. Decidi que tentaria o mestrado em Psicologia na UEM – foi o único processo no qual me inscrevi.Meu esposo teve participação nessa aspiração acadêmica, pois é mestre e doutor em Agronomia pela UEM e leciona na mesma universidade como professor temporário. Ele sempre me motivou e apoiou essa decisão. No entanto, decidir fazer um mestrado é o primeiro passo do processo, sendo necessário pensar em um projeto de pesquisa. Comecei a analisar meu contexto social, minhas vivências, conversas, e o que despertou meu interesse foi a ida dos profissionais de Psicologia para as mídias sociais.

# Com esse foco, comecei a escrever o projeto. Contudo, como a vida é uma caixinha de surpresas, meu avô materno faleceu no dia 24/03/2021, na semana em que eu deveria submeter o projeto ao sistema. Foi um verdadeiro caos, e não sei como consegui terminar. Lembro que meu avô foi enterrado em uma quinta-feira, e na sexta-feira eu havia deixado de ficar com minha familia enlutada para concluir o projeto a tempo de enviar. Até hoje não sei como consegui isso. Por fim,fui aprovada para a entrevista. Estudei vários materiais com o objetivo de passar menos vergonha, mas não lembro o que falei nem como me portei. Só sei que nunca havia ficado tão nervosa, e saí da sala do *GoogleMeet* com a certeza de que não havia sido aprovada.

# Nessa mesma época, tive outros dois momentos difíceis. O primeiro foi o falecimento do avô do Murilo no final de abril, e no começo de maio, perdi um primo para o suicídio. Todos esses lutos não foram bem trabalhados por mim na época, e só consigo ver isso agora. É dificil colocar em palavras, mas tudo o que pensamos sobre a vida é questionado em condições assim, principalmente quando se trata de tirar a própria vida. Momentos assim nos fazem questionar: qual o sentido da vida? Penso que a morte, quando nos olha nos olhos, nos diz exatamente isso: “Para o que e como você está vivendo a sua vida?”

# Decidi viver a minha vida sem o medo de experimentar o que desejava. Assim, casei, mudei de cidade e entrei no mestrado. Essas novas experiências,especialmente o casamento, foram uma mistura de desafio com alegrias, o ajuste da rotina, os hábitos compartilhados, a busca pela harmonia e a adequação aos compromissos da casa e da vida. O melhor deestar casada é ter alguém para falar sobre qualquer coisa e em qualquer horário, saberque tem um portoseguro independente da situação. E quando, finalmente, celebramos o casamento religioso, foi como selar esse compromisso de uma maneira ainda mais especial diante de Deus e das pessoas que amamos. Entre os altos e baixos do cotidiano, percebi que a rotina de casada é uma construção constante, cheia de aprendizados e, acima de tudo, repleta de amor compartilhado.

# *A entrada no mestrado*

# Ingressar no mestrado representou uma nova etapa desafiadora e enriquecedora em minha jornada. O processo seletivo foi mais do que uma formalidade; foi a materialização de anos de estudo e dedicação. Participar desse processo significou mais do que enviar documentos; foi uma celebração da minha jornada acadêmica.A aprovação evocou toda a minha história, trazendo muita alegria com o misto de incertezas: “será que vou dar conta?” e “será que vou gostar?”. No entanto, a certeza de realizar o sonho da Adrielle adolescente falava mais alto: estudar Psicologia em uma universidade pública.

# Providenciei todos os documentos para a matrícula. Entre a inscrição e o início das aulas, me casei, mudei para Maringá e fui recebida em uma nova realidade. Foi uma jornada de novos aprendizados e amadurecimento, tanto como pessoa quanto como profissional.Deslumbrei-me com a beleza e tamanho da UEM. De Maringá, então, nem se fala. Saí de uma cidade de vinte mil habitantes para uma com mais de quatrocentos mil.Ainda me perco na cidade, mas já está melhor do que quando me mudei.

# A transição da graduação para o mestrado foi muito significativa, principalmente pela independência, maior possibilidade de argumentar e conversar de modo mais igualitário, sem aquelas amarras que normalmente nos damos na graduação, por imaginar que nãosabemos tanto, afinal, é apenas um aluno sem formação. Já no mestrado, não.Você está rodeado de colegas de profissão. Claro que alguns detêm mais informações, no entanto, passam com maestria como uma troca e não apenas depósito de informação.

# As aulas foram *online*, devido ao período crítico de pandemia que ainda vivíamos.Esse momento limitou um pouco a criação de vínculos com os pares. A impressão que eu tenhoé que é mais fácil manter as relações online do que criar vículos do zero. No entanto, fomos resistência. Tomei café com algumas amigas que fiz no mestrado, outras me ajudaram, e também conversamos sobre o processo do mestrado, escrita e profissão. Nossa profissão já é atribuída à ideia de ser solitária. Precisamos romper isso e nãotorná-la real. Fiz matérias obrigatórias e as optativas,além de participar de muitas discussões que nunca havia tido, ampliando meu repertório. Tive contato com diferentes pessoas, autores, ideias que romperam com muita coisa que eu acreditava,ensinando-me a ter uma nova visão de mundo e, como consequência, muito aprendizado. Cada semestre, cada disciplina, foi um tijolo adicional na minha formação. Me recordo com carinho das matérias: Saúde do Trabalhador, Subjetividade e Pós-Modernidade, e Psicologia Sartriana.

# As construções no mestrado não foram apenas acadêmicas; foram alicerces que sustentaram a evolução do meu pensamento. Cada argumento elaborado, cada análise crítica, representa uma peça que compõe a estrutura do trabalho de pesquisa. A construção não se limita apenas ao texto, como também à edificação do meu próprio entendimento, uma construção interna que se reflete na produção acadêmica. A entrada no mestrado coincidiu com mudanças significativas em minha vida, como a transição para uma nova cidade e as responsabilidades do casamento. Essa fase demandou equilíbrio e adaptabilidade, e também proporcionou um ambiente enriquecedor para a pesquisa. A vida acadêmica e pessoal entrelaçaram-se, influenciando mutuamente meu crescimento e aprendizado.

# Ao decorrer do mestrado, também iniciei um trabalho com crianças diagnosticadas com autismo e outros transtornos do neurodesenvolvimento para obter uma renda, pois consegui a bolsa de mestrado apenas em março de 2023. Foi um trabalho que me rendeu bons aprendizados. Eu me apaixonava a cada dia pelas crianças que eu atendia. Fiquei de janeiro a dezembro de 2022 na área, e confesso que chorei no meu último dia. Foi assim que constatei o quanto amo crianças. No mesmo ano, também comecei a prestar serviços de psicoterapia breve para uma empresa do ramo de automotivo, visando ser um momento de escuta aos colaboradores. Essa experiência proporcionou maior familiaridade com um setting terapêutico. Atendi várias demandas, pude verificar que, dos muitos temas, alguns se repetiam: a busca por um alto desempenho e a ansiedade no mundo pós-moderno. Esse fato corrobora com o entendimento de sociedade descrita ao decorrer desse trabalho, que hipervaloriza o autodesempenho e responsabiliza exclusivamente o sujeito, proporcionando assim queixas individuais de ansiedade e depresssão, enquanto na verdade se trata de um fenomêno social.

# Em 2022,iniciei um novo processo de psicoterapiacom a Psicóloga Bruna.Ela possibilitou que eu conhecesse uma nova Adrielle, me aproximasse ainda mais de uma vida com valor e que valha a pena ser vivida. Essa nova vivência, bem como a experiência das entrevistas com os participantes, me despertaram o desejo de iniciar na área clínica. E ao decorrer do mestrado pude iniciar os atendimentos, á medida que trabalho na clínicaa, trago comigo uma sensação aprimorada de empatia e compaixão, não apenas em relação aos meus pacientes, mas também em relação a mim mesma. Estou mais consciente dos problemas sociais e das amarras que estão além da minha esfera de influência, reconhecendo como esses fatores impactam tanto minha prática quanto a vida dos indivíduos que atendo. Para além disso, estou comprometida em ajudar meus pacientes a não se culpabilizarem excessivamente por questões relacionadas ao trabalho, reconhecendo que muitos desses desafios são sistêmicos e estão enraizados em estruturas sociais mais amplas. Essa consciência me permite oferecer um espaço terapêutico mais acolhedor e empático, enquanto trabalhamos juntos para explorar e enfrentar essas questões de maneira construtiva.

# Meu estágio de docênciafoi uma excelente experiência. Trouxe uma ideia de como é ser professora, e comunicar ideias me apetece muito. Além da beleza de poder ajudar o outro a construir a sua própria história, claro que houve muita ansiedade e insegurança.Porém,demonstrar o pouco que conheço a outras pessoas, gerar novas discussões, somar ideias e chegar a novas, tornou todo o trabalho ainda mais valoroso. Agradeço imensamente à turma B da matéria Psicologia, Organizações e Trabalho. Foi um prazer conversar sobre Recrutamento e Seleção, Treinamento e Desenvolvimento, contando um pouco da minha experiência na área e articulando os temas com a teoria. Agradeço também ao professor Lucas Martins Solderapor me ceder espaço para ministrar essas aulas. Obrigada por confiar em mim. A experiência da sala de aula é, com certeza, algo que teve muito sentido e desejo viver novamente. Como estaria a Adrielle de treze anos vendo tudo isso? Eu imagino que estaria morrendo de orgulho e impactada por tudo que construiu, com seus esforços, apoio de pares e políticas públicas.

# Todo esse percurso me possibilitou ampliar a minha visão de mundo e, posteriormente, do meu projeto. Na primeira vez que o escrevi, pautei muito no empreendedorismo como ferramenta para que os sujeitos pudessem ter melhores resultados no papel desempenhado como autônomos. No entanto, a partir da leitura de novos textos e o conhecimento de novas realidades, pude ver o quanto essa ótica corroborava com a intenção de mercado, responsabilizando cada vez mais o sujeito por seu desempenho, ignorando todo o contexto social e político que o permeia. Levando em consideração esse novo conhecimento, reconstruí meu projeto de pesquisa, buscando entender como esse sujeito lida com o empreendedorismo, com as mídias sociais e, em especial, como sua saúde e subjetividade reagem a esses temas, dialogando com o ambiente social e político em que fazem parte.

# As entrevistas coletadas para esse trabalho me conectaram com a profissão de psicólogos intimamente, levando a cair naquele clichê: “quem cuida de quem cuida?”. Por vezes, eu ouvia isso na graduação e não dava tanto crédito. Contudo,as conversas com os dez profissionais que se disponibilizaram a participar desse estudome demonstraram o quanto a área pode sim ser promotora de saúde para a população e como se adoece para fazer isso. Seja por terem altas cargas de trabalho, baixa remuneração, comparação, solidão e outros fatores discutidos nos resultados. Fiquei feliz por ter escolhido trabalhar com psicólogas, pois percebi que, por vezes, nos mobilizamos a outros temas, deixando de lado a saúde do profissional de Psicologia, e, por outras vezes, eles próprios se deixam de lado. Falo isso por experiência própria.Por vezes, eu, enquanto psicóloga, passei do meu limite, não descansei como deveria, não cuidei de mim e nem tive tempo para conversar com pares sobre o que eu estava passando. O quanto estamos calando nosso sofrimento? Espero que possamos olhar para isso e nos questionar do modo que estamos nos colocando na área.

# Desse modo, a partir do meu caminho percorrido, enquanto aluna, profissional e pessoa, me dedico a escrever o presente trabalho a partir de referências da Psicologia do Trabalho, da minha vivência e apreensão de mundo.

# *O caminho presente.*

# Nesse percurso de implicação,recordando-me da minha banca de qualificação, quando fui questionada peloprofessor Dr.Marcos Shiozaki: “O que a Adrielle busca?”. Visto que, em toda a minha história escrita acima, eu direcionava da seguinte forma: o passarinho que buscava um lar, o girassol que buscava o sol e até mesmo a história da Adrielle que saiu do interior para realizar o que almejava. O que tudo isso significava? O que a Adrielle tanto buscava? O que estou buscando? E como o projeto do mestrado interfere em tudo isso?A provocação do Professor Marcos foi um catalisador emocional, um convite profundo a refletir sobre minha própria jornada e propósito. Sua abordagem me fez confrontar não apenas as conquistas,como também os valores que permearam meu percurso. Ao me desafiar a descrever o porquê das minhas escolhas, ele abriu uma porta para uma imersão, uma implicação ainda mais arraigada. Foi como se ele soubesse que, por trás de cada passo que dei, havia uma motivação visceral, um anseio por significado. Essa provocação não era apenas acadêmica; era uma chamada para me conectar emocionalmente com minha própria narrativa.

# A emoção emergiu da redescoberta do propósito, da validação de que cada esforço, desde os primeiros dias na pizzaria até as decisões acadêmicas mais recentes, contribuiu para a construção de quem sou. Foi um momento de reconhecimento, não apenas pela trajetória profissional, também pelos aprendizados, desafios e relações que moldaram minha identidade. A provocação do Professor Marcos não apenas ressoou intelectualmente, ele tocou o âmago da minha busca por autenticidade. Fiquei emocionada porque, naquele instante, as palavras não eram apenas descrições, eram uma expressão do que realmente importava para mim. Era como se a pergunta dele acendesse uma chama interior, iluminando a verdadeira essência por trás das minhas escolhas e sonhos. Sem sombras de dúvidas, eu desejava e buscava ser genuinamente eu mesma. Sempre tive a sensação de que algo me faltava, o que me levou a buscar preenchimento de diversas maneiras. Seja através do excesso de perfeccionismo, da constante ruminação, da baixa autoestima, da crítica constante e da sensação de despersonalização – ou seja, da fuga da minha essência. Mas qual seria essa essência? Acredito que seja daquela menina sonhadora e a valorização por quem já sou.

# Como falar de quem eu já sou, sem falar da minha experiência de qualificação? Ela foi o palco onde coloquei em jogo não apenas teorias, mas a minha própria capacidade de expressar e fundamentar conhecimento. Preparar o material foi mais do que uma tarefa; foi uma imersão profunda nas minhas próprias ideias, uma narrativa que refletiu o que aprendi, e me tornei. Escrever tornou-se uma jornada introspectiva, cada palavra no papel era um espelho refletindo não apenas o que sabia, mas o que descobri sobre mim mesma. Foi uma experiência de autoconhecimento, uma caminhada onde as palavras se tornaram pontes entre o que fui, sou e almejo ser.O dia da apresentação em si foi muito acolhedora, todos os participantes da banca (Professores Doutores: Lucas Martins Soldera, Marcos Paulo Shiozaki e Matheus Viana Braz) me deixaram à vontade e pontuaram as correções de modo muito humano e empático. Me sinto sortuda por ter tido essa experiência, que se diferencia da ideia popular de que a banca te massacra e até mesmo te humilha.Na verdade, senti que a banca me valorizava mais do que eu mesma. Louco, não?

# Sempre duvidei muito da minha capacidade, acredito que seja até por isso que eu me colocava em tantos projetos, buscando ser perfeita em tudo que eu fizesse, com a ideia de que eu não poderia decepcionar ou discordar de ninguém. Eu mesma me dizia: “O que vão pensar de mim?”.Imaginem o que o impacto de viver assim causou em mim. No entanto, vale pensar que toda essa construção descrita é muito valorizada na nossa sociedade: “Trabalhe enquanto eles dormem”, não é essa a máxima vendida? Além da intolerância ao erro, a ideia constante de sucesso com bens, maior status social, desempenho e a valorização do ser benevolente. Desse modo, me apeguei a isso a todo momento, como se pudesse aplacar a minha sensação de descrença e incapacidade, buscando a aceitação dos outros (que por vezes não vinha e quando vinha não me satisfazia), mesmo que passando por cima de quem eu verdadeiramente era. E quem eu sou? Uma menina do interior, que morou na roça, de origem simples e descendência nordestina. Preciso valorizar isso para ser quem eu quero ser e não massacrando as minhas origens, dando a entender que só se é mais legal quem tem origem europeia, tem carro importado e fala seisidiomas.Hoje eu entendo que cada um tem sua própria história e deve valorizar isso. No entanto, tive que pagar um preço para aprender.

# Abro agora o meu coração para falar de um assunto que ocorreu após a minha qualificação e que atrasou minha defesa. Me deixou em dias cinzas, em que eu ficava tão sem esperanças que perguntava a relevância real de se viver. Só queria parar de sentir dor e diminuir meus pensamentos que culpavam cada decisão e palavra que eu dizia. Cheguei a ter duas crises de pânico, em que a sensação de impotência é real, é uma dor que você não consegue descrever, um choro preso na garganta, como se uma arma cortasse seu coração, fora as crises de choro incontroláveis.Ao relatar issoa vocês, meu coração fica apertado, no entanto também acalentado, por saber que isso passou e espero não voltar mais para lá.

# Foi assim que, no final de abril de 2023, fui diagnosticada com depressão. Vale ressaltar que os sintomas estavam à minha espreita há muito tempo, e eu achava que era apenas estresse.Sabe como é, né? Terminei de organizar um casamento, trabalhei bastante, transcrevi as entrevistas e estava escrevendo uma qualificação. “É só uma fase” (era o que eu acreditava), “depois que eu qualificar você vai ver, vai passar” (mas não passou). Minha psicóloga me alertava sessão a sessão sobre isso, mas eu não acreditava, achava que ela estava exagerando e eu não estava tão ruim assim. Por um mês, ela disse para eu ir ao psiquiatra, e eu ignorava. Até que não pude mais lidar com isso, não conseguia levantar da cama para fazer minhas atividades, não queria conversar com meu esposo, com minha família e nem com amigos, tudo exigia demais de mim.

# A louça ficou na pia, a compra na mesa e as roupas usadas no cesto.E eu? Permanecia sem forças na cama, e claro, me julgando por estar assim. “Isso é só preguiça”. Hoje, vendo tudo isso, fico estarrecida com o quanto reproduzi preconceitos da sociedade acerca de um diagnóstico de saúde mental, mesmo sendo da área.Por fim, marquei a consulta com o psiquiatra (a que eu quase não fui por pura negação), e assim, contra a minha vontade, me vi na frente de um médico fazendo exames do meu estado mental. Foram feitas perguntas sobre rotina, sintomas e assim minha ficha foi caindo, eu não estava tão bem como eu achava e gostaria, e sim, precisaria de um medicamento para me ajudar a superar tudo o que eu estava vivenciando.

# Desse modo, no dia de Tiradentes, eu comecei a fazer uso de medicação psiquiátrica.Os primeiros dias foram de sintomas horríveis, pupila dilatada e tontura, mas mantive-me firme afim de melhorar. Assim, fui fazendo tudo o que estava ao meu alcance: atividade fisica, higiene do sono, detox de mídias sociais, atividades de lazer, psicoterapia com menor espaçamento. Foi a primeira vez que utilizei medicamentos psiquiátricos.É engraçado como eles melhoram uma coisa (me dando mais energia), mas foi deixando a minha atenção, memória e concentração reduzidos. Isso foi um combo do terror para uma perfeccionista em remissão.Como não daria conta do que estava proposto? Como assim não consigo sentar e corrigir minha qualificação?

# Assim, fui ficando ansiosa por ter que sair daquele papel descrito acima: “A que nunca frustra ninguém”, “a que faz tudo, a qualquer custo”. Mas olha que engraçado, quem exigiu que eu fosse assim? Se não a minha própria interpretação de mundo somada às expectativas sociais, e pensando bem, por que eu teria que segui-las? Foi assim, que no meio de uma tarde na biblioteca da UEM, eu tive um *insigh*t: “Vou trancar meu mestrado”. Não senti culpa, na verdade, tive alívio... No mesmo dia avisei meu orientador: “Eu não vou cumprir o prazo, trancarei o mestrado... estou com depressão". Ele foi completamente empático e humano, me acolheu, marcou uma reunião para conversarmos e nela me tranquilizou.

# A decisão de trancar o mestrado carregou consigo o peso da autenticidade e a celebração do meu tempo individual.O caminho acadêmico, que tantas vezes é desenhado por expectativas externas e pressões sociais, tornou-se uma narrativa que precisava ser reescrita com tintas mais pessoais. A decisão de trancar o mestrado foi, para mim, um ato de coragem, um reconhecimento de que o tempo é uma entidade singular, não suscetível às imposições do calendário acadêmico.Ao longo desse processo, enfrentei não apenas a complexidade da decisão em si, como também as cobranças silenciosas. A sociedade muitas vezes nos incute a ideia de que o sucesso acadêmico é o único caminho válido, e qualquer desvio desse curso preestabelecido é interpretado como um sinal de fracasso. No entanto, minha jornada me ensinou a questionar essas narrativas predefinidas e a reconhecer que a verdadeira maestria reside em compreender e respeitar o ritmo individual de aprendizado.

# Decidir trancar o mestrado não foi uma renúncia ao conhecimento, mas sim uma afirmação de que o meu tempo, como um rio fluido, tem seu próprio curso. Foi uma escolha consciente de honrar e cuidar da minha saúde mental, mesmo que isso significasse nadar contra a corrente das expectativas alheias. O verdadeiro crescimento ocorre quando nos permitimos fluir com o ritmo autêntico do nosso próprio tempo.

# Fiquei mais de cinco meses sem escrever uma palavra sequer, sem ler livros ou artigos.Sempre que eu pensava em voltar a escrever minha dissertação, me vinha à mente escrever especificamente esse tópico, acredito que para celebrar a reconstrução do meu eu. Li livros fora da psicologia – algo que eu não fazia há muito tempo – fiz artesanato, cuidei do meu jardimde rosas e orquídeas, visitei meus pais e fiz várias outras coisas “banais”, afim de me fazer voltar a ver cor na vida, e aos poucos, dia após dia, tentativa após tentativa, fui melhorando. Engraçado como na vida de gente grande, nós nos colocamos apenas em coisas sérias, metódicas e com objetivos específicos. Nesse período,aprendi a celebrar o ócio sendo ele criativo ou não, ficar no final de tarde vendo o sol se pôr, sentir a brisa ao caminhar e cuidar das minhas plantas.

# A retomada da minha escrita é como um capítulo novo, um reencontro com meu antigo e novo eu, a caneta (melhor dizendo, o teclado)que por um momento descansou agora dança sobre o papel, traçando linhas que conectam passado e futuro. Está sendo como se reconectar com um velho amigo, aquele que você não vê há muito tempo, mas que o carinho continua igual e por vezes até maior. Onde ouvimos atentos as aventuras, as dores e alegrias que ele passou nos últimos tempos. As palavras, que por um instante se aquietaram, agora fluem novamente, trazendo consigo o peso das experiências vividas e a leveza das novas perspectivas. O processo, ainda que desafiador, é também revigorante, reacendendo a paixão pela expressão.Mas alguns obstáculos se apresentaram, como a dificuldade em se concentrar e a fuga de ideias. Porém, estou buscando não me julgar e aprendendo a aproveitar mais o processo, afinal, não é sempre que você escreve uma dissertação.

# Assim, para dar início à finalização da minha “breve” história, retorno a textos ‘escritos vinte anos atrás, que foram ressignificados nesse ano. Tanto o passarinho quanto o girassol são símbolos da resiliência, da capacidade de se reinventar diante das circunstâncias. Na trajetória acadêmica, assim como na natureza, encontrei a inspiração para superar desafios, renovar as asas da curiosidade e direcionar meu rosto para a luz. A história do passarinho e a do girassol são metáforas que ecoam na minha própria narrativa,lembrando-me de que a perseverança e a busca pelo conhecimento são forças que transcendem as adversidades, assim como as asas que permitem ao pássaro alçar voo e as pétalas que orientam o girassol em direção ao sol.

# Encerrar este capítulo da minha jornada acadêmica não é apenas fechar um livro, e sim entender que a pesquisa, assim como a vida, é uma narrativa em constante evolução, em que o protagonista é também o narrador. No final, a verdadeira pesquisa vai além das páginas dos artigos e dissertações; ela se desdobra na vida que vivemos, nas histórias que contamos e nas marcas que deixamos no tecido do tempo. É a arte de biografizar que transforma a pesquisa em uma narrativa viva, em que cada descoberta é também uma autodescoberta, e cada pergunta é uma busca incessante pelo significado. Inclusive, finalizo meu mestrado com a mudança de Estado, devido à aprovação do meu marido em um concurso efetivo para docente em Mato Grosso do Sul. Tenho a certeza de que será uma experiência enriquecedora, assim como foi minha mudança para o Paraná.

# INTRODUÇÃO

# O presente trabalho buscou trazer compreensões, análises e diálogos sobre um tema atual e presente na sociedade: a utilização das mídias sociais para a divulgação de serviços, produtos e captação de clientes. Segundo os autores Rocha e Trevisan (2020), entende-se como mídias sociaisambientes digitais nos quais há diversos conteúdos e propostas, desde suporte tecnológico à transmissão de vídeos e músicas. Desse modo, as mídias sociais mediam as relações dos sujeitos; no entanto, não pressupõem a criação de mídias sociais entre os usuários, pois isso necessitaria de relações, afinidades e objetivos comuns (com mediação de tecnologias ou não).O empreendedorismo é utilizado na presente sociedade para referir-se a grandes e pequenos empresários, ou seja, desde grandes capitalistas até pequenos burgueses e o proletariado[[1]](#footnote-2), seja por meio da detenção de bens, meios de produção ou criação de valor para a sociedade. Isso ocasiona o empreendedorismo de si próprio[[2]](#footnote-3), em que o trabalho gera valor para si, não para a sociedade.

# Essas temáticastrazem a possibilidade de serem interpretadas através de vários prismas; por isso, se faz necessária a delimitação do entendimento desse aspecto recente no mundo, utilizando a ótica do trabalho. Por tal motivo, o grupo estudado foi o depsicólogos clínicos recém-formados que utilizam as mídias sociaiscomo ferramenta de divulgação do trabalho, bem como captação de clientes/pacientes.

# Para verificar a relevância do tema para a Psicologia e Psicossociologia do Trabalho, foi feita uma busca nos indexadores da área: Scielo (Scientific Electronic Library Online) ePubmed (National Library of Medicine), além da plataforma de buscas Google Acadêmico. Os termos combinados na busca foram: Psicologia, Psicossociologia do Trabalho, Empreendedorismo, Mídias Sociais e Psicólogos Clínicos. Foram considerados artigos em português e inglês, nos últimos vinte anos. Nos indexadores Scielo e Pubmed não houve resultados, já no Google Acadêmico, aproximadamente 651 resultados; entretanto, as pesquisas não correlacionavam os cinco termos em uma mesma pesquisa. Vale ressaltar que tais palavras-chaves são abrangentes e se relacionam com diferentes temas em suas áreas correlacionadas.

# Diante da ausência de pesquisas, entende-se a relevância e atualidade do tema.Por isso, torna-se de suma importância o estudo das mídias socias e empreendendorismo no público de psicólogos clínicos recém-formados. Desse modo, esta pesquisa acadêmica debruça-se sobre questões que cercam esse meio, como a saúde e a subjetividade desses trabalhadores, frente às suas realidades de trabalho e a experiênciação do mundo do trabalho, envolto de disputas, carências de direitos trabalhistas e cultura do alto desempenho. Somados à experiência profissional e inseguranças, seja a necessidade de subsistência através do trabalho ou o reconhecimento dos pacientes e pares do trabalho realizado.

A partir disso,delimitam-se os objetivos do trabalho.O objetivo geral da presente pesquisa foi **compreender como o discurso de empreendedorismo reverbera na subjetividade e saúde mental dos profissionais que se dedicam a essas atividades na área da Psicologia Clínica**.A partir dessas reflexões, podemos traçar os objetivos específicos que foram: compreender os sentidos atribuídos pelos psicólogos às suas atividades, notadamente no que diz respeito aos impactos de seu trabalho em sua saúde e subjetividade; analisar os impactos da plataformização do trabalho na atividade e saúde de psicólogos que se utilizam de mídias sociais para divulgação de seus trabalhos; entender como é apreendido, desenvolvido e concebido o conceito de empreendedorismo pelos profissionais de psicologia na área clínica e quais os efeitos disso para esses trabalhadores.

# Para obter materiais para a análise e entendimento dos temas caros à pesquisa, citados brevemente nos parágrafos acima, se fez necessária uma delimitação teórica e metodológica. O referencial teórico empregado para a construção do trabalho e análises foi a Psicossociologia do Trabalho.A abordagem escolhida para obtenção dos dados foi a abordagem qualitativa, que tem como foco a observação, reflexão e compreensão dos fenômenos estudados, bem como a intersecção entreo sujeito pesquisado e o pesquisador. Com esse intuito, foram realizadas entrevistas semiestruturadas, objetivando uma relação de trocas entre as partes.

# Partindo desse construto, a amostra da pesquisa foi composta de dez participantes, o método utilizado para chegar aos participante foi a técnica bola de neve. As entrevistas foram transcritas e analisadas de acordo com os núcleos de sentido de Bardin (2011), resultando em três grandes núcleos: Empreendedorismo, Mídias Sociais e Plataformização, e Saúde e Subjetividade. Esses aspectos serão melhor explicados na metodologia do trabalho.

# Os resultados desse percurso se encontram ao decorrer dessa dissertação. Para uma melhor compreensão e raciocínio dos temas trazidos, ela será composta porpartes. Inicialmente, será abordada a história do trabalho,psicologia do trabalho, história da psicossociologia e bases epistemológicas. Além disso, conterá temas do mundo do trabalho, o empreendedorismo, as mídias sociais, o trabalho do psicólogos elegislações. Posteriormente, serão abordadas as entrevistas,o procedimento de campo,os procedimentos de análise dos dados,os participantes da pesquisa e a análise de implicações. Por fim, será realizada uma análise interpretativa, trazendo as análises das entrevistas interseccionadas com a literatura base.

# Essa estrutura foi pensada e agrupada por suas similaridades no assunto e discussão, resultando em três eixos de análise: Empreendedorismo na Área da Psicologia Clínica: queaborda a opinião sobre empreendedorismo e difusão do conceito, os sentidos do empreendedorismo, como as pessoas utilizam a proposta no seu dia a dia, pontos positivos e pontos negativos, além do futuro e perspectivas; Mídias Sociais e Plataformização:abordando divulgação profissional, mídias utilizadas, perfil profissional ou pessoal, influências da mídia, plataformas digitais, indistinção entre ambiente pessoal e profissional, limites da conectividade, benefícios e malefícios das mídias; e Saúde e Subjetividade do Trabalhado: trabalhando temas como esgotamento,sobrecarga e estresse;adoecimento e motivos do adoecimento; afastamento; rede de apoio; o que gosta no trabalho; além de realizações e reconhecimento profissionais.

# É fundamental ressaltar que este estudo contribui não apenas para a compreensão acadêmica, como também para a prática profissional. Ao lançar luz sobre as experiências desses psicólogos clínicos, é esperado que este trabalho inspire reflexões, diálogos e, possivelmente, mudanças nas abordagens ao empreendedorismo na área da psicologia clínica.

# Em última análise, a complexidade dessas relações entre empreendedorismo, mídias sociais e saúde mental ressalta a necessidade contínua de investigação e diálogo dentro dessa esfera em constante evolução. Que este trabalho sirva como ponto de partida para futuras explorações, incentivando a compreensão mais profunda das dinâmicas emergentes na interseção entre a Psicologia Clínica, o empreendedorismo e as mídias sociais.

# 1.TRABALHO, PSICOSSOCIOLOGIA DO TRABALHO E PSICOLOGIA

**O que é o trabalho? E o que é atividade?**

O trabalho desempenhado pelo homem é uma atividade complexa, possui diferentes sentidos,apresentacaracterísticasvariadasepeculiares;tudoissopermite a existência de diferentes compreensões do fenômeno trabalho. Nesse contexto, Blanch (2003, p. 14) escreve:

Quando falamos de trabalho, referimo-nos a uma atividade humana, individual ou coletiva, de natureza social, complexa, dinâmica, mutável e irredutível a uma simples resposta instintiva ao imperativo biológico de sobrevivência material. É diferente de qualquer outro tipo de prática animal devido à sua natureza reflexiva, consciente, proposital, estratégica, instrumental e moral (tradução livre).

Ao longo dos séculos, o trabalho passou por diversos significados nas sociedades, ora visto como uma atividade sem valor, ligado essencialmente à escravidão, em outro momentovalorizado e dignificante, pós-RevoluçãoIndustrial (Enriquez, 1999).

Autores como Adam Smith, Montesquieu, Keynes, Conde de Saint-Simon, Auguste Comte, Locke, entre outros, debruçaram-se sobre essa ideia, pois ela estava alinhada ao desejo de crescimento das nações, fortalecimento dos comércios, redução das guerras e conservação das relações entre os homens. A nova sociedadeda era industrial trazia como benefício o homem como um trabalhador livre para vender sua força de trabalho. Ao longo da evolução do capitalismo, os trabalhadores passaram a possuir direitos civis, sociais e políticos por meio de lutas, tornando o trabalho um elemento importante da sociedade (Enriquez, 1999).

Apesar de vertentes que atribuem uma “super importância” ao trabalho para que o indivíduo seja valorizado na sociedade pela atividade desempenhada (produtor de riquezas), segundo Enriquez (2014), o trabalho não é a essência do homem.Ou seja, apesar da posição importante que ocupa na vida das pessoas, ele não é o principal aspecto no drama humano, pois há outras características imprescindíveis para sua constituição como sujeito, sendo elas: linguagem, amizade, amor, lazer, ócio, dedicação ao bem público, mitos, religiões, ideologias, brincadeiras, festas, dilapidação e guerra.

Ademais, faz-se pertinente a seguinte compreensão para avançarmos em nossa construção, como propôs Silva (2018, p. 48):

É importante ressaltar que o trabalho é para o homem condição de existência social e de criação de identidade, no entanto, a condição emancipadora do trabalho tem sido prejudicada no contexto da sociedade capitalista contemporânea em que imperam as leis da racionalidade econômica e seus princípios de produtividade, flexibilidade e consumo.

Os indivíduos que vivem nesse contexto capitalista neoliberal contemporâneo[[3]](#footnote-4)estão tomados pela constante busca de crescimento e alta performancerelacionada ao trabalho. Por consequência, hoje a sociedade baseia-se no senso de urgência tanto nas relações de trabalho quanto nas relações pessoais, a fim de atingir tais ideais produtivistas, ou seja, mais deve ser realizado em menos tempo, pois esse bem não pode ser desperdiçado. Os comportamentos devem ter objetivos e fins claros para obtenção de resultados, desde a leitura de um livro, passando por uma maratona intensa no fim de semana de uma série, até as relações sociais e virtuais. Assim, os ambientes em que o sujeito se insere tornam-se de disputas e competições, deixando de lado a coletividade e cooperação, conduzindo-nos a uma individualização da organização dos sujeitos tanto socialmente quanto no próprio trabalho.

Com esse caráter de disputas, o trabalho perde sua capacidade deproporcionar aos sujeitos apoderamentos de sua história, do outro e de sua comunidade, bem como construir a identidade por meio de vivências e experiências no mundo, onde as mesmas modificam o sujeito e são modificadas por ele (Enriquez, 2014).Deste modo, podemos entender as pessoas inseridas em um contexto de alto produtivismo, atolados em demandas inesgotáveis, o que as coloca em uma posição de pressão e esgotamento, onde o modelo de organização do trabalho individualista e competitivo toma conta da situação laboral, um cenário que coloca à prova a saúde e subjetividade desses sujeitos.Para conseguirmos fazer frente a esse tipo de cenário, é imprescindível atentar-se a pontos fulcrais para um trabalho não alienado[[4]](#footnote-5), propulsor de autonomia e de desenvolvimento identitário.

Na busca pelo trabalho não alienado e construto de identidade, Enriquez (2014, p. 175) diz:

Uma sociedade na qual seja mais fácil viver e que seja mais justa, uma sociedade na qual trabalhar se torne uma atividade nobre, através da qual todos poderão realizar seus desejos e sua vontade de ser um homem (no sentido genérico da palavra) que pensa, busca, age, afirma sua identidade sempre em evolução e traz sua contribuição, sempre limitada, mas essencial, para a transformação de um mundo do qual ele se sinta parte.

Neste contexto, a compreensão das diferenças entre atividade, trabalho assalariado e emprego se faz necessária. Assim, a atividade demonstra possíveis caminhos ao sujeito em diferentes âmbitos, perpassando por funções sociais e funcionais, assim como o trabalho, porém não requer especializações específicas na área.Já o trabalho assalariado necessita dessas especializações prévias, pois exige um vasto campo de conhecimentos, de experiências, além da colaboração de colegas, permitindo ao sujeito a possibilidade de fazer seus próprios ajustes e adaptações no trabalho. Por último, tem-se o emprego, sendo constituído por normas, regras e processos próprios da empresa onde o sujeito faz parte, estando sempre dentro da organização, por vezes ligado apenas à sobrevivência social e biológica, sem a possibilidade de caminhos como na atividade e trabalho (Lhuilier, 2006).

Na perspectiva da psicossociologia do trabalho, tanto no contexto do emprego tradicional quanto no empreendedorismo, a natureza das relações psicossociais desempenha um papel crucial na compreensão da experiência laboral. No emprego convencional, o trabalho é concebido como mais do que uma simples troca de mão de obra por remuneração; é um ambiente onde o indivíduo estabelece conexões complexas não apenas com as tarefas desempenhadas, mas também com colegas, superiores e a própria estrutura organizacional.Lhuilier (2014, p.12) diz:

O sujeito é um sujeito social. Ele não pode se construir fora de uma relação com o outro. Mas, nesse caso, o social não se resume ao ambiente social do sujeito, às relações interpessoais, hierárquicas, às dinâmicas coletivas mobilizadas na coatividade. O social também está no sujeito (...) O outro, como modelo, nos leva a explorar os caminhos e as formas de identificação (a alguém, a valores, a uma ideologia) na escolha de uma profissão, na constituição da profissionalidade, na elaboração das regras e dos valores do trabalho. O outro visto como apoio remete aos recursos interpessoais, coletivos, construídos por meio da cooperação, da resistência às imposições do trabalho e da superação dos obstáculos, dos impedimentos encontrados.

Com essa compreensão, podemos entender que a transição desse modelo de trabalho para o empreendedorismo representa uma transformação significativa nesse panorama, destacando-se por um menor convívio com os pares, maior autonomia e pela gestão direta das atividades. Nesse novo paradigma, as relações psicossociais são moldadas pela independência, autoresponsabilização, constante autodesenvolvimento e pela responsabilidade direta sobre o próprio empreendimento, contrastando com a estrutura hierárquica e as relações formalizadas frequentemente presentes no emprego convencional. O autor Antunes (2018, p. 87),a ideia de empreendedorismo “se configura como formaoculta de trabalho assalariado, fazendo proliferar as distintas formas deflexibilização salarial, de horário, funcional ou organizativa”.Essa mudança fundamental nas dinâmicas sociais e profissionais ressalta a complexidade das interações humanas no mundo do trabalho, evidenciando a importância de uma abordagem psicossociológica abrangente para compreender essas experiências laborais distintas.

Anteriormente, a carteira assinada era vista como uma formalização do vínculo empregatício, não representando apenas uma garantia legal, mas também simbolizando a entrada do indivíduo em uma rede de relações sociais e psicossociais dentro da organização. A formalização do vínculo empregatício através da carteira assinada é substituída, no contexto empreendedor, pela criação de uma identidade profissional mais flexível e autônoma. O empreendedor estabelece suas próprias regras e molda seu ambiente de trabalho, afetando não apenas as atividades profissionais, mas também as relações interpessoais e a construção de significado no trabalho. Antunes (2018, p. 80), elucida:

Não há horário fixo de trabalho e as jornadas com frequência avançam pelas horas vagas em função da necessidade de se aumentar a renda. Acrescente-se ainda o fato de que, no trabalho por conta própria, além do uso da própria força de trabalho.

A autora Lhuilier (2017, p. 299) diz:

Hoje, no mundo contemporâneo, duas situações contrastadas dominam: a) a do excesso de trabalho: intensificação do trabalho, pressão temporal, competição. b) a do subemprego: “bicos”, emprego em “tempo parcial” imposto, cada vez mais trabalhadores precarizados ou até mesmo entregues a si próprios, empurrados para fora dos espaços-tempos produtivos.

Ainda pensando na lógica e diferenças entre o trabalho formal e o empreendendorismo[[5]](#footnote-6), pode-se considerarque o aspecto de remuneração transcende a simples compensação financeira e desempenha um papel central na construção da identidade e valorização do trabalhador. O salário[[6]](#footnote-7) é compreendido não apenas como uma recompensa monetária, mas como um meio de reconhecimento e valoração do trabalho realizado, moldando a percepção do indivíduo sobre seu próprio valor na sociedade e dentro da organização. No empreendedorismo, essa perspectiva se amplia, pois a remuneração está intrinsecamente vinculada ao sucesso do negócio próprio, influenciando não apenas a autoestima, mas também a percepção de sucesso pessoal do empreendedor, principalmente pelo contexto de conexões de pares diminuídas e mais solitária. Dejours e Bégue (2010, p.21) transmitem: “instalou-se a nova fórmula do cada um por si, e a solidão de todos tornou-se regra. Agora, um colega afoga-se e não se lhe estende mais a mão”. A satisfação do trabalhador com seu trabalho está intrinsecamente ligada não apenas à natureza das tarefas desempenhadas, mas também à qualidade das relações interpessoais, ao significado atribuído ao trabalho, ao senso de pertencimento e à construção da identidade profissional[[7]](#footnote-8).

Partindo desse construto, podemos conceituar "atividade" além da mera execução de tarefas técnicas e englobar uma abordagem mais ampla que considera aspectos subjetivos e sociais do trabalho. Lhuilier (2017, p. 297) entende que:

A atividade está na base da construção do sujeito e das unidades sociais Esta afirmação procura destacar a centralidade da atividade (e não necessariamente do trabalho, no sentido que lhe é dado com mais frequência, ou seja, o de trabalho produtivo remunerado), tanto nos processos de subjetivação quanto na fabricação do laço social, em suas diversas declinações (interpessoal, coletiva, organizacional, institucional).

Segundo essa perspectiva, a atividade no trabalho envolve não apenas as ações físicas ou cognitivas realizadas, mas também o significado atribuído a essas ações, as relações interpessoais estabelecidas durante o processo e as implicações para a identidade profissional do indivíduo. Lhuilier, (2017, p. 300) ainda complementa:

As atividades humanas também são, fundamentalmente e ao mesmo tempo, produção de si e do mundo. Elas sempre incluem uma parte de ação, entendida como práticas sociais de construção e de transformação de um mundo comum. Assim, a atividade tem que estar associada a um trabalho de civilização do real, pelo desenvolvimento dos recursos simbólicos e por um trabalho de humanização.

No contexto do empreendedorismo, a abordagem psicossociológica para a atividade torna-se especialmente relevante. Ao criar e gerir um negócio próprio, o empreendedor não está apenas envolvido na execução de tarefas operacionais, mas também na construção de um empreendimento que reflete seus valores, visão e identidade profissional. Isso inclui as intricadas interações entre as dimensões subjetivas,políticas e sociais, que são cruciais para entender a complexidade do empreendedorismo.

**A Psicologia no Brasil**

A profissão de psicólogo foi regulamentada no Brasil através da Lei nº 4.119, de 27 de agosto de 1962; desde então, houve evoluções na formação e atuação desse profissional. O Conselho Federal de Psicologia (CFP) é o regulamentador da prática profissional no país, instrumentalizado pela Lei nº 5.766, de 20 de dezembro de 1971, responsável por criar regras e normativas. Segundo a Resolução nº 03/2022, do CFP, há treze áreas para atuação, sendo elas: escolar/educacional, organizacional e do trabalho, trânsito, jurídica, esporte, clínica, hospitalar, psicopedagogia, psicomotricidade, social, neuropsicologia, saúde e avaliação psicológica. O último censo realizado pelo CFP (2023), disponível no site oficial, conta com 435.159 profissionais registrados em conselhos de classes dos vinte e seis estados do Brasil, além do Distrito Federal. A Psicologia apresentada sob a perspectiva de números possibilita a discussão e compreensão da profissão.

O foco da Psicologia é amenizar os problemas de seus pacientes, reduzir seus sofrimentos, ser promotora de saúde em todas as esferas nas quais está inserida (escolas, hospitais, empresas, família etc.) e, com isso, avançar em seu desenvolvimento, seu relacionamento com o próximo e consigo mesmo, seja em questões humanas, sociais e emocionais. Ou seja, baseia-se em entender o outro como um ser único, com seus próprios gostos e opiniões, levando com isso a um entendimento próprio e singular. O ponto em comum da atuação dos psicólogos, independente do contexto, é a relação estabelecida entre o ser humano e o meio no qual faz parte (Bock et al., 2009).

Sendo assim, torna-se necessária a conceitualização do trabalho clínico para o entendimento de sua atuação enquanto profissional,seguido pela apreensão de conteúdos específicos relacionados ao empreendedorismo e gestão do negócio. Para a realização do trabalho, o psicólogo utiliza recursos e materiais da abordagem escolhida por ele, para que assim possa fundamentar sua atuação. As abordagens mais conhecidas incluemPsicanálise, Psicodrama, Cognitivo-Comportamental, Comportamental, Humanismo, Existencialismo, Gestalt-Terapia, Sócio-Histórica, entre outras. Cada uma delas exigem uma postura ética baseada em estudos e constantes atualizações, cada qual com sua particularidade e manejo (Schultz, 2014).

Na sociedade contemporânea, a importância do psicólogo vem aumentando exponencialmente. No vestibular de 2021 para ingresso no ano de 2022na Universidade de São Paulo(USP), Psicologia foi o segundo curso mais concorrido na relação candidato/vaga, ficando atrás apenas do curso de Medicina, superando cursos como Odontologia, Direito e Engenharias, profissões com conhecido renome e prestígio social em nossa sociedade. No Brasil, segundo os autores Ding et al (2021), em uma pesquisa sobre depressão e ansiedade no contexto da pandemia de Covid-19, os participantes brasileiros demonstraram maiores níveis de ansiedade e depressão quando comparados a outros países. Tal informação corrobora com as estatísticas da Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgadas em 2022, indicando um aumento de 25% dessas enfermidades em todo mundo. Falando especificamente do Brasil, o país é o primeiro mais ansioso e o quinto mais depressivo. Tais dados elucidam o presente e o futuro da profissão de Psicologia, bem como a necessidade dela para a sociedade, pois esse profissional é capacitado para lidar com as queixas de ansiedade, depressão e várias outras demandas de cunho psicológico, com plano de tratamento, proporcionando aos seus pacientes qualidade de vida.

Além disso, a profissão de psicólogo exige quese tenha olhares para os aspectos sociais, pois são imprescindíveis para a constituição do sujeito, relações e contextos ao longo desua história de vida. Assim sendo, o contexto social e político são aspectos relevantes a serem analisados e entendidos, para que seja possível pensar os sujeitos nos ambientes em que estão inseridos e a intersecção desses aspectos em sua saúde e subjetividade. A Sociologia, Filosofia, Psicologia, Psicologia Social e Psicanálise são algumas das disciplinas que se debruçam sobre a explicaçãodessas relações. Decorrente desses estudos, há uma matéria em específico que se debruça a estudar tais temas, e é a Psicossociologia. Tal teoria é rica em trazer questionamentos e reflexões, proporcionando um ambiente acolhedor para pensar os indivíduos nos locais em que estão inseridos, resultando em uma outra vertente teórica e analítica, a Psicossociologia do Trabalho.

A Psicossociologia do Trabalho busca abordar o sujeito no meio em que esta inserido (o trabalho) e como isso se correlaciona com aspectos inerentes à sua condição humana, saúde geral e mental, subjetividades, relações humanas e de poder, organização do trabalho, reconhecimento e outros temas. É necessário falar sobre esses trabalhadoresconsiderando também a visão política e social que os constitui, pois o homem não é dissociável do meio em que vive. Deste modo, é necessário compreendero ambiente no qual os trabalhadores do século XXI realizam suas atividades e os impactos de tais condições para seu trabalho. A autora Seligmann-Silva (2013), precursora da Saúde Mental Relacionada ao Trabalho no Brasil, junto com outros autores, como Antunes e Praun (2015),trazem que desde os anos de 1980 Brasi vem passando por uma onda de precarização[[8]](#footnote-9), flexibilização[[9]](#footnote-10) e terceirização[[10]](#footnote-11)do trabalho, em que os direitos trabalhistas foram reduzidos. Isso resultou em um maior número de contratos de trabalho feitos por prestação de serviços e outros remontes na área do trabalho, desde a informalidade (resultante da intersecção entre precarização, flexibilização e terceirização) até a plataformização do trabalho, termo estudado por diferentes autores, tais como Abílio, Amorim e Grohmann (2021),que definem como “a crescente dependência de mecanismos de plataformas nos mais diferentes setores da vida, isto é, como a introdução de plataformas digitais significa mudanças e/ou permanências em aspectos sociais e culturais”.

Torna-se, assim, evidente como as formas de gestão e estrutura do trabalho se relacionam ao adoecimento do trabalhador, em que o cansaço mental e a exaustão emocional, advindos desse modelo de organização do trabalho, representam um sistema utilizado no mundo do trabalho para designar comportamentos e ações esperados dos trabalhadores para obter resultados preestabelecidos. Para Fleury et al. (2002), “Diferentes formas de organização do trabalho são, na verdade, diferentes maneiras de buscar o comportamento exigido pelo processo de trabalho adotado”, sendo naturalizadas pelo discurso produtivista.Para Braz, Casadore e Hashimoto (2020): “Somente avanços são concebidos e as falhas tendem a ser pouco toleradas”.

Nesse sentido, nossa pesquisa se embasa na ideia do “desgaste”, enunciado por Seligmann-Silva (2013, p. 296) como “[…] perda potencial ou efetiva, física ou psíquica”, desgaste esse que pode afetar a identidade, a subjetividade e a própria saúde dos sujeitos. Cada pessoa vivencia o desgaste de um modo único, levando em consideração sua história de vida.

Saúde mental e trabalho, por sua vez, é um campo de ações tanto de produção do saber quanto de cuidados humanos. É complexo, abrangendo uma série de dilemas entre os quais o reconhecimento do nexo entre saúde mental e trabalho nexo esse que é a razão da existência do próprio campo. Seus temas (patologias, bem-estar, estresse no trabalho, alterações psíquicas, prevenção, etc.), além de complexos, envolvem dimensões institucionais (políticas em voga, infraestrutura dos serviços, relação entre profissionais e usuários, impactos das condições de trabalho, etc.). É, assim, um campo de aplicação da psicossociologia do trabalho. (Borges e Barros, 2020. p. 357).

Desse modo, o constante diálogo sobre essa temática se mostra oportuno, pois propicia a construção de novos saberes e a elaboração de angústias. A partir desse caráter psicossocial, a Psicologia nesse contexto tem o intuito de atuar e intervir nos fenômenos e processos do mundo do trabalho e suas organizações, o que dá base para a percepção de que a separação entre o espaço profissional e o da vida pessoal não é possível, devido à integralidade do ser humano. Nas palavras de Zanelli, Borges-Andrade e Bastos (2014, p. 550):

Esta é a tarefa central ou a missão que caracteriza esse amplo espaço de ação da psicologia – explorar, analisar, compreender como interagem as múltiplas dimensões que caracterizam a vida das pessoas, dos grupos e das organizações, em um mundo crescentemente complexo, construindo, a partir daí́, estratégias e procedimentos que possam promover, preservar e restabelecer a qualidade de vida e o bem-estar das pessoas, sem abrir mão da produtividade da qual depende o atendimento das necessidadesdosindivíduosedosgrupossociais.

**História da Psicossociologia do Trabalho**

A Psicossociologia viabiliza a construção de saberes e oportuniza espaços de diálogo nas relações dos trabalhadores com suas atividades, sendo uma fonte propulsora de saúde mental. Ela é uma das linhas da Psicologia Social e, por esse motivo, interessa-se pelo homem e pelos ambientes nos quais estão inseridos, como grupos, organizações e comunidades. Nesse contexto, “a Psicossociologia visa à concepção de indivíduos autônomos e criadores de história” (Soldera, 2016a).

Desse modo, a relação do homem com o ambiente é substrato para eventuais pesquisas e reflexões, resultantes da interação entre indivíduo, grupo e sociedade. Assim sendo, “a psicossociologia é mais comumente definida como uma perspectiva de análise e de compreensão dos fenômenos da realidade psicossocial do que como um campo de estudo” (Borges e Barros, 2020).

Segundo Soldera (2016b), a Psicossociologia pode ser melhor compreendida ao contextualizar quatro frentes de seu desenvolvimento ao decorrer das décadas. A primeira ocorreu no final dos anos 1930, havendo forte inspiração das correntes de Karl Marx e Sigmund Freud, sendo respectivamente correntes filosóficas do Marxismo e Psicanálise, resultando na articulação de entendimentos sobre o homem em contexto psicológico e social. A segunda corrente dessa teoria aconteceu em 1950, tendo como marco o lançamento do livro *La vie affective des groupes* em 1968, escrito por Max Pagès, e a criação da ARIP (Associação para Pesquisa e Intervenção em Psicossociologia) em 1959. No entanto, já havia outros pesquisadores criando grupos de estudos sobre o tema e correlatos, como EDF (Electricité de France), Grupo Francês de Sociometria e Associação Nacional para o Desenvolvimento das Ciências Humanas Aplicadas (Enriquez, 2009).

A terceira corrente envolveu a intersecção da Psicossociologia e a Sociologia Clínica, por volta do final da década de 1960, possibilitando uma nova geração de autores na própria Psicossociologia e a consagração de autores já conhecidos. Autores dessa geração incluem Max Pagès, Michel Bonetti, Vincent de Gaulejac e Daniel Descendre, Eugène Enriquez e Jacqueline Barus-Michel. A quarta corrente surgiu na década de 1990, com destaque para a criação do Centro Internacional de Pesquisa, Formaçãoe Intervenção em Psicossociologia (CIRFIP). Diversas obras tiveram destaques nesse período, e autores como Jacqueline Barus-Michel, Eugène Enriquez, André Lévy e Vincent de Gaulejac permaneceram com contribuições expressivas para a área (Soldera, 2016b). Outros autores, como Kurt Lewin nos Estados Unidos e o Instituto Tavistok na Europa (Soldera, 2016b), também tiveram relevância.

Compreender o breve percurso histórico acima citado favorece o conhecimento dos autores da área e as correntes estabelecidas ao decorrer das décadas,assim como a reverberação de tais construções para as análises atuais sobre trabalho e sociedade. Diante desse exposto,Braz, Casadore e Hashimoto (2020, p.04) pontuam:

A psicossociologia remete a um campo de escuta, implicação e mudança. Ao enfatizar as histórias de vida e trajetórias sociais, busca-se atuar no nível das emoções e dos processos sociais, com base em uma escuta clínica do social, favorecedora da construção coletiva de sentido.

Partindo desse entendimento, é possível articular a teoria com a área do trabalho, ou seja, a Psicossociologia do Trabalho.A autora Lhuilier (2014) cita que a construção e base da mesma seriam além da teoria e metodologia a “psicossociologia social clínica e pelas ciências do trabalho, especialmente a psicologia, a psicopatologia, a sociologia do trabalho e a ergonomia da atividade”. Desse modo, entende-se que o trabalho não é indissociável do meio, tendo correlação com tudo que está interposto no meio em que o sujeito se apresenta.Posto isso, a autora acrescenta: “Nossa concepção do trabalho está fundada em uma questão mais vasta: a da ação do homem sobre seu ambiente, ação que põe em jogo suas razões e até suas possibilidades de existir”.

**Bases Epistemológicas da Psicossociologia do Trabalho**

As bases epistemológicas da Psicossociologia fundamentam-seem diferentes abordagens, como aPsicanálise, Sociologia ePsicologia Social. Isso proporciona à teoria a possibilidade de entender o homem e o meio no qual ele faz parte de modo amplo e complexo, não se limitando a apenas uma vertente de interpretação.A Psicologia Social tem como objetivo estudar as relações humanas nos mais diferentes contextos, analisando os pensamentos, sentimentos e comportamentos, baseando-se na perspectiva do quanto os indivíduos são influenciados e influenciam. Além disso, a influência de autores da História e daPolítica também construiu a visão de mundo da teoria e prática ao longo dos anos. “A interdisciplinaridade é condição obrigatória nessa perspectiva, assim, a Psicanálise, a Psicologia Social, a História, a Antropologia, a Sociologia e a Política, são campos disciplinares que ocupam importante lugar nas pesquisas e intervenções psicossociológicas” (Carreteiro e Barros, 2021 p. 240). Carreteiro e Barros (2021, p.209) ainda complementam:

A psicossociologia não tem um objeto próprio. Trabalha com as demandas que lhe são endereçadas, buscando transformações sociais, priorizando a relação entre invidiuo e sociedade e convoca desse modo a conexão entre diversas disciplinas. Considera que todo objeto de trabalho (estudo, pesquisa/ e ou intervenção é dinâmico e fultifacetado, ou seja não é estatico e uno. Ele é sempre tributário dos autores envolvidos, do campo pulcional, dos grupos, das instituições, do momento sociohistórico, das condições politicas, entre tantas outras. O conjunto dessas dimensões tem impacto sobre o objeto. Assim, qualquer objeto só pode ser comprendio se considerado em sua complexidade, ou seja, na multiplicidade de dimensões que participam de sua composição em determinado momento.

A partir desse construto, é possivel identifcar que a Psicossociologia não possui um único objeto de pesquisa e estudo, pois ela é plural. Ou seja, o profissional psicossociólogo pode trabalhar com o que lhe for endereçado, seja no ambiente de trabalho ou não. Carreteiro e Barros (2021, p.213) apontam, interseccionando o mundo do trabalho com a Psicossociologia.

No mundo do trabalho atual existem características que perpassam todas as atividades profissionais e que, entretanto, atingem diferentemente os sujeitos, pois variam de acordo com as competências, com o nível de formação e a condição social. Se todos são confrontados com situações de intensificação, densificação, fexibilização e alongamento do tempo de trabalho - características que não. deixam incólume nenhum sujeito, pois têm incidência nos coletivos de trabalho e na vivência da subjetividade -, elas atingem no entanto de modo bastante diferenciado os trabalhadores; há os que têm mais recursos e possibilidades de criar estratégias para fazer face às constantes mudanças - adquirindo competências adaptáveis ao mercado - e a outros faltam estes recursos.

Ao compreender aPsicossociologia, em especifico na área do trabalho, a autoraLhuilier (2014, p. 6) expressa:

Para nós, a psicossociologia do trabalho não pode ser uma psicossociologia aplicada à cena de trabalho, caso em que este é entendido apenas como um segmento da vida social. Ela implica uma reavaliação do quadro teórico e metodológico da psicossociologia sob o prisma dos conceitos de atividade, de ação e de práxis. Para proceder a tal reavaliação, ela não precisa romper com seus antecedentes, mas deve revisitá-los, a fim de poder desenvolvê-los. Isso nos leva a operar escolhas teóricas e conceituais, sempre colocadas à prova pela clínica.

Ou seja, a ideia é de que os individuos não sejam entendidos apenas no trabalho, mas para além dele, enquanto indivíduo em uma sociedade. Carreteiro e Barros (2021, p. 214) escrevem:

Sujeito ativo, cujo modo de vida e experiencia são gerados na vida material e onde o trabalho, entendido em seu sentido generico ao mesmo tempo em que altera a natureza, autotransforma o ser que trabalha por meio da relação com cultura, com identificação com o grupo, da autorrealização e do sentimento de autoestima que dele decorre.

A presença marcante da psicodinâmica nas teorias acima descritasé embasada por autores clássicos como Freud, no entanto,recebe a contribuição de novos autores que interseccionam a base teórica com os novos acontecimentos de mundo.Será dada uma breve introdução dos autores da área e suas pesquisas.Vale ressaltar que ainda há outros que não estão aqui citados e que possuem grande significado para a teoria.Christophe Dejours[[11]](#footnote-12), dedica-se a revelar as complexas dimensões do universo profissional. Sua abordagem enriquece a compreensão das dinâmicas laborais ao destacar a relevância das relações emocionais, o impacto do sofrimento psíquico no contexto do trabalho e destaca a importância de compreender as angústias e os desafios enfrentados pelos trabalhadores.

Já o autor Yves Clot[[12]](#footnote-13) destaca a dimensão subjetiva das práticas laborais, ampliando a compreensão sobre como os trabalhadores dão significado às suas atividades. Em suas obras, ele explora o signficado afetivo do trabalho para os sujeitos, relacionando assim sua atividade ao contexto laboral. Ou seja, o trabalho vai além de executar tarefas; ele também se relaciona com a experiência subjetiva dos sujeitos e com a interpretação que os mesmos dão para o que vivenciam.

Vincent de Gaulejac[[13]](#footnote-14) destaca-se como autor.Suas obras oferecem uma perspectiva crítica e provocativa sobre as transformações no mundo do trabalho, proporcionando valiosas compreensões sobre as dinâmicas psicossociais nas organizações modernas.Elequestiona o impacto das estratégias de gestão nas subjetividades dos trabalhadores, promovendo uma reflexão crítica sobre os desafios éticos e humanos do mundo do trabalho atual.

A partir da literatura acima destacada, a Psicossociologia do Trabalho ganha forma e conteúdopara discutir as transformações do mundo do trabalho. Sua perspectiva multidisciplinar proporciona uma profunda compreensão sobre as dinâmicas sociais, contribuindo assim para práticas organizacionais mais humanizadas e justas. Por tal motivo, embasa-se a presente pesquisa.

**2.EMPREENDEDORISMO, MÍDIAS SOCIAIS E PSICOLOGIA**

**O mundo do trabalho: o que é empreendedorismo?**

Apartir das bases expostas, podemos situar em nosso debate aquilo que consideramos trazer a peculiaridade dessa pesquisa, que é o empreendedorismo. Ao procurar a definição do que é ser empreendedor,temos como resposta: “[...] aquele que empreende, que se lança a realização de coisas difíceis ou fora do comum: ativo, arrojado, dinâmico” (Michaellis, 2021).

No contexto do mundo de trabalho, o empreendedorismo representa uma abordagem dinâmica e inovadora para a criação e gestão de negócios. Trata-se da capacidade de identificar oportunidades, desenvolver ideias, assumir riscos e mobilizar recursos para transformar visões em empreendimentos bem-sucedidos. Essa perspectiva empreendedora não se limita apenas à criação de empresas, mas também engloba a capacidade de inovação e adaptação em diversos setores e ambientes profissionais(Schmidt; Bohnenberger, 2009).

Sobre tal definição, precisamos fazer algumas ressalvas, já que a figura do empreendedor atualmente está sendo disseminada como alguém de sucesso e de alta competência; caso essa não seja a realidade, o sujeito desaparece. Essa visão se dá por meio do discurso gerencialista[[14]](#footnote-15).Essas ideias suscitam a lógica do mercado neoliberal.

Dentro de um contexto neoliberal, Gaulejac expõe que (2007, p.184):

O desemprego não é considerado como a consequência da defasagem estrutural entre o número de empregos criados pelo sistema econômico e o número de pessoas ativas suscetíveis a ocupar esses empregos. Ele resulta de "falhas de empregabilidade" de uma parte da população e, portanto, de sua "falta de adaptação" diante das necessidades da empresa. Nessa perspectiva, o problema do desemprego será resolvido incitando ou obrigando os desempregados a melhor "gerenciar suas competências".

Ao abordar esses temas e correlacioná-los com a realidade brasileira, é crucial considerar a análise de especialistas como Ricardo Antunes, sociólogo e especialista em sociologia do trabalho. Ele destaca que a estrutura histórica da divisão social do trabalho no Brasil é profundamente marcada *pela informalidade, pela flexibilização do trabalho e terceirização*(Antunes, 2018). Entende-se como informalidade a presença de trabalhadores sem registro em carteira de trabalho[[15]](#footnote-16), resultando assim em ausência de garantias trabalhistas, como previdência social, salário mínimo estabelecido, teto de horas trabalhadas semanalmente, férias, décimo terceiro, folgas remuneradas, seguro desemprego, fundo de garantia (FGTS), auxílio doença e maternidade, além do afastamento em caso de acidentes de trabalho. Em empregos informais, os trabalhadores não dispõem de tais direitos garantidos pela Constituição Federal[[16]](#footnote-17) no capítulo de direitos sociais, possuindo, por vezes, apenas contratos baseados em confiança, sem formalização e, desse modo, sem garantia de recebimento do salário devido, afastamento e proteção em caso de acidentes.

A*informalidade* muitas vezes está associada a condições precárias de trabalho. Os trabalhadores podem enfrentar jornadas de trabalho extenuantes, pois seu trabalho não é regido pelas leis de trabalho,mas sim pelo patrão. Além disso, os ambientes laborais não são seguros devido à falta de fiscalização, ou seja, os trabalhadoresrealizam suas atividades sem equipalmento de proteção individuais (EPI), sendo expostos a maior risco de doenças laborais, seja pelo excesso de peso, má postura, contaminação por materiais tóxicos e outros. Essas condições de trabalho advêm da falta de regulamentação e fiscalização, às vezes podendo chegar até mesmo à condição de trabalhos análogos à escravidão. Toda essa estutura perpetua condições desfavoráreis de trabalho, expondo os sujeitos a vulnerabilidade tanto física quanto mental, deixando o trabalhor à mercê.

Historicamente, a informalidade tem sido uma característica persistente no mercado de trabalho brasileiro.Antunes destaca em suas obras, como "Os Sentidos do Trabalho" (2009)e “O Privilégio da Servidão” (2018), que a informalidade é intrínseca à estrutura social do país. Além disso, o autor argumenta que essa realidade está ligada a fatores como a concentração de renda, a precarização do trabalho e a falta de políticas públicas efetivas para combater a informalidade.

A*flexibilização do trabalho* é um fenômeno que tem sido observado em muitas economias ao redor do mundo, incluindo o Brasil, afim de reduzir custos para as empresas. Essa tendênciaé caracterizada por relações de trabalhos mais flexíveis e pode incluir: contratação de trabalhadores temporários para uma demanda específica de trabalho ou um período sazonal. Outras formas de flexibilização, por vezes menos óbvias, são: banco de horas, trabalho de tempo parcial, *home-office*. Todos esses acontecimentos afrouxam as normativas antes conhecidas.No entanto, também vale ressaltar que há constantes movimentos para flexibilizar também a própria CLT, para que as novas formas de organização de trabalho (perigosas quando buscam silenciar e desamparar o trabalhador) não sejam vistas como falhas e errôneas, e sim em consonância com a regulamentação do país(Antunes, 2018).

A *terceirização de serviços* também é encontrada nas práticas de flexibilização, onde a empresa contrata outra para realizar atividades específicas, como, por exemplo, a prestação de serviços para segurança privada, zeladoria e limpeza para *shoppings*e hospitais. Essa forma de trabalho faz com que as empresas reduzam seus gastos com folha de pagamento e ganhem flexibilidade. No entanto, os profissionais que fazem parte desse processo podem encontrar dificuldades no seu dia a dia, como menor direito trabalhista, falta de apoio dos pares e baixa identificação e sentido com as funções realizadas. Por fim, o funcionário trabalha em uma empresa, mas é outra que regulariza sua atuação, ele então se encontra em uma grande instabilidade e insegurança.O autor Antunes (2018, p.37) reflete:

A terceirização vem se tornando a modalidade de gestão que assume centralidade na estratégia empresarial, uma vez que as relações sociais estabelecidas entre capital e trabalho são disfarçadas em relações interempresas, baseadas em contratos por tempo determinado, flexíveis, de acordo com os ritmos produtivos das empresas contratantes, com consequências profundas que desestruturam ainda mais a classe trabalhadora, seu tempo de trabalho e de vida, seus direitos, suas condições de saúde, seu universo subjetivo etc.

É preciso considerar que práticas como informalidade, flexibilização do trabalho e terceirização, muitas vezes adotadas pelas empresas em busca de agilidade e redução de custos, podem expor os trabalhadores a situações mais vulneráveis. A falta de estabilidade no emprego, a ausência de benefícios e a precarização das condições laborais impactam negativamente o bem-estar dos trabalhadores, contribuindo para a desigualdade social. Para enfrentar os desafios da informalidade no mercado de trabalho no Brasil, é essencial adotar políticas públicas que incentivem a formalização, garantindo direitos básicos aos trabalhadores

Tendo essa compreensão acerca das relações de trabalhos resultantes da ótica neoliberal, é comum historicamente que pessoas na informalidade ou que atuam como autônomos sejam designadas como empreendedores.Apartir dessa concepção, os desempregados são convocados a serem empreendedores, sendo levados a serem empreendedores de suas próprias carreiras, com a ideia de que é necessário apenas colocar energia no aperfeiçoamento dessa capacidade, para então obter lucratividade. "Na nova ordem mundial, dominada pelos valores do empreendimento, tudo é *business*" (Gaulejac, 2007, p. 179). Nessa estrutura, Gaulejac (2007, p. 179) complementa sua fala com:

Delimita-se aqui um verdadeiro projeto de sociedade: transformar o homem em empreendedor para um mundo produtivista. O manager emerge como figura ideal do homem que empreende, capaz de assumir riscos, decidir, resolver problemas complexos, suportar o estresse, desenvolver sua inteligência cognitiva e também emocional, suas qualidades a serviço da rentabilidade.

No entanto, tais sujeitos são apenas trabalhadores que não têm empregados e cuja renda média tampouco é expressiva. Para a autora Abílio, esse movimento é (2021, p. 943) “autogerenciamento subordinado, sua atual versão obscurecida é a do empreendedorismo de si”. Além disso, Abílio (2019a, p. 4) escreve “no contexto de flexibilização do trabalho, implementação de políticas neoliberais e aumento do desemprego, a definição de empreendedorismo vem adquirindo novos usos e significados políticos”. A autora também elucida que esse tema vem responsabilizando e transferindo os riscos do trabalho exclusivamente ao trabalhador, ou seja, uma relação subordinada mas dita como empreender. Constantemente esse discurso é reiterado pela ideia de ser seu próprio chefe; sendo assim, o indivíduo passa da posição de questionar e pedir melhores condições e novos postos de trabalho para a de se responsabilizar pela sua sobrevivência, independentemente do fato de ela estar permeada de precariedade (Abílio, 2019a).

Segundo o IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, (2023a), no quarto trimestre de 2022, havia 8,6 milhões de desempregados no Brasil. A taxa de desocupação era de 7,9%, com4,0 milhões de brasileiros em situações de desalento e uma taxa de subutilização de 18,5%.Entende-se como desalento as pessoas que não procuram ativamente postos de trabalho, mas estariam disponíveis para tal. Já a desocupação refere-seà taxa de pessoas aptas a trabalharem, mas que se encontram desempregadas. Alguns exemplos que não são considerados desemprego incluem estudantes, donas de casa e empreendedores, estando os dois primeiros fora da força de trabalho e a última ocupada, segundo métodos do Instituto (IBGE,2023a). Ainda, segundo o IBGE, caracteriza-se como desemprego quando uma pessoa, acima de 14 anos, não está trabalhando, mas tenta encontrar trabalho e está disponível para isso.

Em números, a divisão do mercado de trabalho no Brasil é a seguinte: 99,370 milhões de pessoas ocupadas, 65,903 milhões de pessoas fora da força de trabalho, 40,836 milhões de pessoas abaixo da idade mínima de quatorze anos para trabalho e 8,572 milhões de pessoas desocupadas. Nesse cálculo, os desempregados entram na estatística de desocupação. A região Nordeste conta com a maior taxa de desemprego, sendo 10,9%, seguida do Norte com 8,1%, Sudeste com 7,9%, Centro-Oeste com 6,2% e a Sul com 4,5% (IBGE, 2023b).

APNADContínua(PesquisaNacionalporAmostradeDomicíliosContínua)divulgou em 2020 que mais de onze estados brasileiros possuem informalidade superior a 50%. Esse númeroexpressacercade29milhõesdetrabalhadores.Entende-secomoinseridosna informalidade os trabalhadores que não possuem registros em carteira e não contribuem com o INSS (Instituto Nacional do Seguro Social). Quantoao nível de instrução desses trabalhadores, 57,1% não possuem nível fundamental completo, 46,7% não concluíram o ensino médio, 30,6% possuem entre o ensino médio completo e o superior incompleto, e 17,4% concluíram o ensino superior e/ou pós-graduação (IBGE, 2020). O número de trabalhadores sem carteira assinada é de 13,2 milhões, enquanto o de trabalhadores por conta própria é de 25,5 milhões de pessoas. A taxa de informalidade foi de 38,8% no ano de 2021, totalizando cerca de 38,6 milhões de brasileiros trabalhando informalmente (IBGE, 2023b).

O trabalho informal é caracterizado pela ausência de vínculo e contrato de trabalho estabelecido entre as duas partes, enquanto o trabalho autônomo é aquele em que o sujeito realiza atividades por conta própria, seja vendendo um produto ou seu serviço para outrem. Este último caso pode ser regulamentado através de CNPJ (Cadastro Nacional da Pessoa Jurídica), MEI (Micro Empreendedor Individual) e CPF (Cadastro de Pessoa Física). Os dois primeiros meios possibilitam que os sujeitos emitam notas fiscais do trabalho realizado, e o último, o recibo. Outras questões burocráticas permeiam esse meio, como Taxas do INSS (Instituto Nacional de Seguro Social), Carnê-Leão e Alvará, sendo respectivamente: contribuição para o Instituto Nacional de Seguro Social, responsável por aposentadorias, licenças maternidade e afastamento do trabalho; recolhimento mensal de impostos próprios à pessoa física que obtém rendimento sem retenção a partir de 1.903,98 reais ao mês; autorização para que uma empresa ou negócio se estabeleça nos perímetros do município.

Segundo pesquisa realizada pelo Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas(SEBRAE) em 2023, no país existem aproximadamente 25,9 milhões de autônomos e 14 milhões de microempreendedores individuais. Os Microempreendedores Individuais (MEIs) representam a maioria das empresas no Brasil. Conforme informações do Ministério da Economia, ao final de 2022, o país contava com um total de 20.191.920 CNPJs ativos. Dentre esses, 14.820.414 eram registrados como MEIs; ou seja, cerca de 73% das empresas formais do país. (Receita, 2023). Esses números refletem a expressiva presença de trabalhadores que atuam de maneira independente, muitas vezes sem vínculo formal de emprego. Quase 45% desses autônomos têm uma renda mensal de até um salário mínimo, enquanto outros 27% recebem de um a dois salários mínimos. Esses dados indicam a predominância de uma realidade econômica desafiadora para uma parcela significativa desses profissionais, ressaltando a precariedade financeira enfrentada por boa parte dos empreendedores de si mesmos no Brasil.

Ao psicólogo é vedado o cadastro como MEI, devido à atividade ser representada por conselho de classe.Ou seja, o psicólogo pode realizar os atendimentos como pessoa física, emitir recibos e prestar contas através do Carnê-Leão. Caso seja necessário a inscrição em um CNPJ dado o nível de faturamento, o psicólogo pode se registrar no CNAE (Classificação Nacional de Atividades Econômicas) sob o número 8650003 com a descrição de: atividade de Psicologia e Psicanálise.

Segundo o Sebrae, três em cada dez empresas quebram em cinco anos de criação, justamente pela falta de uma estruturação sadia, visando o longo prazo e com melhorias constantes (Sebrae, 2022). A Psicologia Clínica permite que os indivíduos se organizem de modo autônomo para a execução do trabalho. Ou seja, o psicólogo possui um negócio/serviço para ofertar à sociedade e é responsável pela gestão dele, tanto na parte burocrática quanto técnica. Seria assim o profissional de Psicologia, empreendedor ou autônomo?

OempreendedorismonoBrasilécomumenteassociadoaumdiscursodenobreza,com a visão do trabalhador como sendo seu próprio chefe, mesmo quando associado a trabalhos “uberizados”[[17]](#footnote-18),modelo deplataformizaçãodotrabalhodependenteecontrolado, uma tendência que está ligada à informalidade das relações de trabalho em diferentes setores, cargos e competências. Esse modo de trabalho é endossado por exclusão de direitos trabalhistas, dando então meios para a exploração do trabalho, além da flexibilização do mesmo, independentemente dos riscos ao trabalhador. Deste modo, empreendedorismo e “uberização” trazem à tona dentro do neoliberalismo formas de autorresponsabilização sobre o trabalho para própria sobrevivência (Abílio, 2020).

Neste contexto de empreendedorismo, o trabalho muitas vezes perde sua capacidade de proporcionar aos trabalhadores o controle sobre sua própria história, o entendimento do outro e da comunidade, bem como a construção da identidade através de experiências no mundo. Um ambiente composto pelo ideal de autonomia, flexibilidade, plataformização e ausência de vínculo empregatício formal possibilita altas pressões, busca constante por produtividade e competição pelos melhores resultados. Tudo isso pode ser avassalador, levando os profissionais a um esgotamento e afetando a saúde e a subjetividade dos trabalhadores. As autoras Garcia e Marziale (2020) dissertam sobre esses processos que podem ser encontrados em diferentes profissionais e (p.190) escrevem: “Dos primeiros sinais que podem indicar o surgimento do esgotamento profissional é o estresse, seguido por outros, como ansiedade, fadiga, irritabilidade, frustração, insatisfação profissional, além dos diversos sintomas das disfunções fisiológicas.”

A busca por um equilíbrio entre empreender de forma precarizada e manter o bem-estar pessoal é um desafio crítico. Os trabalhadores podem ser tentados a trabalhar longas horas para maximizar seus ganhos, o que pode prejudicar sua saúde física e mental. Abílio (2019b) explica:

Esse processo é de informalização, que vem tirando as garantias e proteções. Agora, é o trabalhador quem entra com os meios de produção, além de arcar com os custos e com os riscos da atividade. (...) Supostamente, a pessoa trabalha onde e quando quer,mas averdade é que ela está trabalhando cada vez mais. O que estamos estudando é como esses trabalhadores estão subordinados aos algoritimos, às regras de cobrança, às comissões e às metas de produtividade. Não me parece que as escolhas sejam tão amplas assim.

A compreensão dessas dinâmicas é crucial para abordar os impactos dessa transformação no mercado de trabalho. Para mitigar esses efeitos negativos, é essencial promover modelos de trabalho que valorizem a autonomia e o bem-estar dos trabalhadores, em contraposição ao modelo individualista e competitivo que muitas vezes prevalece nesse contexto.

Asatuais matérias de gestão ensinam que o perfil empreendedor está ligado a inovar constantemente, agregar valor, identificar oportunidades e transformá-las em novos produtos que gerem lucros, bem como solução de problemas ou situações. Também não faltam características colocadas comoimprescindíveisaessesprofissionais,sendoelas:iniciativa,capacidadedeplanejamento, coragem para correr riscos, perseverança, rede de contatos e liderança, eficiência e qualidade. Além disso, dizem que os empreendedores são: visionários, sabem tomar decisões, fazem a diferença, exploram ao máximo as oportunidades, são determinados e dinâmicos, otimistas, apaixonados pelo que fazem, dedicados, independentes e constroem o próprio destino, líderes e formadores de equipes, fazem *networking*, assumem riscos calculados e criam valor para a sociedade (Schmidt; Bohnenberger, 2009).

Desse modo, verifica-se que ser empreendedor está ligado a constantes atualizações e busca de melhoria contínua no processo de trabalho que executa. Esse modelo está interligado à gestão de negócios; não há como falar de ideias e execução sem um plano detalhado.Normalmente, a ele está relacionado o plano de negócios, gestãofinanceira e burocrática, *marketing* para divulgação e captação (Ribeiro et al, 2016).Baseado nas características supracitadas, comumente difundidas, é possível verificar os empreendedores sendo moldados pelos pensamentos de grandes consultorias internacionais, em plena expansão por meio da globalização, com maior força nos adventos tecnológicos (Gaulejac, 2013).

Partindo desses pressupostos, no fim das contas, empreendedor é o sujeito autômono ou que atua na informalidade? Ou empreendedor é todo aquele capitalista que detém controle e propriedade sobre seu meio de produção? Portanto, o psicólogo, ao atuar como autônomo, não seria caracterizado como empreendedor, mas sim como um trabalhador ou, no máximo, como um pequeno-burguês? Segundo os autores Marx e Engels (1998), a pequena burguesiaé caracterizada por possuir alguns meios de produção, mas geralmente não detém o controle significativo dos principais meios de produção da sociedade, como faz a classe burguesa. Em vez disso, membros da pequenaburguesia podem ser proprietários de pequenas empresas, lojas, fazendas ou praticar profissões liberais. Na concepção marxista, a pequena burguesia é composta por alguns itens-chave, como meios de produção limitados, posição intermediária, relação ambígua com o proletariado e vulnerabilidade. Sendo assim, onde o profissional de Psicologia se enquadra?

**As mídias sociais, narcisismo, fetiche e consumo.**

A era digital testemunhou uma transformação significativa nas interações sociais com a ascensão das mídias sociais. Dessa maneira,torna-se possível investigar a tese que argumenta que as mídias operam como uma fonte substancial de narcisismo, fetiche e consumo, influenciando profundamente a maneira como os indivíduos constroem suas identidades e se relacionam com o mundo e com os pares.

Para falar de narcisismo, é necessário conceituar a origem do mesmo, que remonta à mitologia grega. O termo narcisismo advém da história de Narciso, um jovem cuja beleza eraadmirada e ansiada por ninfas e deusas;porém, ele se apaixona pela própria imagem refletida na água. “Narciso não tem olhos para ninguém, nem ouvidos, nem mesmo para Eco... Para ele, tudo está em si mesmo, o próprio cosmos, que é a beleza, se concentra naquela imagem” (Avila, 2002, p.15).Ou seja, Narciso não se importa com nada além de si mesmo. Partindo dessa compreensão, chega-se àPsicanálise, pois narcisismo é um termo utilizado por Freud para descrever a relação que os indivíduos têm consigo mesmos e com sua própria imagem. Para Freud (2010), o narcisismo era uma fase do desenvolvimento, chamada de narcisismo primário, na qual a libido está direcionada para o próprio corpo do bebê. Com o tempo, essa fase evolui para o narcisismo secundário, no qual o investimento emocional ocorre nas próprias faculdades, imagem corporal e ego.Além disso, Freud introduziu o conceito de "objeto narcísico", referindo-se a objetos ou pessoas escolhidos como fontes de amor devido à sua semelhança com a própria imagem do sujeito.

Após breve contextualização, pode-se estudar de forma mais aprofundada e assertiva autores que interligam os temas. Christopher Lasch, em sua obra "A Cultura do Narcisismo: a vida americana em uma era de expectativas decrescentes"(1983), apresenta uma análise profunda e crítica da sociedade contemporânea, destacando a emergência de um fenômeno que ele denomina como "cultura do narcisismo". O autor argumenta que na atual cultura, há uma ênfase excessiva no ego, na busca constante por gratificação instantânea, validação, reconhecimento e na construção de uma imagem idealizada de si mesmo. O autor também observa uma mudança no foco da sociedade, em que as pessoas passam a priorizar a satisfação imediata de seus desejos e impulsos. Essa busca incessante por prazer imediato e recompensas instantâneas contribui para uma cultura de consumo acelerado e superficial. A necessidade de validação e reconhecimento assume um papel central na cultura do narcisismo. Lasch (1983) argumenta que, em meio a uma sociedade cada vez mais competitiva e individualista, as pessoas buscam constantemente a validação dos outros para reafirmar sua própria valia e identidade. O autor escreve (p.87):

Em uma sociedade na qual o sonho do sucesso foi esvaziado de qualquer sentido além do seu próprio, os homens nada possuem para medir seus próprios feitos, a não ser os feitos de outros homens. À auto-aprovação depende do reconhecimento e aclamação públicos, a qualidade desta aprovação sofreu importantes mudanças por direito próprio. A opinião positiva de amigos e vizinhos, que antigamente informava a um homem que ele havia vivido uma vida útil, baseava-se na apreciação de suas realizações. Hoje em dia, os homens buscam o tipo de aprovação que aplaude não suas ações, mas seus atributos pessoais. Desejam não tanto ser estimados, mas sim admirados. Desejam não a fama, mas o fascínio e a excitação da celebridade. Querem, antes, ser invejados do que respeitados.

Embora o livro de Lasch tenha sido escrito antes do advento da rede mundial de computadores com acesso à internet e às mídias sociais, podemos fazer um paralelo com seus argumentos na realidade atualmente instaurada. Ou seja, se antes, sem a utilização das mídias sociais, já havia compreensões narcisistas nas relações, hoje, com as plataformas digitais, os indivíduos têm a oportunidade de criar narrativas idealizadas de si mesmos, muitas vezes destacando apenas os aspectos positivos de suas vidas. Essa construção cuidadosa da imagem visa obter validação e aceitação dos outros membros da comunidade *online*. Essa cultura do narcisismo tem impactos profundos na formação da identidade e nas relações sociais. A ênfase na busca por autossatisfação e a paixão pela própria imagem podem levar a relações superficiais, dificuldade de estabelecer conexões genuínas, constante busca por validação externa e a construção de uma imagem idealizada. Isso pode gerar pressões e cobranças significativas sobre a saúde mental, contribuindo para a ansiedade, depressão e uma sensação de inadequação quando a realidade não corresponde à narrativa criada.

Outro autor que pode ser utilizado para construir a análise e reflexão sobre as mídias sociais éGuy Debord. Em sua principal obra, "A Sociedade do Espetáculo" (1967), o autor desenvolve uma análise crítica da sociedade contemporânea, propondo a ideia de que vivemos em uma sociedade onde as relações sociais são predominantemente mediadas por imagens e espetáculos. O autor argumenta que a cultura moderna se transformou em um espetáculo, em que a representação da realidade torna-se mais relevante do que a própria realidade.Debord introduz o conceito de espetáculo como uma forma de descrever que as relações sociais são mediadasporimagens e representações sociais; isso significa que a sociedade tem um filtro em suas experiências e vivências conforme o que é vendido e apresentado. Debord (2007, p.36) elucida: “ O espetáculo não é um conjunto de imagens, mas umarelação social entre pessoas, mediada por imagens”. Outro aspecto encontrado em sua teoria é a espetacularização da vida, em que as mídias criam narrativas, comportamentos e desejos das classes dominantes, afim de instaurar uma cultura de massa. Debord destaca isso em seu texto (2007, p. 37):

Espetáculo, compreendido na sua totalidade, é ao mesmo tempo o resultado e o projeto do modo de produção existente. Ele não é um suplemento ao mundo real, a sua decoração readicionada. É o coração da irrealidade da sociedade real. Sob todas as suas formas particulares, informação ou propaganda, publicidade ou consumo direto de divertimentos, o espetáculo constitui o modelo presente da vida socialmente dominante.

Essa ótica de entretenimento faz com que as relações sejam, na verdade, pré-moldadas, perdendo a autencidade e a capacidade de ser verdadeira, pois os sujeitos não passam de mercadorias espetaculares, em que recebem maior valor pelo que demonstram ser e pelo que consomem. “O consumidor real toma-se um consumidor de ilusões. A mercadoria é esta ilusão efetivamente real, e o espetáculo a sua manifestação geral.” (Debord, 2007, p. 54) O autor complementa a ideia em (p. 61):

A vedete do consumo, mesmo sendo exteriormente a representação de diferentes tipos de personalidade, mostra cada um destes tipos como tendo igualmente acesso à totalidade do consumo e encontrando aí, de igual modo, a sua felicidade.

Consequentemente,os sujeitos passam a se distanciar e alienar, encontrando-se em uma situaçãoem que se sentem cada vez mais distantes da realidade concreta e de suas próprias experiências. A alienação resulta da mediação constante das experiências por representações espetaculares. Debord (2007, p. 46) conclui:

A alienação do espectador em proveito do objeto contemplado (que é o resultado da sua própria atividade inconsciente) exprime-se assim: quanto mais ele contempla, menos vive; quanto mais aceita reconhecer-se nas imagens dominantes da necessidade, menos ele compreende a sua própria existência e o seu próprio desejo. A exterioridade do espetáculo em relação ao homem que age aparece nisto, os seus próprios gestos já não são seus, mas de um outro que lhos apresenta. Eis porque o espectador não se sente em casa em nenhum lado, porque o espetáculo está em toda a parte.

Todo o processo descrito acima evidencia a dominação do capitalismo. A expansão dessesistema é impulsionada por sua incessante busca por lucro e pela promoção da cultura de consumo. Nesse contexto, o espetáculo surge como uma ferramenta poderosa para atender a essas demandas, tornando-se uma maneira eficazde promover produtos, ideias e estilos de vida alinhados com os interesses comerciais.A cultura do espetáculo, permeada por imagens cativantes e narrativas envolventes, não apenas cria uma necessidade constante de novidades e entretenimento, mas também molda as percepções e desejos das pessoas de maneira a favorecer a lógica de mercado. Em outras palavras, o espetáculo é uma mercadoria em prol do capitalismo, como afirmado por Debord (2007, p. 65): “Aqui, cada mercadoria considerada isoladamente está justificada em nome da grandeza da produção da totalidade dos objetos, de que o espetáculo é um catálogo apologético”.

Ao aplicarmos as ideias de Debord às mídias sociais contemporâneas, percebemos uma correspondência evidente. Nas plataformas digitais, os indivíduos assumem o papel de protagonistas e diretores de seus próprios espetáculos. A vida cotidiana é transformada em narrativas cuidadosamente construídas, em que a construção da imagem pessoal é central, por vezes para divulgar produtos ou vender serviços.Os usuários selecionam e compartilham momentos específicos de suas vidas, muitas vezes destacando aspectos positivos e idealizados.Cada postagem, foto e legenda sãocriteriosamente escolhidos paracontribuir para a construção de uma narrativa que reflete uma versão maquiada da realidade. Nas mídias sociais, a validação pública, expressa por meio de curtidas, compartilhamentos e comentários, torna-se uma medida tangível do valor pessoal. Assim, a busca por aprovação e visibilidade reflete a ênfase na representação espetacular de si mesmo.

É importante reconhecer que as análises de Debord sobre a sociedade espetacular do século XX podem não se encaixar perfeitamente na realidade das mídias sociais contemporâneas. Enquanto Debord descrevia um espectador passivo diante do espetáculo midiático tradicional, hoje vemos uma dinâmica diferente, onde os usuários das mídias sociais assumem um papel ativo na criação e curadoria de suas próprias narrativas. No entanto, essa atuação ativa muitas vezes ocorre dentro de estruturas algorítmicas e comerciais que podem restringir a liberdade e influenciar as escolhas dos usuários. A cultura do espetáculo, adaptada ao contexto digital, continua a promover a busca por validação e visibilidade, levando os usuários a destacarem aspectos idealizados de suas vidas em busca de reconhecimento público. Assim, embora as mídias sociais possam oferecer espaço para expressão individual, é importante considerar como essas plataformas ainda estão imbuídas de valores e dinâmicas que refletem a lógica de mercado e o poder das tecnologias digitais.

Para complementar a discussão, trazer o filósofoZygmunt Bauman é importante,seus livros "Vida Líquida" (2005) e “Modernidade Líquida” (2001), ele desenvolve sua análise sobre a natureza fluida da sociedade contemporânea, caracterizada pela transitoriedade e pela ausência de formas duradouras. Bauman explora como a liquidez da modernidade afeta diversos aspectos da vida, incluindo as relações sociais e o consumo. O autor introduz o conceito de "liquidez" para descrever a fluidez e a mutabilidade das estruturas sociais modernas.Em uma sociedade líquida, as relações, os empregos e até mesmo as identidades são mais voláteis e efêmeras. Bauman (2005, p.7) diz:

A “vida líquida” e a “modernidade liquida” estão intimamente ligadas. A “vida líquida” é uma forma de vida que tende a ser levada à frente numa sociedade líquido-moderna. “Líquido-moderna" é uma sociedade em que as condições sob as quais agem seus membros mudam num tempo mais curto do que aquele necessário para a consolidação, em hábitos e rotinas, das formas de agir. À liquidez da vida e a da sociedade se alimentam e se revigoram mutuamente. À vida líquida, assim como a sociedade líquido-moderna, não pode manter a forma ou permanecer em seu curso por muito tempo. Numa sociedade líquido-moderna, as realizações individuais não podem solidificar-se em posses permanentes porque, em um piscar de olhos, os ativos se transformam em passivos, e as capacidades, em incapacidades. As condições de ação e as estratégias de reação envelhecem rapidamente e se tornam obsoletas antes de os atores terem uma chance de aprendê las efetivamente.

A partir desse excerto, é possível adentrar na teoria do filósofo Bauman, que sugere quea estrutura social e cultura contemporânea vendem ao sujeito ideais a serem seguidas, o que reverbera em sua forma de lidar com o mundo. O primeiro deles é a fluidez das relações sociais, ou seja, trabalho, identidade e relações com pares são de modo mais rápido e dinâmico, não sendo duradouro ou profundo, ocasionando assim em uma perda de referencial e de segurança. Bauman (2001, p. 14) menciona:

Para que o poder tenha liberdade de fluir, o mundo deve estar livre de cercas, barreiras, fronteiras fortificadas e barricadas. Qualquer rede densa de laços sociais, e em particular uma que esteja territorialmente enraizada, é um obstáculo a ser eliminado. Os poderes globais se inclinam a desmantelar tais redes em proveito de sua continua e crescente fluidez, principal fonte de sua força e garantia de sua invencibilidade. E são esse derrocar, a fragilidade, o quebradiço, o imediato dos laços e redes humanos que permitem que esses poderes operem.

Outro tema presente em sua teoria é a ausência de formas permanentes, resultando emmudanças rápidas. Ou seja, descobertas e conquistas não se tornam permanentes, exigindo constantes atualizações.O que ontem era considerado novo, hoje torna-se obsoleto. Esse fenômeno pode ser observado no mundo do trabalho, onde as abordagens para enfrentar problemas são constantemente atualizadas. O que era visto como padrão ontem, torna-se antiquado hoje, deixando o indivíduofrequentemente inequado. Tudo isso faz com que as pessoaspermaneçam em constante alerta para não ficarem desatualizadas. Esse padrão também pode ser identificadonas mídias sociais, onde estudiosos recentamente criaram um novo termo chamado FoMO[[18]](#footnote-19) para descrever a ansiedade que os indivíduos sentem em atualizar suas mídias, com medo de perder algo importante que foi postado. Outros sintomas desse problema inclueminvestir um tempo significativo nas mídias sociais, utilizar o celular de forma excessiva (inclusive durante as refeições, no ambiente de trabalho ou enquanto dirige), encontrar dificuldade em viver plenamente o momento e preocupar-se em capturar fotos para compartilhar nas mídias sociais, manter uma expectativa constante por novas notificações no celular, e aceitar convites para todas as festas e eventos, muitas vezes por receio de se sentir excluído (Moura, et al, 2021).

Essa situação descrita corrobora outro ponto mencionado por Bauman, que é anecessidade do sujeito consumir não apenas bens materiais, mas também experiências e relações, e tudo isso deve ser vivido em um menor tempo. Isso resulta em maior insatisfação com a realidade presente, como se nada fosse suficiente para satisfazer os sujeitos, que necessitam sempre de mais. Bauman (2001, p. 141) escreve: “Poupe, pois quanto mais você poupar mais você poderá gastar. Trabalhe, pois quanto mais você trabalhar mais você consumirá”.No contexto da sociedade líquida, o consumo não se limita apenas aos bens materiais, mas também abrange as relações interpessoais e a construção da identidade, com uma busca incessante por atualização, já que o mundo e a sociedade mudam a cada instante.

Desse modo, pode-se estabelecer um paralelo entre essa teoria e o foco do trabalho: as mídias sociais. Assim, as plataformas digitais oferecem um palco para a representação idealizada de vidas, em queas interações online se transformam em performances. A visibilidade e a exposição, somadas ao nímero de curtidas,tornam-se moedas de trocaefontes de validação social.A sociedade líquida, ao promover a cultura do espetáculo e do exibicionismo, molda a maneira como as pessoas se relacionam, constroem suas identidades e buscam validação. A visibilidade nas mídias sociais é, portanto, um componente crucial desse espetáculo, em que a atenção e a aprovação dos outros são almejadas como formas de reconhecimento.

Os autores Lasch, Debort e Baumanoferecem uma perspectiva valiosa para compreender comoo narcisismo, o espetáculo e a modernidade líquida influenciam a maneira como os sujeitos e profissionais se apresentam nas mídias sociais, seja por meio de perfis pessoais e/ou profissionais. A cultura de espetáculo e o consumo simbólico se entrelaçam, gerando dinâmicas complexas que moldam não apenas as interações online, mas também a percepção da identidade e a busca por validação na era digital, chegando até mesmo a um fetiche[[19]](#footnote-20).

Existem diferentes abordagens de autores que estudam o termo “fetiche”, inclusive pelo viés da psicopatologia[[20]](#footnote-21). Autores como e Karl Marx oferecem perspectivas relevantes para entender o fetichismo em contextos distintos. Marx, , aborda o fetichismo da mercadoria em "O Capital", descrevendo como as relações sociais são obscurecidas pela forma como os produtos são apresentados no mercado. Marx (2013, p. 208) escreveu:

O caráter misterioso da forma-mercadoria consiste, portanto, simplesmente no fato de que ela reflete aos homens os caracteres sociais de seu próprio trabalho como caracteres objetivos dos próprios produtos do trabalho, como propriedades sociais que são naturais a essas coisas e, por isso, reflete também a relação social dos produtores com o trabalho total como uma relação social entre os objetos, existente à margem dos produtores. É por meio desse quiproquó que os produtos do trabalho se tornam mercadorias, coisas sensíveis-suprassensíveis ou sociais (...) Aqui, os produtos do cérebro humano parecem dotados de vida própria, como figuras independentes que travam relação umas com as outras e com os homens. Assim se apresentam, no mundo das mercadorias, os produtos da mão humana. A isso eu chamo de fetichismo, que se cola aos produtos do trabalho tão logo eles são produzidos como mercadorias e que, por isso, é inseparável da produção de mercadorias.

O fetichismo da mercadoria, segundo Marx, ocorre quando as relações sociais entre as pessoas são obscurecidas pela relação mercantil. Marx (2013, p.209) afirma: “Esse caráter fetichista do mundo das mercadorias surge, como a análise anterior já mostrou, do caráter social peculiar do trabalho que produz mercadorias”. No capitalismo, as mercadorias não são apenas objetos materiais, mas também possuem um caráter social. As pessoas, então, atribuem valor não apenas com base na utilidade das mercadorias, mas também pelo seu valor de troca. O valor de troca, por sua vez, é determinado pelo tempo de trabalho socialmente necessário para produzir a mercadoria.

Partindo dessa compreensão de mercadoria e fetiche, pode-se pensar nas mídias sociais como o resultado desse produto. Assim, pode ser aplicada à construção de um “personagem” online, em que as interações e as relações são moldadas pela lógica do espetáculo, o que mais vende, o que é melhor visto, o que traz mais engajamento e o que pode render mais dinheiro, mesmo que muitas vezes isso seja dissociado da realidade.Ao considerar a influência do fetichismo nas dinâmicas das mídias sociais, é possível argumentar que a busca por validação e reconhecimento muitas vezes se concentra em elementos superficiais, desconectados das experiências e relações verdadeiras. A representação cuidadosamente construída de uma vida idealizada, típica das plataformas digitais, pode ser vista como uma forma contemporânea de fetichismo, onde determinados comportamentos ganham uma importância desproporcional.

Essa contextualização teórica proporciona lastro para compreender a atual sociedade e as reverberações de tais assuntos na prática de trabalho do psicólogo aqui analisado.

**O trabalho do psicólogo e legislações.**

Na sociedade contemporânea, marcada pela fluidez das relações e pela incessante busca por validação e reconhecimento, o trabalho do psicólogo se insere como um elemento importante na compreensão e na promoção da saúde mental dos indivíduos. O trabalho do psicólogo na contemporaneidade está intrinsecamente conectado aos desafios e dinâmicas emergentes na sociedade líquida e espetacular das mídias sociais. Nesse cenário, a atuação do profissional da psicologia se destaca como uma bússola.

Por isso, torna-se relevante compreender as especifidades da profissão, bem como as legislações que permeiam o dia a dia do trabalho. Sobre o serviço do psicólogo no âmbito *online*, a primeira resolução pelo Conselho Federal de Psicologia foi no ano 2000, através do documento 003. Nele, o conselho regulamentava pela primeira vez o atendimento psicoterapêutico por computador. Este documento corrobora com outros já criados pelo Conselho, sendo eles: Resolução CFP nº 10/97 e 11/97, sendo a primeira estabelecendo critérios para divulgação e publicidade do exercício profissional do psicólogo, associados à práticas que não estejam de acordo com os critérios científicos estabelecidos no campo da Psicologia, e a segunda tratando sobre a realização de pesquisas com métodos e técnicas não reconhecidos pela Psicologia. Ambas as resoluções abordam a ética da profissão em qualquer circunstância de atuação, a utilização apenas de métodos científicos e psicológicos, além da vedaçãoda divulgação com promessas de resultados taxativos e do detrimento de correntes psicológicas em favor da sua, além da necessidade da inscrição ativa no CRP da sua região.

Quantoà resolução 003/2000, ela considerou informações já citadas acima e complementou trazendo que essa nova forma de atuação não era conhecida nem tinha eficiência comprovada, por tal motivo poderia apresentar riscos para o usuário. Também complementou que o psicólogo deveria proporcionar, mesmo neste ambiente, o sigilo profissional. A respeito dos conteúdos dos artigos da resolução, eles resumem-se em: esse atendimento psicoterapêutico poderia ocorrer se fizesse parte de um projeto de pesquisa, de acordo com a Resolução 196/1996 do (CNS) Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde, buscando embasamento na eficácia dos instrumentos. Os resultados obtidos seriam divulgados para a comunidade científica, para que, após tais análises, novas decisões fossem tomadas. Para que ocorressem tais pesquisas, era necessário seguir: não recebimento de honorários pela pesquisa realizada, os participantes deveriam conhecer o caráter experimental da técnica, bem como possíveis problemas da violação de dados.

Esse documento também orientava que os profissionais, ao divulgarem esse novo meio, explicassem que era uma técnica experimental, sujeita à análise de qualidade. Alguns termos citados para ilustrar esse novo mundo foram: *psyberterapia*, *psyberpsicoterapia*, *psyberatendimento*, *cyberterapia*, *cyberpsicoterapia*, *cyberatendimento*,*e-terapia*, *webpsicoterapia*, *webpsicanálise*. Os serviços que poderiam ser prestados eram: orientação psicológica e afetivo-sexual (desde que pontual), orientação profissional, de aprendizagem e ergonômica, consultorias, reabilitação, processos seletivos e testes informatizados.Era vedado o tratamento psicoterapêutico em si, ou seja, apenas tais trabalhos eram aceitos desde que não ferissem o código de ética e a resolução. Para a utilização desse novo recurso, os psicólogos precisavam ter cadastro online junto ao CRP, além de certificado eletrônico.

Já o documento 006/2000 do CFP instituiu a Comissão Nacional de Credenciamento e Fiscalização dos Serviços de Psicologia pela internet. Em outras palavras, formou uma comissão para verificar a utilização da internet, seguindo os aspectos e orientações da resolução anterior. Dessa forma, os participantes dessa bancada tinham como responsabilidade:

I - desenvolver critérios, por meio de rigorosa análise e coleta de informações qualificadas, para avaliar a qualidade dos serviços psicológicos oferecidos pela Internet;

II - Acompanhar o credenciamento e fiscalizar os sites de atendimento psicoterapêutico mediado pelo computador;

III - Acompanhar a certificação dos sites de pesquisa sobre atendimento mediado pelo computador que tenham sido aprovados por Comitê de Ética em Pesquisa reconhecido pelo Conselho Federal de Psicologia.

Após cinco anos, entrou em vigor a Resolução CFP N° 012/2005, revogando a Resolução CFP N° 003/2000. Seu objetivo era regulamentar os atendimentos psicoterapêuticos e outros serviços psicológicos mediados por computador, aproveitando muitas informações da antiga resolução.A mudança específica foi a permissão de cobrança de honorários para os serviços oferecidos e permitidos, desde que não fosse processo psicoterapêutico. Além disso, era vedada a utilização do preço como propaganda.

No ano de 2012, foi construídaaResolução CFP N° 011/2012, regulamentando os serviços psicológicos realizados por meios tecnológicos de comunicação a distância, incluindo o atendimento psicoterapêutico em caráter experimental. Essa foi a primeira vez que foi colocada a possibilidade da realização de processo terapêutico online, diferente das outas duas resoluções citadas acima, em que constavam apenas orientações, consultorias e entrevistas. O artigo 1º explica:

São reconhecidos os seguintes serviços psicológicos realizados por meios tecnológicos de comunicação a distância desde que pontuais, informativos, focados no tema proposto e que não firam o disposto no Código de Ética Profissional da(o) psicóloga(o) e esta Resolução:

1. As Orientações Psicológicas de diferentes tipos, entendendo-se por orientação o atendimento realizado em até 20 encontros ou contatos virtuais, síncronos ou assíncronos;
2. Os processos prévios de Seleção de Pessoal;
3. A Aplicação de Testes devidamente regulamentados por resolução pertinente;
4. A Supervisão do trabalho de psicólogos, realizada de forma eventual ou complementar ao processo de sua formação profissional presencial;
5. O Atendimento Eventual de clientes em trânsito e/ou de clientes que momentaneamente se encontrem impossibilitados de comparecer ao atendimento presencial.

Assim, o acompanhamento psicológico *online* tinha como prazo máximo vinte encontros, sendo necessário a inscrição do CRP e no E-psi (cadastros de psicólogos online), divulgando o nome e dados desse profissional habilitado para atendimentos remotos. Ressalta-se que manter um acompanhamento periódico de atendimento *online* era previsto como falta ética, especialmente sem as autorizações necessárias. Também foi colocada a possibilidade de atender crianças e adolescentes, desde que seguindo o código de ética da profissão e o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA).

Posteriormente a essa publicação, em 2018, foi instaurada uma nova resolução CFP, a nº 11/2018, regulamentando a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação, conforme indicado no artigo 2º:

São autorizadas a prestação dos seguintes serviços psicológicos realizados por meios tecnológicos da informação e comunicação, desde que não firam as disposições do Código de Ética Profissional da psicóloga e do psicólogo a esta Resolução:

1. As consultas e/ou atendimentos psicológicos de diferentes tipos de maneira síncrona ou assíncrona;
2. Os processos de Seleção de Pessoal;
3. Utilização de instrumentos psicológicos devidamente regulamentados por resolução permanente, sendo que os testes psicológicos devem ter parecer favorável do Sistema de Avaliação de Instrumentos Psicológicos (SATEPSI), com padronização e normatização específica para tal finalidade.
4. A supervisão técnica dos serviços prestados por psicólogas e psicólogos nos mais diversos contextos de atuação.

§ 1º. - Entende-se por consulta e/ou atendimentos psicológicos o conjunto sistemático de procedimentos, por meio da utilização de métodos e técnicas psicológicas do qual se presta um serviço nas diferentes áreas de atuação da Psicologia com vistas à avaliação, orientação e/ou intervenção em processos individuais e grupais.

§ 2º - Em quaisquer modalidades desses serviços, a psicóloga e o psicólogo estarão obrigadas(os) a especificarem quais são os recursos tecnológicos utlizados para garantir o sigilo das informações e esclarecer o cliente sobre isso.

É possível notar um avanço nas colocações do conselho, possivelmente pela maturidade e aprendizados ao decorrer de dezoito anos desde o início dessa nova realidade. Sendo assim, pontua algumas informações pela primeira vez:

Art. 5°. - O atendimento de crianças e adolescentes ocorrerá na forma desta Resolução, com o consentimento expresso de ao menos um dos responsáveis legais e mediante avaliação de viabilidade técnica por parte da psicóloga e do psicólogo para a realização desse tipo de serviço.

Art. 6°. - O atendimento de pessoas e grupos em situação de urgência e emergência pelos meios de tecnologia e informação previstos nesta Resolução é inadequado, devendo a prestação desse tipo de serviço ser executado por profissionais e equipes de forma presencial.

Art. 7°. - O atendimento de pessoas e grupos em emergência e desastres pelos meios de tecnologia e informação previstos nesta Resolução é vedado, devendo a prestação desse tipo de serviço ser executado por profissionais e equipes de forma presencial.

Art. 8°. - É vedado o atendimento de pessoas e grupos em situação de violação de direitos ou de violência, pelos meios de tecnologia e informação previstos nesta Resolução, devendo a prestação desse tipo de serviço ser executado por profissionais e equipes de forma presencial.Art. 9°. - A prestação de serviços psicológicos, por meio de tecnologias de informação e comunicação, deverá respeitar as especificidades e adequação dos métodos e instrumentos utilizados em relação às pessoas com deficiência na forma da legislação vigente.

Ela reitera sobre a necessidade de cadastro nos órgãos responsáveis, embasamento ético-científico, privacidade e sigilo. Atualmente, essa resolução permanece em vigor; no entanto, não é mais o único documento em vigência, devido à pandemia de Covid-19. O contágio do vírus surgiu na China, na cidade de Wuhan, em dezembro de 2019.Seu rápido contágio aumentou exponencialmente o número de infectados, tornando-se uma epidemia global. A OMS (Organização Mundial de Saúde), em 11 de março de 2020, caracterizou-a como pandemia, título dado quando a doença afeta muitas pessoas ao redor do mundo. A Covid-19 é causada pelo coronavírus (SARS-CoV-2), e sua gama de gravidade passa de contaminações assintomáticas até quadros graves.Um método de enfrentamento a pandemias recomendado pela OMS foia separação entre indivíduos contaminados e não contaminados, denominada isolamento. Os outros métodos foram: quarentena, com restrição do ir e vir, a fim de diminuir a exposição ao contágio, e distanciamento social, com o propósito de redução do contato através da distância física. Ambas as ações buscaram reduzir a velocidade de contágio para que os sistemas de saúde não se sobrecarregassem e pudessem prestar atendimento às pessoas contaminadas pelo coronavírus (Resende e Melo, 2020).

Diversas empresas solicitaram que seus trabalhadores passassem a trabalhar em *home office* como medida de enfrentamento ao Covid-19. Isso impactou todas as áreas da sociedade.As universidades tiveram suas aulas presenciais suspensas, passando a ofertar o ensino de modo online. Os trabalhos que não conseguiam migrar para o online ficaram impossibilitados de serem realizados. A partir dessa nova vivência, o Conselho Federal de Psicologia criou aResolução nº 4, de 26 de março de 2020, após quinze dias do anúncio da OMS, regulamentando os serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação (TICs) durante a pandemia do Covid-19. Essa medida visoupossibilitar atendimento psicológico facilitado a todos que necessitassem, suspendendo, durante o período da pandemia, os artigos:

Art. 3º - A prestação de serviços psicológicos referentes a esta Resolução está condicionada à realização de um cadastro prévio junto ao Conselho Regional de Psicologia e sua autorização.

Art. 4°. O profissional que manter serviços psicológicos por meios tecnológicos de comunicação a distância, sem o cadastramento no Conselho Regional de Psicologia, cometerá falta disciplinar.Art. 6°. - O atendimento de pessoas e grupos em situação de urgência e emergência pelos meios de tecnologia e informação previstos nesta Resolução é inadequado, devendo a prestação desse tipo de serviço ser executado por profissionais e equipes de forma presencial.

Art. 7°. - O atendimento de pessoas e grupos em situação de emergência e desastres pelos meios de tecnologia e informação previstos nesta Resolução é vedado, devendo a prestação desse tipo de serviço ser executado por profissionais e equipes de forma presencial.Art. 8°. - É vedado o atendimento de pessoas e grupos em situação de violação de direitos ou de violência, pelos meios de tecnologia e informação previstos nesta Resolução, devendo a prestação desse tipo de serviço ser executado por profissionais e equipes de forma presencial.

Essa situação de calamidade pública, junto com as medidas realizadas pelo Conselho, popularizou um movimento que ocorria desde os anos 2000: o atendimento *online*. Muitos profissionais não utilizavam tais tecnologias, ofertando apenas atendimento presencial. No entanto, nessa situação, viram-se com os consultórios parados, sem a possibilidade de ir e vir, com o rendimento diminuindo dia após dias. Além disso, enfrentavama insegurança causada pela pandemia.Assim, os profissionais que não utilizavam o *online* viram como possibilidade – ou necessidade – uma forma de continuaremtrabalhando, mesmo que estivessem em casa.

**O trabalho em mídias sociais e a plataformização do trabalho.**

Mídias sociais referem-se a plataformas *online* e aplicativos que permitem a criação, compartilhamento e interação de conteúdo gerado pelos usuários. Essas plataformas proporcionam um ambiente virtual para a construção de contatos, onde os usuários podem se conectar, expressar opiniões, compartilhar mídia e participar de conversas(Rocha e Trevisan, 2020).Exemplos populares de mídias sociais incluem *Facebook*, *Instagram*, *Twitter*, *LinkedI*n e *TikTok*, cada qual com suas particularidades, formas de relacionamento, necessidades e produtos diferentes.

O aplicativo *Instagram*, lançado no ano de 2010, era inicialmente uma mídiasocial para compartilhamento de fotos, e hoje está dedicado para a produção de conteúdo (Karhawi, 2020).Com essa nova constituição e objetivo, a rede ganhouumanovacaracterísticanocenáriobrasileiro e internacional. Em seuperfil oficial, há a opção de ser redirecionado para a páginade produtores de conteúdo (https://business.instagram.com/).Nesse site,são compartilhadas informações para aqueles que desejam passar de uma conta pessoal para uma conta de produtor, sendo inclusive estimulados a fazê-lo, com um passo a passo de como realizar a mudança (Instagram, 2023a).

Além disso, apontam que agora o novo produtor de conteúdo deve conhecer o público que o segue, ou seja, sua audiência, para então programar suas próximas postagens. Os *insights* possíveis de serem vistos incluem: *insights* de atividade – quem visitou o perfil, cliques no site, quantas pessoas veem o conteúdo e de onde vieram as visualizações. Já o *insight* de conteúdo torna possível ver o alcance das publicações e dos *stories*. Enquanto o *insight* público mostra os motivos das pessoas terem seguido o perfil e deixado o mesmo. Os sites também sugerem que os sujeitos montem um cenário/estúdio em casa, indicando materiais necessários como fundo com cor sólida, *rings light[[21]](#footnote-22)*, bastão de *selfie[[22]](#footnote-23)*, tripé, acessórios virtuais, boa iluminação e som adequado. Sobre a produção em si, o site sugere ferramentas próprias dele, como biblioteca de conteúdos, *insights* e publicações (Instagram, 2023a).

Além dessas informações, também é possível encontrar orientações sobre como criar uma conta empresarial, usar um *marketing* personalizado, fazer anúncios e dicas para uma publicação de sucesso, além de inspirações.Dentro desse site, há uma opção de ser redirecionado para outra página, própria para os produtores de conteúdo (https://creators.instagram.com/).O slogan ao chegar no site é “Conecte o seu mundo com criatividade. Você nasceu para isso. Agora, é hora de criar a sua comunidade”, fazendo um chamado para a ação. Ao clicar no botão “criar”, aparece uma nova página com outra fase de ação: “CRIE A SUA VISÃO DE MUNDO. Crie a sua marca e compartilhe-a com o mundo”.Logo abaixo, encontram-se fotos atraentes, vídeos engraçados e indicações do que e como fazer. “Crie o conteúdo que os seus fãs querem com inspiração da nossa comunidade de criadores de conteúdo”, seguidode ideias de “*Reels*” para que o sujeito se inspire. Após esses vídeos, há outro chamado da plataforma para o público: “Compartilhe o que você adora e muito mais no Vídeo do Instagram. Para conquistar a fidelidade do público, você pode apresentar tutoriais, ministrar palestras ou mostrar um pouco sobre a sua vida em conteúdos de vídeo longo”, seguido de várias inspirações. Ao continuar descendo a página, o convite agora é para “Transmitir ao vivo ajuda a ampliar a sua comunidade em tempo real. Conecte-se mais profundamente com os fãs a respeito dos tópicos mais importantes para você e vivenciem todos os momentos juntos”, seguido de ideias. Posteriormente, a frase é “Qual é a sua história? Use o Stories para expressar o seu verdadeiro eu. Mostrar a sua vida diária e as suas paixões ajudará muito as pessoas a saberem como você é de verdade”, com exemplos e dicas do que e como fazer. Por último, a indicação é: “Crie momentos importantes no seu perfil. Faça os seus negócios crescerem publicando conteúdo inspirador para os seguidores curtirem, compartilharem e salvarem”(Instagram, 2023b).

Dentro desse contexto, de diversos chamados e constantes estímulos, iniciou-seocrescimento e expansãode empreendedores digitais.Esses empreendedorescriam conteúdos nos mais diferentes segmentos e fazem a posterior venda por meio de *e-books[[23]](#footnote-24)* e cursos, atrelados ao discurso de alto desempenho.Assim, transformamessa plataforma de lazer em trabalho.Em outras palavras, por meio das novas tecnologias, mais tempo e espaços são ganhos para empreender. No entanto, menos tempo setem para viver. Não seria diferente, pois a plataforma induz essa ação com frases como: “Ganhe dinheiro com o que você faz de melhor. Seja com conteúdo de marca, selos ao vivo ou compras, há muitas maneiras de ser criativo (e receber por isso)” (Instagram, 2023b).

As informações passaram a ser difundidas de modo mais rápido, gerando novas características.Os aplicativos deixaram de ser apenas lazer para também serem utilizados para fins de trabalho. As postagens passaram a ser atualizadas de anos e meses para horas e segundos (Bauman, 2001). Os usuários começaram a ser consumidores, e os que compartilhavam informações se tornaram produtores de conteúdo ou “influencers”.O que antes era restrito a blogueiras de moda expandiu-se para profissões tradicionais, como engenharias, direito e a área da saúde. Assim, médicos, nutricionistas, educadores físicos, entre outros profissionais, passaram a compartilhar inicialmente informações e, ao longo dos anos, diante de novas demandas de mercado(Karhawi e Prazeres, 2022).

Por meio dessa mídiasocial, diversos psicólogos compartilham suas rotinaspor meio de *stories* e postagens no *feed*. Focamos especialmente em psicólogos clínicos, com o objetivo de atrair clientes para o trabalho que ofertam. Dentro desse contexto, surgiram perfis vendendo métodos para a obtenção de maior sucesso na área clínica, empregando diferentes temas, cada passo calculado visando a obtenção de mais pacientes e sucesso profissional. Os números de seguidores passaram a ser medida de sucesso e legitimidade desses profissionais (Karhawi, 2020).

Dessa maneira, os profissionais são convocados à busca pelos seguidores, realizandopostagens infinitas em nome do sucesso e do que ele representa. Esse movimento ascendeu no Brasil nos últimos anos e pode ser associado à flexibilização das leis trabalhistas, à ausência de mercado de trabalho formal para os trabalhadores e à plataformização do trabalho. Estar na internet, captar clientes e divulgar o trabalho surge como solução para as mazelas. Ser empreendedor de si e vender-se são ilustrados como solução para essas problemáticas, ressaltando a individualização do sujeito e a falta de mobilização coletiva. “O sucesso torna-se uma obrigação: é preciso ganhar, caso contrário o indivíduo é eliminado” (Gaulejac, 2007, p. 84).

A partir da busca de sobrevivência no meio em que estão inseridos, os profissionais passam a buscar os meios que aparentemente propiciam tal.Assim, iniciam postagens nas mídias, adquirem cursos ensinando as fórmulas a serem seguidas na plataforma, desde *marketing[[24]](#footnote-25)*, gestão financeira até*branding[[25]](#footnote-26)* pessoal.Formatam seu conteúdo a partir das indicações dos especialistas, criam roteiros sobre o que postar e quando postar, conectam-se com o público, contratam *designers[[26]](#footnote-27)*, *copywriters[[27]](#footnote-28)* e *social media[[28]](#footnote-29)*.Estão constantemente *online* e consomem conteúdos de outros para então serem melhores naquilo que fazem.Uma cadeia retroalimentada por si mesma. Torna-se relevante compreender esse caminho, por vezes percorrido também pelos psicólogos clínicos. É essencial ter uma análise crítica e refletir sobre esses cursos e especialistas, pois muitas vezes esses profissionais não são psicólogos, não são regidos por um Código de Ética. Ou seja, prometem resultados taxativos, quebram sigilo e outros temas que aviltam a psicologia.

Neste contexto, Kehl (2015, p. 83) retrata os interesses ocultos da publicidade:

A publicidade se estabeleceu nas economias capitalistas como um recurso indispensável para o escoamento dos bens de consumo; mas o desenvolvimento de suas técnicas de aliciamento do consumidor extrapolou o objetivo original de promover a venda de certas mercadorias. Hoje a publicidade não serve apenas para convencer o possível comprador (...) a publicidade vende sonhos, ideais, atitudes e valores para a sociedade inteira. Mesmo quem não consome nenhum dos objetos alardeados pela publicidade como se fossem a chave da felicidade, consome a imagem deles. Consome o desejo de possuí-los. Consome a identificação com o “bem”, com o ideal de vida que eles supostamente representam.

Essa estruturara não leva em consideração a particularidade de cada sujeito, vendendo fórmulas prontas de um dito sucesso que não fazem sentido para todos, mas que, no entanto, são vendidas como se fizessem. Esse movimento é descrito por Haroche (2011, p. 367):

Reforçado pelas tecnologias contemporâneas, o indivíduo seria compelido a representar não uma parte de si, mas uma exposição total, uma revelação contínua de si, a mostrar-se para ser valorizado, além disso, mais fundamentalmente, para existir. A visibilidade seria sinônimo de legitimidade, de utilidade, de garantia de qualidade: a frequência, a quantidade, e até a continuidade da visibilidade valorizam o indivíduo. A invisibilidade, quanto a ela, seria sinônimo de inutilidade, de insignificância, e até de inexistência.

Dessaforma,os indivíduos passaram a negligenciar momentos de inatividade e passaram a adotar a utilidade como um desejo, buscando destacar-se nesse sentido. Cada ação é cuidadosamente calculada em busca do sucesso; o ócio e o tédio são encarados como uma perda de tempo (Haroche, 2011). Assim, mais deve ser feito em um menor período. Essa ótica é alimentada pelo senso de urgência nas relações pessoais e profissionais, além do imediatismo, buscando sempre maiores resultados em menor tempo, necessitando de comportamentos que incentivam a competição e a individualização entre os pares e a sociedade em geral, desvalorizando o coletivo e a cooperação (Enriquez, 2014).

Por isso, é importante construir algo que faça mais sentido ao sujeito e que cause menor sofrimento a ele. Isso se torna possível a partir de ambientes acolhedores e posturas não naturalizadas diante dos acontecimentos, pautando-se na ética profissional. Não se pode demonizar as atuais ferramentas de divulgação, pois as mesmas acessibilizam a Psicologia ao público leigo. No entanto, o papel do profissional por trás das mídias sociais deve ter consciência social, ser promotor de saúde mental, contra discriminações de qualquer tipo e gênero, questionando discursos capacitistas, excludentes e meritocráticos. Todos os aspectos contrários a isso reforçam paulatinamente a Psicologia como um bem a ser explorado, criando necessidades para os públicos (diagnósticos e sintomas) que caem nas garras de uma sociedade predadora. Tais aspectos são evidenciados e valorizados pela Psicossociologia do Trabalho, que compõem as bases bibliográficas desse trabalho.

Esses novos ideais difundidos nasmídias sociais perpassam temas como teletrabalho e plataformização do trabalho.Para que haja um entendimento acerca dos temas, é imprescindível que haja definição dos conceitos e conceitualização dos mesmos na realidade, em especial a supracitada no texto.Sobres esses aspectos,nos debruçaremos na sequência do texto.

A respeito do teletrabalho, podemos afirmar que as novas formas de organização da sociedade frente ao trabalho e às mídias sociais tornaram-se possíveis a partir dasevoluções científicas, das tecnologias e das informações.Essas evoluçõesocasionaram novas estruturas econômicas e sociais, remodelando assim a cultura, as produções e, em específico,o trabalho.Os sujeitos passaram a utilizar constantemente os meios tecnológicos em suas vidas profissionais e pessoais. As tecnologias nos computadores e celulares foram inicialmente facilitadoras nos processos de trabalho e relações sociais, tornando-seposteriormente ferramentas indispensáveis ao lazer e trabalho, rompendo com as fronteiras do pessoal, do privado, do familiar e do trabalho(Silva, 2018).

Com essa nova utilização da tecnologia, abriu-sea possibilidade de trabalhos remotos, sem fronteiras de localidades ehorários. Dessa maneira, o trabalhador não precisava estar na sede da empresa para realizar o seu trabalho, mas simem sua casaou em outro local escolhido por ele. Essas alterações na forma de trabalho são chamadas de nascimento da era digital, com flexibilização dos modelos de trabalho, rompendo com a forma tradicional difundida até então(Silva, 2018).

Segundo o mesmo autor, há elementos que devem ser observados como vantagens e desvantagens acerca do teletrabalho, tanto para o trabalhador, empresa e sociedade. Para ele, as vantagens do teletrabalho para o trabalhador incluem a redução do tempo de deslocamento, economia com passagens e/ou combustível, maior contato com a família, escolha do local de trabalho e clima mais agradável. Já para a empresa, o benefício está na redução de gastos com passagens e com estrutura física, além de tornar mais fácil a seleção de pessoal, pois não se restringe à região em que ela se encontra. Para a sociedade, o benefício está na possibilidade de haver mais vagas de emprego no mercado de trabalho, pois não há fronteiras geográficas, redução de tráfego nas ruas e avenidas, especialmente nos grandes centros, e maior acessibilidade para grupos que possuem dificuldades em sair de casa.Já as desvantagens para essa modalidade detrabalho são:falta de relações sociais, riscos ergonômicos, falta de comunicação com os gestores e indistinção entre lazer e trabalho. As desvantagens para a empresa incluem o aumento de custos com tecnologias e recursos tecnológicos, além da falta de controle sobre a produção do trabalhador. Para a sociedade, as desvantagens são: falta de integração do sujeito com a comunidade em que a empresa e o indivíduo pertencem, ausência de coletivismo, exploração de trabalhadores e maior polaridade entre grupos (Silva, 2018).

Baseado nessa nova situação de trabalho, os indivíduos nessa realidade tiveram de buscar rearranjos em sua vida pessoal, pois o trabalho se mudou para a casa, o quarto se tornou escritório, a sala de jantar estação de trabalho, eram pais trabalhando, filhos estudando e a situação caótica de mortes devido à pandemia. Um dos efeitos dessa nova realidade foi o rompimento da barreira entre o pessoal e o profissional; ambos os papéis ficaram imbricados sem diferenciação de ambiente e horários (Araujo e Lua, 2020).

As autoras Araújo e Lua (2020), dentro desse contexto, buscaram pesquisar os aspectos positivos e negativos dessa nova configuração. Entre os achados positivos, teve-se flexibilidade na jornada de trabalho, mais tempo com os familiares, não precisar se deslocar até o trabalho,poder trabalhar de onde quiser, aumento de produtividade e distanciamento social. Já os aspectos negativos apontados foram falta de relações sociais, isolamento, menor produtividade, estigma de que quem está em casa é desempregado, conflitos com os familiares, indiferenciação entre pessoal e profissional, estar sempre em função do trabalho, falta de ergonomia e recursos de trabalho, baixa concentração e precariedade do trabalho.A partir da compreensão desse tema, podemos avançar para o entendimento de outro assunto correlato que se originou dessa organização remota; aqui evidenciamos aplataformização do trabalho.

Aplataformização do trabalhoé um conceito amplo, que remete à crescente dependência de infraestruturas digitais para a realização do trabalho, seja através de um ambiente formal de trabalho e até mesmo na condição de teletrabalho. Isso acontece quando os trabalhadores necessitam de ferramentas digitais para desempenhar seu trabalho, ou seja, dependem de um sistema para enviar *e-mails*, lançar notas e fazer videochamadas,cenário que denota a presença da plataformização. Os autores Poell, Nieborg e Dijck (2020, p. 2) escrevem:

A plataformização é definida como a penetração de infraestruturas, processos econômicos e estruturas governamentais das plataformas digitais em diferentes setores econômicos e esferas da vida. Ela também envolve a reorganização de práticas e imaginários culturais em torno dessas plataformas.

Além disso, a plataformização dos negócios nesses meios frequentemente é centralizada, atuando como intermediário ente consumidor e fornecedor. Essa mediação resulta emgerenciamento por meio de *algorítimos e dataficação dos dados*[[29]](#footnote-30).Conforme discutido por Dardot e Laval (2016), abordando a questão dos algoritmos, os autores destacam que essas ferramentas são elementos cruciais nos novos mecanismos de gerenciamento e controle do trabalho. No entanto, argumentam que não podem ser compreendidos isoladamente, sem levar em consideração a interligação entre financeirização e dataficação, inseridas no contexto mais amplo da totalização de uma racionalidade neoliberal empreendedora.

A partir dessa organização mais dependente e atravessada pela tecnologia, temos as plataformas digitais, que reúnemtrabalhadores de áreas correlatas para criar uma ponte entre prestador e consumidor do serviço. Desse modo, a plataforma designa os profissionais aos possíveis clientes que visitam aquele site ou aplicativo. Assim, as plataformas organizam o trabalho e o gerenciam segundo seus próprios critérios,com ampla flexibilização do trabalho sob a ótica do empreendedorismo.Tais plataformas utilizam termos tecnológicos, como algoritmos e dados, para criar padrões aos consumidores e prestadores de serviço.Por exemplo, o prestador e o consumidor só conseguem se comunicar e fechar serviços por meio da plataforma. À medida que essas interações ocorrem, serviços são prestados, metas são atingidas, um maior número de serviços é realizados, alcançando assim públicos-alvo e preenchendo dados pelos consumidores e prestadores, as plataformas vão criando um extenso perfil com alto valor agregado à plataforma(Grohmann, 2020).

Vale ressaltar que o prestador de serviço não é amparado pela legislação trabalhista, ou seja, o trabalhador não é funcionário da plataforma, pois é entendido que o mesmo é um empreendedor e utiliza as plataformas exclusivamente como meio de captar clientes. Esse contexto ambíguo, de “para quem ele trabalha? Para o cliente, para a empresa ou para si mesmo?” se dá devido àalta flexibilização do processo, resultando em uma nova organização da produção e do trabalho (Rosenfield e Mossi, 2020).Embora o artigo das autoras seja sobre microtrabalho[[30]](#footnote-31), ele proporciona um ambiente profícuo para se pensar o contexto da Psicologia e plataformas, mesmo que o trabalho do psicólogo não se enquadre em microtrabalho.

Dentro da Psicologia, já existem plataformas que fazem a intermediação entre o paciente e o profissional.Nesse ambiente, o psicólogo tem seus dados divulgados, linha de atuação e público-alvo. Dessa forma, a pessoa interessada pode realizar sua busca por localidade, abordagem teórica, preço e outras particularidades próprias de cada ferramenta. Após a realização da busca,são apresentados nomes de profissionais que se adequaram aos filtros de buscas colocados.O paciente então entra em contato com os mesmos via plataforma para agendar. Em algumas delas, esse passo não é necessário, pois o horário livre do profissional já aparece, necessitando apenas do pagamento para garantir o agendamento. Percebe-se que com isso, há a perdade algumas particularidades, como vínculo inicial e contato mais próximo. Oprofissional tem seu trabalho mediado por uma plataforma, porvezes deixando de lado a situação dialógica e reflexiva, evidenciando assim a lógica de disputas e a inexistência de coletivo.

Algumas das plataformas utilizadas pelos profissionais de Psicologia no país são: *Zenkclub*, *Telavita*, *Psitto*, *Psicologia Viva*, *Vittude*, *Telavita*, *Doctoralia*, *Psymeet*, *Efetiva Saúde*, entre outras que proporcionam o serviço acima descrito. Vale ressaltar que a inclusão nesse meio não é gratuita; as plataformas exigem pagamentos mensais e/ou trimestrais. Outras recebem uma porcentagem sobre cada agendamento/atendimento realizado. O trabalho do psicólogo clínico, nesse sentido, é plataformizado quando passa a depender de plataformas como *Meet*, *Teams*, *Zoom*, para atendimentos *online*. Igualmente, é plataformizado quando se utiliza plataformas como *Eurekka*, *Zenklub* ou mesmo quando se produzem conteúdos em mídias sociais. As plataformas afirmam possuir criptografia nas salas de atendimentos realizados; outras disponibilizam *links* para *Google Meet*.Em ambas, é feita a gestão da agenda do profissional e a exposição do mesmo para a cartela de clientes da plataforma. Essa informação é cativante,especialmente quando não se tem clientes ou poucos, pois é uma forma de expandir seus meios de capacitação. No entanto, é relevante compreender as implicações desse trabalho baseado em plataformização, analisar os resultados e custos para além das finanças.

Além desse viés, é importante ressaltar questões éticas da profissão. O CRP (Conselho Regional de Psicologia) do Paraná diz:

Caso a(o/e) profissional de Psicologia opte por contratar uma plataforma, aplicativo ou algum outro serviço oferecido por pessoas jurídicas para a prestação e divulgação dos serviços psicológicos on-line, evidencia-se o disposto no Código de Ética Profissional do Psicólogo:

Art. 1º – São deveres fundamentais dos psicólogos:

a. Conhecer, divulgar, cumprir e fazer cumprir este Código;

c. Prestar serviços psicológicos de qualidade, em condições de trabalho dignas e apropriadas à natureza desses serviços, utilizando princípios, conhecimentos e técnicas reconhecidamente fundamentados na ciência psicológica, na ética e na legislação profissional.

São reforçados os deveres dos psicólogos, ou seja, ao associar-se a plataformas, é relevante compreender sua formatação, objetivos e ética.Com base nessa necessidade, o CRP-PR publicou pontos importantes a serem observados na nota técnica 02/2022, utilizando como referência a Nota Técnica CFP nº 1/2022.

Observa-se que a responsabilidade de conhecer, divulgar, cumprir e fazer cumprir as normativas profissionais é única da(o/e) psicóloga(o/e), que não pode alienar seus deveres a terceiros. Conforme disposto na Nota Técnica CFP nº 1/2022:

Reforça-se que, mesmo quando a divulgação dos serviços é elaborada com o auxílio de empresas terceirizadas, plataformas coletivas de atendimento on-line ou profissionais de Marketing, Publicidade e Design, continua sendo responsabilidade da psicóloga e do psicólogo verificar se o conteúdo cumpre as diretrizes éticas da profissão, podendo também ser responsabilizada ou responsabilizado pela publicidade indevida (conforme art. 2º, “d” e art. 3º do CEPP). Orienta-se que a Plataforma apresente os nomes das psicólogas, dos psicólogos e inscrição no CRP.

Dessa forma, o CRP-PR recomenda, a partir da Nota Técnica CRP-PR 02/2022, que a categoria busque se vincular apenas a plataformas com inscrição de pessoa jurídica no Conselho Regional de Psicologia (que possui psicóloga(o/e) Responsável Técnica(o/e)), garantindo assim um maior alinhamento às normativas profissionais e a corresponsabilidade de fazê-las cumprir.

Art. 3º – O psicólogo, para ingressar, associar-se ou permanecer em uma organização, considerará a missão, a filosofia, as políticas, as normas e as práticas nela vigentes e sua compatibilidade com os princípios e regras deste Código.

Parágrafo único: Existindo incompatibilidade, cabe ao psicólogo recusar-se a prestar serviços e, se pertinente, apresentar denúncia ao órgão competente.

Segundo o autor Quadrado (2006), a virtualização da atividade é o resultado da pós-modernidade, em que as certezas foram substituídas, em parte devido ao avanço da *internet*.Com isso, novos filmes, produtos, jogos e, por assim dizer, novos ideais a serem alcançados surgiram.Diferentemente de décadas passadas, hoje a informação está ao alcance de um clique, e os sujeitos são convidados a se televisionarem, em vez de assistirem aos demais. Assim, o autor expõe (p.13):

As possibilidades desse jogo alcançaram novo patamar de sofisticação, uma vez que a rede mundial de computadores descentraliza a produção e a veiculação de conteúdos. Milhões de pessoas, em diferentes partes do globo, consomem, reciclam e produzem discursos, opiniões, boatos, ficções, imagens e vídeos por trás das máscaras cibernéticas com as quais navegam na internet.

Para que seja possível a atenção dos demais, já que o número de pessoas seguindo o mesmo caminho de exposição é cada vez maior, é entendido que há importância em fazer mais, ser mais palatável e até mesmo mais ridículo, tudo em nome da visualização, ser amado pelos outros. É a"virtualização" da realidade ou a criação de uma suposta realidade? Quadrado (2006) complementa: “Nunca foi tão difundida a ideia de que a realidade é fruto do discurso -ou do enquadramento das câmeras em dado momento”.

Esse bombardeamento de informações traz ao sujeito a impressão de necessitar estar constantemente atualizado, realizando tarefas, estudando, pesquisando ou apenas observando, sem ação reflexiva, atuando na sua própria vida. “O homem contemporâneo está sempre com pressa, mesmo sem saber ao certo aonde vai” (Quadrado, 2006, p.14).

Sem saber como e para onde vai, como o sujeito irá viver questões como vida profissional e pessoal? Gaulejac (2007, p.180) atentou-se ao tema relacionado ao lazer e trabalho, escrevendo:

Pouco a pouco o espaço privado é invadido pela atividade. As novas tecnologias permitem instalar eu escritório em seu domicílio. Temos assim uma colonização do espaço e do tempo “pessoal”. O que resta de “tempo livre” é progressivamente dominado por preocupações de rentabilidade e de intensidade.

Posto isso, os trabalhadores empreendedores,em nome de maior reconhecimento, colocam sua energia nesse meio, comprando ou tentando desenvolverfórmulas prontas em nome do sucesso, cedendo todo e qualquer tempo e energia.O trabalho é colocado nessa posição superior, para que o indivíduo seja valorizado em uma sociedade capitalista, onde seu trabalho é explorado e produz riquezas. Entendendo assim o contexto social e a valorização pela produção e consumo de bens, nota-se que o resultado é um ambiente de alto produtivismo, em que a saúde e subjetividade dos indivíduos são massacrados em nome de um dito sucesso. Mas sucesso para quem? A custo de quem? São perguntas que devem pautar as ações e reflexões, para que se saia do automático e haja reflexão sobre o que está posto, ao invés de naturalizar os acontecimentos e movimentos da sociedade. O filósofo sul-coreano Byung-Chul Han (2015, p.30) diz:

O explorador é ao mesmo tempo o explorado. Agressor e vítima não podem mais ser distinguidos. Essa autorreferencialidade gera uma liberdade paradoxal que, em virtude das estruturas coercitivas que lhe são inerentes, se transforma em violência. Os adoecimentos psíquicos da sociedade de desempenho são precisamente as manifestações patológicas dessa liberdade paradoxal.

O discurso gerencialista e a necessidade do alto desempenhotêm influenciado todas asáreasdasociedadeembuscadeeficiência,eficácia,altaadaptaçãoereaçõesrápidas.Esses preceitos constroem uma cultura da urgência, em que o sujeito se torna um objeto. O resultado dessa cultura é o sofrimento no trabalho, gerandoindivíduos mais angustiados, estressados, deprimidos, esgotados, sem compreender o porquê de tais sensações e sentimentos(Gaulejac,2013).

# METODOLOGIA

# Essa pesquisa científica utilizouuma abordagem qualitativa, tendo como referencial metodológico a teoria Psicossociologia do Trabalho.A abordagem qualitativa dentro da Psicossociologia do Trabalho busca compreender e interpretar as experiências subjetivas dos trabalhadores, explorando significados, relações e dinâmicas presentes no contexto laboral. Esse trabalho pode ser realizado com os seguintes métodos: entrevistas, observações participantes, pesquisa-ação, análise de conteúdos e discursos, grupos focais, triangulação de dados, história de vida profissional e contextualização do ambiente social.

# A partir dessa perspectiva, utilizou-secomo técnica complementar o estudo de caso, que tem como base o estudo de um caso particular que representa o conjunto de casos análogos (Severino, 2007). Além das diretrizes para a escolha do objeto a ser estudado, essa técnica também determina que os dados sejam coletados e registrados com qualidade técnica e científica, apresentados em materiais transcritos, resultando em discussõese análises, na forma de dissertação e artigos.

# Consequentemente, o trabalho de campo foi realizado por meio de coleta de dados, com a técnica de entrevista semiestruturada. A utilização desse modelo de entrevistas permite uma exploração aprofundada das experiências dos trabalhadores. Perguntas abertas possibilitam respostas mais ricas e contextualizadas, seguindo os critérios estabelecidos por Minayo (2000), com perguntas previamente formuladas, alinhadas com os objetivos do projeto, bem como o espaço para perguntas abertas, favorecendo a fala livre do entrevistado sobre determinado assunto, sendo uma interação de diálogo, frutificando em um espaço de escuta qualificada e atenta aos conteúdos trazidos pelo sujeito(Minayo, 2000).

# Levando em consideração o caráter da Psicossociologia, também é relevante pensar em outros aspectos para maior qualidade do trabalho, como considerar o contexto sociocultural, pois é fundamental para interpretar as experiências dos trabalhadores à luz das normas, valores e estruturas sociais que influenciam o ambiente de trabalho. Essa abordagem qualitativa na Psicossociologia do Trabalho busca ir além das métricas quantitativas, buscando compreender a subjetividade, as relações interpessoais e o significado do trabalho na vida dos indivíduos.

# Esse tipo de coleta e análise propicia o avanço científico na área de Psicologia Organizacional e do Trabalho, em especial no que tange à subjetividade e saúde dos empreendedores em psicologia clínica, à luz da Psicossociologia do Trabalho.

# 1.As entrevistas

# Levando em consideração as metodologias aplicadasnesta pesquisa, tornou-se essencial escolher uma ferramenta que considerasse a subjetividade de cada entrevistado, levando em conta sua história de vida, sua constituição como pessoa e profissional, além da compreensão de suas angústias, realizações e concepção de futuro. Dessa forma, este instrumentofoi composto por questões e temáticas alinhadas com a pesquisa,constituindo-seemum roteiro de entrevista seguindo as diretrizes éticas e os objetivos listados acima, ligada ao levantamento de dados e às necessidades dos profissionais analisados. O instrumento de entrevista encontra-se no Anexo A.

Paragarantir aqualidadedotrabalho,foramnecessários algunscuidados anteriores à aplicação da técnica (Bleger, 1998), como: solicitação de autorização ao comitê de ética de pesquisa envolvendo seres humanos, delimitaçãodo tema abordado, seleçãodos participantes,explicaçãosobre opropósitodapesquisa,solicitaçãodoconsentimentoparacoletadosdados e posterior utilização, e garantia de sigilo. Nesse contexto, foifornecido aos entrevistados um termo de consentimento livre e esclarecido.

**2. Procedimento de Campo**

A pesquisafoi composta por dez profissionais formados em Psicologia, com registros ativos no CRP, que atuamna área clínica e produzemconteúdo nas mídias sociais. O número da amostra trouxe conteúdo suficiente para a análise mais pormenorizada das questões suscitadas.A técnica de amostragem escolhida foi a“Bola de Neve”, em quea indicação de pessoas próximas se faz assertiva, pois gera confiabilidade ao trabalho, tornando mais acessíveis as informações necessárias para a coleta de dados. A execução do método é descrita por Vinuto (2014, p. 203):

Lança-se mão de documentos e/ou informantes-chaves, nomeados como sementes, a fim de localizar algumas pessoas com o perfil necessário para a pesquisa, dentro da população geral. Isso acontece porque uma amostra probabilística inicial é impossível ou impraticável, e assim as sementes ajudam o pesquisador a iniciar seus contatos e a tatear o grupo a ser pesquisado. Em seguida, solicita-se que as pessoas indicadas pelas sementes indiquem novos contatos com as características desejadas, a partir de sua própria rede pessoal, e assim sucessivamente e, dessa forma, o quadro de amostragem pode crescer a cada entrevista, caso seja do interesse do pesquisador.

Ao adotar tais procedimentos, garantiu-se a aleatoriedade dos participantes, uma vez que foram apenas dez entrevistados previamente estipulados; esse método se mostrou eficaz devido à amostragem ser relativamente pequena. Assementes da pesquisa foram psicólogas clínica, indicadas com nomes fictícios ao longo da presente dissertação.A escolha dessas sementes deu-se em virtude da confiabilidade de ambas, que fazem parte do convívio da pesquisadora ao longo de sua formação acadêmica. As psicólogas formaram-se em instituições distintas, sendo uma particular e outra pública, possuem diferentes abordagens e atuam em estados distintos. A similaridade das sementes é a utilização das mídias sociais para divulgação do trabalho. Os participantes selecionados, com as entrevistas finalizadas,indicaramtrês novos participantes, para que houvesse o maior número de eventuais participantes, buscando o total da amostra de entrevistados propostos na pesquisa,prevenindo-se decancelamentos, desistências e baixas adesões. A partir da coleta dos números passados pelas primeiras entrevistadas, a pesquisadora entrava em contato com os possíveis participantes, se apresentando e explicando a pesquisa; caso houvesse interesse, era marcado previamente um horário com a disponibilidade de ambas as partes. É importante ressaltar que a participação dos profissionais que compõem a amostra selecionada foi espontânea, e o entrevistado poderia se negar a responder qualquer pergunta, sem nenhum prejuízo ao participante por causa disso.

A entrevista foi realizada por meio de plataforma virtual – *Google Meet* (ferramenta institucional, com acesso por meio do registro acadêmico e senha da pesquisadora) –, devido à pandemia de Covid-19 (Coronavírus). Por esse motivo,seguiram-se todos os protocolos da OMS,atentando-se para o isolamento social sempre que possível, visando promover o cuidado e preservar a integridade e assistência dos participantes e da equipe de pesquisa. Além disso, a amostra contou com participantes de diferentes localidades; sendo assim, a ferramenta *online* possibilitou a diversificação de participantes sem onerar custos de deslocamentos.

Segundo a política de privacidade e *compliance* da ferramenta *Google Meet*(disponívelem: https://support.google.com/a/answer/7582940?hl=pt-BR#zippy=%2Cprivacidadeecompliance), o instrumento cumpre compromissos rígidos de privacidade e proteção de dados, sendo os pesquisadores os proprietários dos dados, não o *Google*. Em consequência das dificuldades operacionais decorrentes das medidas impostas pela pandemia do SARS-CoV-2 (Covid-19), foi necessário zelar pelo melhor interesse do participante da pesquisa, mantendo-o informado sobre tudo o que podia afetá-lo.

Ademais, as entrevistas foram gravadas por meio de recursos disponibilizado pelo *Google Meet*. Os participantes que aceitaram participar da pesquisa assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Por se tratar de uma pesquisa com seres humanos, a mesma foi submetida à apreciação de um Comitê de Ética via Plataforma Brasil, aprovado pelo Certificado de Apresentação de Apreciação Ética(CAAE)número:55716821.0.0000.0104. Tanto o TCLE quanto as entrevistas estão armazenadas em um ambiente seguro e sigiloso; esses dados foram imediatamente transferidos para um CD-ROM e/ou *pen drive*, após a realização das entrevistas, visando oferecer maior segurança frente ao ambiente *online*; o mesmo será então armazenado na sala 003 do bloco 118 da Universidade Estadual de Maringá, situada na Av. Colombo, 5790 - Zona 7, Maringá - PR, 87020-900, até o prazo de seu descarte de 05 anos, de acordo com as normas vigentes.Assim, todo e qualquer registro de qualquer plataforma virtual, ambiente compartilhado ou "nuvem" foi apagado. Vale destacar que, após todo o trabalho de execução da pesquisa, os pesquisadores estarão comprometidos com o órgão responsável em apresentar seus resultados a toda população daquele contexto, a fim de divulgar tais dados àqueles que participaram ou não da pesquisa, e que estão envolvidos naquela realidade de trabalho. Ressaltamos o compromisso ético da pesquisa;dessa forma, a utilização dos dados foi feita apenas mediante a autorização assinada por cada participante através do termo de consentimento livre e esclarecido, concordando com a metodologia da pesquisa, e permitindo eventuais publicações dos resultados, com a garantia do sigilo da identidade.Ainda, é importante salientar que a pesquisa foi de caráter voluntário, não havendo nenhum pagamento aos participantes.

Por ter sido uma entrevista via remota, o método não trouxe nenhum risco físico aos participantes. Porém, considerando que a situação dialogal proposta pela entrevista poderia suscitar algum tipo de material psíquico, como emoções e ansiedade decorrentes da situação do trabalhador com seu trabalho, essa exposiçãodo público-alvo a um nível mínimo de risco seguiu a Resolução 510/2016 CNS (Conselho Nacional de Saúde) e 466/2012 CNS. Nesse sentido, visando proteger os participantes e garantir a autonomia dos mesmos, os pesquisadores se prepararam para minimizar desconfortos que porventura pudessem acontecernessa interação remota da pesquisa.Por tal motivo, foi realizado contato e autorizações com a Universidade Estadual de Maringá atravésdoServiço chamado Unidade de Psicologia Aplicada (UPA). Tal órgão era capaz de oferecer a continência necessária caso houvesse alguma sensibilidade em relação aos conteúdos trabalhados; no entanto, não foi realizado nenhum encaminhamento ao mesmo. Além disso, a pesquisadora se disponibilizou a manejar eventuais questões, sendo inscrita no Conselho Regional de Psicologia do Paraná sob número de inscrição: 08/34790.

Foi firmado diante do CEP (Comitê de Ética em Pesquisa)/CONEP(Comissão Nacional de Ética em Pesquisa)o compromisso com as questões éticas envolvendo a pesquisa com seres humano e que, caso houvesse algum risco ou dano significativoao participante da pesquisa, previstos ou não no TCLE, este seria comunicado em caráter emergencial ao mesmo; contudo,não foramnecessárias tais medidas.

# 3.Procedimento de análise dos dados

A análise dos dados coletados foi realizada de maneira interpretativa por categorias, conforme Bardin (2011), que descreve a categorização como uma classificação de elementos de um conjuntopormeiodadiferenciaçãoeposteriormenteporumreagrupamento,segundocritérios previamente definidos, podendo ser de critério semântico, sintático, léxico e expressivo. Essa abordagem de análise de dados permite a investigação das características em comum entre os elementos, simplificando a representação dos dadosbrutos.

Os núcleos de sentido utilizados no trabalho foram:Empreendedorismo na área da Psicologia Clínica,Saúde e Subjetividade eMídias Sociais. Tais elementos foram identificados após a transcrição e leitura dos achadosnas entrevistas.Houve o encontro de assuntos recorrentes sobrea história de vida dos sujeitos, desde a infância, adolescência, faculdade e jornada profissional. Além disso,foram feitas considerações sobre o futuro profissional e pessoal. O caminho percorrido possibilitou que os participantes compartilhassem suas angústias, anseios e felicidades. Ao final das entrevistas, demonstraram sentir-se agraciados por poderem compartilhar suas histórias de vida, pensar e repensar assuntos fora do cotidiano.

No capítulo de resultados e análises, serão expostos trechos das entrevistas – conservando o sigilo dos participantes – e correlacionados com achados da literatura, utilizando as bases metodológicas da pesquisa.Essas informações possibilitaram uma análise dos dados obtidos da forma mais próxima possível à intersecção entre pesquisadora e entrevistados,valorizando a subjetividade dos sujeitos e uma compreensão macro da sua história de vida, verificando todas as áreas tidas como essenciais por Enriquez (2014).

Em vista disso, foramempregadas as teorias da Psicossociologia do Trabalho,que sustenta a ideia de que o homem sempre estará em situação de conflito em relação ao grupo em que está inserido e não poderá se manter calado diante do sofrimento movido por essa intersecção (Soldera, 2016b).

**4.Participantes da pesquisa**

Os participantes das pesquisas estão na faixa etária de 24 a 35 anos, sendo nove participantes do gênero feminino e um do gênero masculino; apenas duas participantes eram casadas, e nenhuma relatou ter filhos. No Quadro 01, são apresentados os participantes da presente pesquisa. A fim de manter o anonimato da amostra, foram utilizados nomes fictícios.

Quanto à escolaridade, três participantes possuem graduação completa, três possuem pós-graduação incompleta, três possuempós-graduação completa e uma possui mestrado incompleto. Sete profissionais se formaram em Instituições Privadas de Ensino, e três em Instituições Públicas de Ensino. As conclusões do curso em Psicologia de quatro participantes ocorreram no ano de 2019, enquanto as de cinco participantes ocorreram em 2020 e apenas uma em 2021.

O tempo máximo de atuação na clínica foi em torno de dois anos e meio, e o tempo mínimo foi de um ano e dois meses. Sobre a jornada de trabalho dos participantes, o tempo mínimo dedicado à clínica foi de dez horas, e o máximo foi de sessenta horas. Dois participantes atuam entre dez e vinte horas semanais, um participante atua entre vinte e trinta horas semanais, quatro participantes atuam entre trinta e quarenta horas semanais, dois participantes atuam entre quarenta e cinquenta horas semanais e um participante atua entre cinquenta e sessenta horas semanais.

Dentre os dez participantes, todos relataram que utilizam as mídias como estratégia em seu trabalho para captar clientes e divulgar o trabalho, alguns em maior grau e outros em menor. Oito participantes se consideraram empreendedores na área de Psicologia, enquanto dois disseram que não são, sendo apenas autônomos. A amostra contou com participantes de duas regiões do país, sendo Sudeste e Sul; os estados foram,respectivamente,São Paulo e Paraná.

Tais dados ganharão repercussão e mais sentido na exposição de nossos resultados e análises.

**Quadro 01: Identificação dos participantes da entrevista.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOME** | **IDADE** | **GÊNERO** | **ESTADO CIVIL** | **ESCOLARIDADE** |
| Ana Paula | 24 anos | Feminino | Solteira | Ensino Superior Completo |
| Sônia | 26 anos | Feminino | Solteira | Mestrado Incompleto |
| Alex | 24 anos | Masculino | Solteiro | Ensino Superior Completo |
| Karine | 27 anos | Feminino | Solteira | Pós-graduação Incompleta |
| Deucy | 28 anos | Feminino | Solteira | Pós-graduação Incompleta |
| Ieda | 26 anos | Feminino | Solteira | Ensino Superior Completo |
| Maria | 25 anos | Feminino | Casada | Pós-graduação Completa |
| Flor | 25 anos | Feminino | Solteira | Pós-graduação Incompleta |
| Kátia | 24 anos | Feminino | Solteira | Pós-graduação Completa |
| Aline | 35 anos | Feminino | Casada | Pós-graduação Completa |

Fonte: Elaborado pela autora, 2024.

Para uma melhor compreensão dos dados e histórias apresentadas, torna-se relevante trazer outros dados sobre a história de vida dos participantes. Por esse motivo, abaixo segue uma breve descrição de cada um, abordando aspectos específicos deste estudo.

**Ana Paula:** Formada no ano de 2020 em uma Universidade privada do estado de São Paulo, atua como psicóloga clínica há um ano, com uma carga semanal de trabalho dequinze horas. Participa de grupos de estudos em sua área de atuação e realiza supervisões e psicoterapia pessoal.Dedica-seàs mídias sociais desde a graduação,buscando se promover. No entanto, atualmente, reduziu seu fluxo de trabalho nessas plataformas.Entre os *sites* e aplicativos que utiliza,mencionou*Instagram*, *Facebook*, *Tik-Tok* e *Google Maps*. Além disso, considerou utilizar *Pinterest* e *Youtube* para os mesmos fins. Destacou ainda o uso do*networking* como ferramenta de divulgação, estabelecendo parcerias com escolas do município onde reside e recebendo indicações de colegas da área.Quantoao empreendedorismo, definiu-o- como “essencial” (sic) e se considera empreendedora na área, “seja pelo bem ou pelo mal” (sic).

**Sônia**: Formada no ano de 2019 em uma Universidade pública estadual do Paraná, atua como psicóloga clínica hádois anos, com uma carga semanal de trabalho de quarenta horas. Atualmente, dedica-se à clínica e tambémtrabalha como psicóloga no setor público, sob regime temporário de trabalho.É mestranda em Psicologia em uma Universidade pública do interior do estado do Paraná. Começou a se dedicaràs mídias sociais após a formatura, mas relatou ter uma grande dificuldade quanto à autenticidade, pois não a apetece fazer apenas o que os outros fazem, buscandoassim encontrar um caminho própriona plataforma que seja autêntico e possua sua própria identidade. Por tal motivo,ainda se mantém mais distante das mídias, refletindo e criando estratégias para esse uso ea utilizando como um cartão de visitas.Definiu o empreendedorismo como “desafiador” (sic) e, ao ser questionada sobre ser empreendedora ou não, relatou nunca ter parado para pensar nisso,considerando-se uma “empreendedora capenga” (sic).

**Alex**: Formado no ano de 2020em uma Universidade privada do estado de São Paulo,atua como psicólogo clínico há um ano. Além de dedicar-seà clínica, é concursado do CRAS (Centro de Referência de Assistência Social). Sua carga de trabalho semanal é de cinquenta horas, dividindo-se entre a clínica e o serviço público.Participa de grupos de estudo na sua abordagem de trabalho, bem como em supervisões na mesma linha, além de fazer análise pessoal.Ao iniciar os trabalhos na clínica, recebeu propostas para divulgaçãode seu trabalho em jornais, rádios e carro de som, porém, não aceitou, visando o não aviltamento da psicologia. Desse modo, optou por uma divulgação mais discreta, menos apelativa e mais dotado de sentido e sendo genuinamente pautada em relações. Por isso,criou o perfil profissional nas mídias sociais, como *Instagram*, *Facebook*, *Doctoralia* e, como complementar,*Google Maps*. Relatou buscar relações próximas nesse meio, compartilhando fotos e pensamentos. Com isso, complementou que busca fazer o *marketing* de modo que faça sentido e seja sustentável. O entrevistado definiu a palavra empreendedorismo como “desafio” (sic) e se considerou empreendedor na área.

**Karine:**Formada no ano de 2019 em Universidade pública estadual do Paraná, trabalha como psicóloga clínica há dois anos, com uma carga semanal de trabalho em torno de trinta a quarenta horas. Atualmente, cursa pós-graduação na área de famílias, orientando sua atuação para esse público, e participa de grupos de estudos, supervisões e psicoterapia pessoal. Contou que criou seu perfilno *Instagram* no final do quarto ano de graduação e percebeu mudançasno aplicativo ao decorrer dos anos, tornando-se uma plataforma mais simples e “de boa” (sic) para algo mais complexo atualmente. Por tal motivo,mantém-se menosativa nas mídias sociais, utilizando-as como portfólio de trabalhos e projetos realizados. A entrevistada também utiliza a ferramenta *Doctoralia* para divulgação e agendamentos. Sobre o empreendedorismo, trouxe a compreensão de que há duas formas de interpretar esse assunto, destacando o aumento de empreendedores devido à pandemia, seja por desejo ou necessidade.

**Deucy:** Formada no ano de 2019 em umaUniversidade pública estadual do Paraná,trabalhou como psicóloga escolar e clínica desde a formatura. Atualmente, dedica-se apenas àárea clínica, com uma carga de trabalho semanal em torno de 40 horas. Além disso, realiza pós-graduação na área de família, atendendo assim alguns casos em sua clínica. Também participa de grupos de estudos, supervisão e voltou a realizar psicoterapia.Criou um perfil no*Instagram* inicialmente com uma amiga,mas depois de algum tempo, ficou sozinha. Sua proposta era ser vista, pois todos os colegas estavam fazendo isso. Relatou que busca ser lembrada pelos colegas, talvez captar pacientes, e entende que é um trabalho que exige muito tempo. A respeito de empreender, diz se considerar empreendedora, pois é sua “própria chefe” (sic), sendo assim, possui “autonomia” (sic), colocando a mesma como definição da palavra.

**Ieda:** Formada no ano de 2020 em uma Universidade privada do estado de São Paulo,atua como psicóloga clínicahá um ano, com uma carga de trabalho semanal de 10 horas. Dedica-se a estudar através de grupos de estudos em sua linha de abordagem, manejo da clínica, faz supervisões e análise pessoal. Iniciou os atendimentos por meio de parcerias com colegas e, posteriormente,começou a divulgar o trabalho em plataformas de Psicologia online, sendo elas *Google empresa*, *Psymeet*,*Efetiva Saúde*, bem como *Instagram*. A respeito deste último, contou que havia resistência com a plataforma, mas vê que é algo que todos os profissionais farão uma hora ou outra a fim de se mostrarem. Ao ser questionada sobre a definição de empreendedorismo, colocou como “investimento” (sic), e sobre se considerar empreendedora, disse que sim, pois é “investidora” (sic).

**Maria:** Formada no ano de 2019 em uma Universidade privada do estado do Paraná,atua na área há aproximadamente dois anos e meio. Iniciou o trabalho como psicóloga clínica e posteriormente dedicou-se também àPsicologia Hospitalar. Hoje, no entanto, dedica-se apenas àPsicologia Clínica, com foco em casos de luto. Sua carga de trabalho semanal é de trinta horas. É pós-graduada na área hospitalar; atualmente, não realiza supervisões, mas já participou de cursos com outras pessoas da área e faz psicoterapia pessoal. Começou a postar conteúdos no *Instagram* após a formatura com o propósito de se divulgar, mas complementa que naquela época quase ninguém fazia como atualmente.Contou que seus pacientes vêm do *online*, e que sua presença nesta modalidade impacta diretamente no fluxo de procuras/pacientes. Sobre o empreendedorismo, disse que o mesmo é “motivador” (sic), e se considera empreendedora, buscando melhorias mesmo que com “desafios” (sic).

**Flor:**Formada no ano de 2020 em uma Universidade privada do estado do Paraná,dedica-se à psicologia clínica desde a formatura, por cerca de dois anos. Sua jornada de trabalho é,em média, de sessentas horas semanais. No momento atual, realiza supervisões dos casos que atende e também faz pós-graduação na área clínica. Além de psicoterapia, oferece supervisões e grupos de estudo. Seu trabalho de divulgação é majoritariamente através do *Instagram*, plataforma em que iniciou compartilhandoseus resumos e estudos sobre Psicologia ainda na graduação, e permanece compartilhando essas e outras informações. Atualmente, também divulga seus conhecimentos por meio de *podcast* no *Spotify* e *Tik-Tok*. Outra forma de divulgação citada pela entrevistada é a indicação de outros profissionais. Quando questionada sobre a definição de empreendedorismo, colocou o mesmo como “o céu é seu limite” (sic).Sobre ser ou não uma empreendedora, falou “eu não me vejo ainda como empreendedora, eu me vejo como autônoma” (sic).

**Kátia:**Formada no ano de 2020 em uma Universidade privada do estado de São Paulo,trabalha na área há dois anos desde a saída da faculdade. Sua jornada de trabalho é de quarenta horas semanais. Realiza supervisões, faz psicoterapia pessoal e é pós-graduada na área de Psicologia Clínica. Além de psicoterapia, oferece supervisões de casos e grupos de estudo. Iniciou no *Instagram* ainda na faculdade, compartilhando resumos das matérias estudadas.Posteriormente, fez transmissões ao vivo na plataforma com outros profissionais, e hoje compartilha conteúdos com foco atual em profissionais. Relatou que hoje não depende mais das mídias para ter pacientes, mas que esse meio a ajudou bastante no início da carreira. Hoje, os próprios pacientes indicam novos pacientes devido à sua conduta no trabalho que oferta. Atualmente, encontra-se nas plataformas *Instagram*, *Tik-Tok* e *Spotify*. No que diz respeito ao empreendedorismo, se considerou empreendedora na área, pois está expandindo sua empresa, e definiu a palavra como “correr riscos” (sic).

**Aline:**Formada no ano de 2021 em uma Universidade privada do estado de São Paulo,além da graduação em Psicologia, é bacharel em Enfermagem. Ao longo da graduação, trabalhava como enfermeira em uma rede privada de saúde. Trabalha há um ano e dois meses com Psicologia Clínica, e iniciou na área trabalhando com as duas formações, permanecendo assim por sete meses. Em seguida, fez a transição de carreira ehojededica-se apenas àPsicologia.Sua jornada de trabalho semanal é de cinquenta horas, é pós-graduada na área de Psicologia Clínica, realiza supervisões dos casos que atende e faz psicoterapia pessoal. Expôs que usou métodos analógicos para conquista de pacientes, pois não se identificava com a produção nas mídias sociais, além do escasso tempo. Relatou que entrou em contato com professores e médicos psiquiatras divulgando seu trabalho, e os mesmos começaram a mandar pacientes para ela. Faz uso do *Instagram* de modo pessoal e privado, compartilhando apenas fotos de cursos que faz e eventos que participa, para que seus pares sempre a vejam e a indiquem. Sobre empreendedorismo, definiu a palavra como “desafiador” (sic), e diz que nãose considera uma empreendedora, pois vê que “não sabe nada” (sic), sendo assim, ainda há muito o que melhorar.

**5.Análise de implicação e devolutiva aos participantes**

A Psicossociologia do Trabalho é uma teoria com base na Psicanálise; por isso, faz-se necessário a compreensão dos temas tratados por essa ótica de trabalho. Broide (2016, p.58). diz: “esse (...) trabalho/ tarefa construído pela tessitura da associação livre, da palavra”. Ou seja, a palavra é responsável por aliviar a angústia, questionar o passado e presente, bem como criar um novo futuro. Braz, Casadore e Hashimoto (2020, p.4) entendem que a Psicossociologia é “um campo de escuta, implicação e mudança. Ao enfatizar as histórias de vida e trajetórias sociais, busca-se atuar no nível das emoções e dos processos sociais, com base em uma escuta clínica do social, favorecedora da construção coletiva de sentido”. Por tal motivo, a presente pesquisa buscou possibilitar aos entrevistados eà própria entrevistadora falar sobre temas que não são pensados no dia a dia de trabalho, buscando dar vazão e sentido às experiências vividas e não elaboradas.

Cada encontro em que foram realizadas as entrevistas foram momentos únicos e irrepetíveis, por mais semelhantes que fossem as perguntas base, cada sujeito e a relação da entrevistadora com o entrevistado eram diferentes, ocasionando assim em temas semelhantes de análise, mas com caminhos distintos para chegar a tal. O significado desse encontro é multifacetado e vai além da simplicidade aparente. Embora seja um momento próximo, também carrega consigo uma complexidade notável; este encontro não se limita apenas à interação com pesquisador-entrevistador; é, principalmente, um encontro consigo mesmo (Hashimoto, 2018).

Thomas Ogden[[31]](#footnote-32) diz que construímos, junto com o nosso paciente, um espaço “entre subjetividades” ou “intersubjetividade”, em queos indivíduos vão compreendendo o outro, e assim, também vão se compreendendo. Isso é resultado de quando os sujeitos se aproximam e vivenciam o sentir, fugindo da postura de neutralidade e imparcialidade. Assim como o *setting* análitico propicia esses resultados, a pesquisa com base psicanálitica também usufrui de tais reverberações; dessa maneira, é imprenscindivel falar de noções de transferência e contratransferência que a pesquisa pode evocar.

Por tal motivo, a análise de implicação torna-se importante para pensar os resultados encontrados na pesquisa. Quem é a pesquisadora/entrevistadora Adrielle? Qual a sua identificação com a amostra? Quais sentimentos e emoções foram evocados ao decorrer da pesquisa, das entrevistas e da dissertação? Como pesquisadora e entrevistadora, me encontro imersa nesse intrigante cenário, explorando as tramas únicas das trajetórias profissionais dos psicólogos, sendo também uma profissional da área. Minha atuação não se resumiu apenas à coleta de dados; ela se transformou em uma narrativa sensível, em que busquei compreender as histórias e desafios enfrentados por esses profissionais, e, de certa forma, me vejo refletida em suas experiências. Analisando as histórias de vida dos participantes, identifico-me com a amostra, pois assim como eu, são mulheres, na faixa de vinte a trinta anos, recém-formadas. Assim, a identificação com a amostra se desenha de maneiras distintas, encontrando paralelos com minhas próprias experiências e, ao mesmo tempo, descobrindo perspectivas que enriquecem minha compreensão sobre a profissão e também sobre pessoa.

A essência das Clínicas do Trabalho[[32]](#footnote-33) está fundamentada na pesquisa-ação, e no contexto da Psicossociologia, especificamente, destaca-se o método da pesquisa-intervenção. Esse enfoque de pesquisa oferece uma notável mobilidade e flexibilidade ao pesquisador.Ao optar pela pesquisa-intervenção, os pesquisadores na Psicossociologia do Trabalho engajam-se ativamente no processo de investigação, não apenas para entender um fenômeno, mas também para intervir e provocar mudanças positivas. Essa abordagem vai além da mera observação, permitindo que os pesquisadores colaborem de maneira mais direta com os participantes e o contexto estudado. Soldera (2016b, p.109):

O pesquisador-clínico nunca é neutro; ele se acha no centro do trabalho, assim como qualquer outro sujeito envolvido no processo. Ele também ocupa o lugar de coconstrutor de conhecimento, uma vez que o conhecimento se produz na interação (intersubjetividade) da própria prática.

Assim, a pesquisa-intervenção na Psicossociologia do Trabalho não apenas explora o ambiente de trabalho, como também se envolve ativamente na promoção de práticas mais saudáveis e eficazes. Essa abordagem não linear e participativa permite uma compreensão mais profunda e uma contribuição mais direta para melhorias. Os métodos de trabalho da pesquisa-intervenção podem variar dependendo do contexto, do objeto de estudo e dos objetivos específicos da intervenção. Geralmente, essa abordagem envolve uma combinação de métodos de pesquisa e práticas de intervenção. Braz, Casadore e Hashimoto (2020 p.5):

Na intervenção psicossociológica, a fala ganha, por fim, outro patamar: não são palavras ao acaso, ditas de qualquer modo e que não surtiriam efeito algum. O reconhecimento do trabalhador como ator social, a atribuição de significação àquilo que ele pensa e compartilha, bem como a relação entre os conteúdos manifestos e latentes emergentes em seu discurso (atravessado pela lógica organizacional), faz com que haja um potencial de mudança e transformação que passam pela conscientização e retomada de sentidos.

Entender o que o sujeito pensa e compartilha, e perceber a conexão entre o que ele diz abertamente e o que está implícito em sua fala abre espaço para mudanças e transformações. Essas mudanças acontecem quando as pessoas tomam consciência de suas experiências e encontram novos significados para elas (Souza e Carreteiro, 2016).

Dessa forma, minha participação nesse processo de pesquisa não é apenas como uma figura neutra; sou uma narradora que busca revelar as histórias e significados por trás das trajetórias profissionais dos psicólogos entrevistados, deixando minha marca e interpretação pessoal na construção desse conhecimento.Ao trazer minha própria história para esse contexto, não sou apenas uma observadora imparcial; sou uma participante ativa nesta narrativa. Como pesquisadora, sou moldada pelas histórias que colho, e minha identificação com a amostra é uma peça vital dessa investigação. Pude ver que questões que me tocavam também eram semelhantes às das minhas entrevistadas, como insegurança, o ideal de um sucesso a ser buscado, bem como a necessidade de sempre fazer mais como se nunca houvesse fim suficiente.

Para o autor Gaulejac, o ser humano é história, e pode ser compreendido (2014, p.24):

*• o indivíduo é produzido pela história*: sua identidade é construída, de um lado, a partirdos acontecimentos pessoais por ele vividos e que formam a trama de sua biografia, de sua história singular e única e, de outro, a partir dos elementos comuns à sua família, ao seu meio, à sua classe de pertencimento que o posicionam como um ser sócio-histórico:

*• o indivíduo é um ator da história*: se o indivíduo pode ser considerado como produto da história, ele é, igualmente, seu produtor. Ele é portador de historicidade, isto é, da capacidade de intervir em sua própria história; função que o posiciona como sujeito em um movimento dialético entre o que ele é e o que ele se torna: o indivíduo é produto deuma história na qual ele busca se tornar sujeito.

• *o indivíduo é produtor de histórias*: por sua atividade fantasmática, sua memória, sua palavra e sua escrita, o homem opera uma reconstrução do passado, como se quisesse, diante do não controle do seu curso, ao menos dominar o sentido.

Afinal, quem sou eu neste meio? Sou Adrielle, não apenas entrevistadora e pesquisadora, sou sim uma parte intrínseca do tecido dessas histórias, contribuindo com minha própria jornada para a compreensão mais profunda do empreendedorismo na psicologia.

# Diante das encruzilhadas da minha trajetória e do contexto político e social, sou instigada a mergulhar nas reflexões da minha pesquisa. Pude ver na minha pausa, o *markenting* nas mídias sociais caminhando para níveis cada vez mais predatória, e me questiono o quanto somos realmente agentes autônomos em nossas escolhas. Será que estamos navegando pelos mares da livre vontade, ou somos conduzidos por correntes invisíveis de influências manipuladoras?A crítica aos "marketings predatórios" não é apenas uma análise superficial; é uma incursão profunda na ética que permeia as relações comerciais contemporâneas. Observo como as técnicas, muitas vezes ardilosas, são projetadas para explorar nossas vulnerabilidades, criar necessidades fictícias e, por fim, estabelecer laços financeiros que transcendem a transação comercial.

# Essa reflexão surge apenas tanto a partir da minha experiência, como da minha preocupação com a sociedade que estamos construindo. Nesse emaranhado de estratégias de persuasão, questiono o verdadeiro custo para a nossa individualidade e bem-estar coletivo.Enquanto me afundo nessas ponderações, percebo que, mais do que nunca, é crucial desenvolver uma consciência crítica. É como se estivéssemos aprendendo a nadar contra a corrente, resistindo ao canto sedutor das sereias digitais que tentam nos atrair para águas desconhecidas. Contudo, a crítica não é apenas um ato de resistência, é uma luz que ilumina caminhos alternativos. Talvez, ao entender melhor as engrenagens dessa máquina, possamos encontrar maneiras de preservar a autonomia e cultivar uma relação mais saudável com o mundo que nos cerca.

# Diante disso, conduzir uma pesquisa envolvendo seres humanos implica, como parte integrante da abordagem metodológica, o compromisso de compartilhar os resultados com os participantes. Esse desdobramento demonstra o compromisso ético e social da pesquisa, para além de uma simples coleta de dados, principalmente quando o trabalho é embasado na “pesquisa-intervenção”. Tal garantia é expressa no Código de Ética da profissão de Psicólogo.

# Art. 16 – O psicólogo, na realização de estudos, pesquisas e atividades voltadas para a produção de conhecimento e desenvolvimento de tecnologias:

# d) Garantirá o acesso das pessoas, grupos ou organizações aos resultados das pesquisas ou estudos, após seu encerramento, sempre que assim o desejarem.

# Dessa maneira, os dez participantes serão convidados para uma reunião *online* previamente agendada, apartir da disponibilidade dos mesmos. Durante esse encontro, pretendemos elucidar nosso aprendizado, expressar agradecimento, compartilhar experiências e apresentar resultados embasados nos autores que teoricamente sustentaram nosso tema.

# É um espaco para refletir sobre as vivências comuns a todos, promovendo o reconhecimento entre os pares em relação aos desafios e satisfações ao longo da jornada como psicologos clínicos autonômos. Em especial, pensaremosnos núcleos de sentido encontrados: Empreendedorismo, Mídias Sociais e Plataformização, Saúde e Subjetividade. Buscamos coletivamente desenvolver propostas de intervenção que possam contribuir para a prevenção de problemas de saúde mental entre os psicólogos, considerando ações futuras de apoio e acolhimento nos espaços que cada um de nós ocupa na comunidade e na classe trabalhadora. Este compromisso é assumido como mestranda e, como trabalhadora envolvida no contexto da pesquisa, pois o cenário que enfrentamos também teve impacto em minha saúde e subjetividade.

**RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Nesta seção, abordaremos a análise do material proveniente das entrevistas, inserindo-o no referencial teórico-conceitual adotado neste estudo, com destaque para as contribuições da Psicossociologia do Trabalho. A estrutura da análise e reflexão das entrevistas será delineada em três capítulos, desenvolvidos a partir dos núcleos de sentidos traçados. São eles respectivamente: Empreendedorismo na área da Psicologia Clínica; Mídias Sociais e Plataformização; e Saúde e Subjetividade do Trabalhador.

1. **EMPREENDEDORISMO NA ÁREA DA PSICOLOGIA CLÍNICA**

Ao refletir sobre o empreendedorismo no contexto brasileiro, é possivel perceber nuances que oscilam entre a necessidade e a busca por conquistas. Em meio a uma realidade econômica desafiadora, muitos profissionais, incluindo eu mesma, encontram-se diante da imperativa necessidade de trabalhar de modo autonômo, como forma de garantir independência e sustento. No entanto, ao examinar mais profundamente, surge a crítica a um empreendedorismo que, em alguns casos, parece ser mais uma imposição do que uma escolha consciente. O cenário laboral, muitas vezes exige dos profissionais a adoção de modelos empreendedores, que nem sempre oferece as condições adequadas para essa empreitada.

Se buscarmos uma perspectiva crítica sobre o empreendedorismo no contexto brasileiro, o sociólogo brasileiro Ricardo Antunes é um autor que oferece análises profundas sobre as relações de trabalho e as transformações no mundo laboral. Em sintonia com suas reflexões, é possível enquadrar o empreendedorismo como uma resposta às condições desafiadoras do cenário brasileiro no mundo do trabalho. A necessidade de trabalhar de maneira autônoma, muitas vezes, emerge como uma estratégia de sobrevivência em um contexto econômico adverso, marcado por instabilidades e precariedades.

Ao analisar as formas contemporâneas de trabalho, também pode oferecer uma visão crítica sobre como a imposição do empreendedorismo, em alguns casos, não se traduz como uma escolha consciente, e sim como uma resposta adaptativa às condições do mercado de trabalho. A falta de condições adequadas para empreender, como recursos financeiros, apoio institucional e segurança laboral, ressalta as limitações desse modelo em um contexto em que a autonomia, muitas vezes, se converte em uma obrigação (ANTUNES, 2018).

Dessa forma, a análise de Antunes (2018) pode fornecer um arcabouço teórico robusto para compreender as dinâmicas complexas do empreendedorismo no Brasil, contextualizando-o nas transformações mais amplas do mundo do trabalho e na lógica da precarização que muitos profissionais enfrentam. Assim, a linha tênue entre a necessidade e a conquista no empreendedorismo brasileiro revela um cenário complexo. Enquanto alguns veem na autonomia a oportunidade de construir uma carreira significativa, outros sentem o peso da obrigação de empreender para sobreviver em um sistema que, por vezes, carece de valorização e amparo aos trabalhadores. Minha experiência, permeada por desafios e reflexões sobre o empreendedorismo na Psicologia, contribui para essa discussão, questionando se essa prática é, de fato, uma escolha consciente ou uma resposta adaptativa a um contexto atual e por vezes adverso.

Como salientou Enriquez (1999), o trabalho não é a essência do homem; no entanto, em uma sociedade onde há constantes disputas e flexibilizações de direitos, o ideal vendido é que sim, o trabalho ocupa local de destaque na mediação psíquico/social, massacrando o indivíduo e sua subjetividade. Partindo desse entendimento, será analisado o contexto de empreendedorismo na área de Psicologia Clínica, visto que é uma área da Psicologia que permite o trabalho autônomo e posterior movimentação para o empreendedorismo propriamente dito.

Ainda, para o entendimento do empreendedorismo, faz-se necessária a compreensão do tema apartir de Antunes (2020); para o autor em entrevista fornecida para Soldera (2020),a condição contemporânea do trabalho e a precarização são crescentes, especialmente para a nova geração. Ele destaca o aumento de trabalhadores informais, terceirizados e em empregos intermitentes, tudo isso somado a altas taxas de desemprego e subemprego no país, alimentadas por reformas trabalhistas e medidas de flexibilização. Além disso, seus escritos oferecem uma análise crítica sobre a promoção do empreendedorismo como uma solução para o desemprego, destacando a ilusão por trás desse discurso, podendo ser chamado de “proletarização de si”, em que o sujeito passa a ser seu próprio chefe e precisa arcar com altas jornadas de trabalho, instabilidade constante e a autoresponsabilização pelo sucesso. O autor explora a realidade por trás desse incentivo, e é a pejotização[[33]](#footnote-34), uma prática que mascara o *status* de assalariado, contribuindo para a informalidade e a perda de direitos trabalhistas; tudo isso resulta em uma sociedade desumana e violenta, valorizando a todo custo a falta de limites.

Diante do supracitado, o empreendedorismo é examinado à luz das experiências subjetivas dos trabalhadores, cuja identidade é construída socialmente e como os empreendedores enfrentam desafios emocionais ligados à autonomia e à incerteza. A Psicossociologia do Trabalho destaca a importância das relações interpessoais na formação da identidade do trabalhador e na sua capacidade de enfrentar os desafios associados ao empreendedorismo.

**Empreendedorismo em questão: uma avaliação reflexiva e difusão do conceito**

Neste tópico,foi articulada a opinião dos participantes a respeito do tema empreendedorismo, além da compreensão da difusão do conceito na atual sociedade. Alguns temas se repetiram nas falas dos participantes, incluindo aimportância do empreendedorismo na prática clínica; desafios da gestão do próprio negócio; aprendizado prático e falta de preparo; conciliação entre a prática profissional e o empreendedorismo.

A partir dessas compreensões, podemos verificar que vários participantes expressaram a importância do empreendedorismo na Psicologia Clínica, destacando a necessidade de aprender a vender serviços, lidar com a gestão do negócio e enfrentar desafios práticos. Além disso, disseram que há uma ênfase nos desafios relacionados à gestão do próprio negócio, incluindo aspectos como: lidar com o financeiro, burocracia, *marketing*, e a necessidade de desempenhar múltiplos papéis, como psicólogo, secretária, publicitário e contador.

Outro tema abordado por eles foi a falta de estudos, debates e conversas sobre empreendedorismo durante a graduação, destacando que tiveram a necessidade de aprender na prática esses temas, especialmente em relação a questões burocráticas, financeiras e contratuais.

Eu acho muito importante. Embora seja algo que a gente não aprende muito na faculdade. (Ana Paula)

Acho bastante importante, e acho que a gente precisa falar disso durante a graduação, porque quando a gente se forma, a gente não sabe para onde ir, os recursos, como mexer com tal coisa, como mexer com o financeiro, como mexer com coisas burocráticas. (Deucy)

Na faculdade, eu não tive essa questão de empreendedorismo. E aí eu tive que aprender na raça. E a gente tem, pelo menos na faculdade, muita visão do psicólogo, continua tendo essa visão do psicólogo, que não ganha dinheiro. (Aline)

Os profissionais relataram que entram no mercado de trabalho sem conhecimento sobre como lidar com recursos, finanças e questões burocráticas, destacando a necessidade de organização, fazer contratos, gerenciar a agenda e aprender sobre contabilidade.A inclusão de matérias sobre empreendedorismo na grade curricular de cursos de Psicologia pode suscitar debates sobre os impactos dessa abordagem na formação dos estudantes e na prática profissional. Enquanto alguns defendem que o empreendedorismo oferece aos futuros psicólogos uma ampla gama de oportunidades de carreira e desenvolvimento de habilidades práticas, outros expressam preocupações sobre uma possível ênfase excessiva no aspecto comercial da profissão e os riscos de exploração dos estudantes por parte de empresas e instituições.

Essa discussão evidencia a necessidade de uma abordagem equilibrada que valorize tanto os aspectos clínicos e terapêuticos da Psicologia quanto as habilidades empreendedoras, garantindo que os profissionais formados estejam preparados para enfrentar os desafios do mercado de trabalho de maneira ética e responsável. Além disso, é crucial que os estudantes desenvolvam uma consciência crítica em relação ao contexto político e social no qual estão inseridos, evitando a alienação e compreendendo como esses fatores influenciam a prática da Psicologia e as necessidades das comunidades atendidas.

A respeito de vender os serviços de Psicologia, algumas profissionais demonstraram inseguranças e questões, especialmente ao lidando com clientes em estados críticos.

Como vender um serviço de Psicologia? Porque a maioria das pessoas chegam para a gente quando estão num estado muito crítico já, de angústia, de sofrimento. Então, como vender isso? E essa parte do empreender é uma coisa que a gente vai, muitas vezes, e muitos profissionais vão descobrindo na prática. (Ana Paula)

Na Psicologia, a gente precisa ajudar as pessoas e não sei o que lá, e tá,a gente vai ajudar muitas pessoas, mas a gente tem que ganhar dinheiro, porque dinheiro também faz com que a gente cresça profissionalmente. (Sônia)

Esses relatos evidenciam a complexidade do empreendedorismo na Psicologia, que vai além das habilidades clínicas tradicionais, abrangendo a gestão de um negócio, o entendimento financeiro e a capacidade de manter-se empático para acolher as demandas emocionais em uma área centrada no cuidado emocional e mental.Para além disso, alguns participantes ressaltam a dificuldade em conciliar a prática clínica com as responsabilidades empreendedoras, destacando a necessidade de aprender a administrar o tempo e os diversos aspectos envolvidos na gestão de um consultório.Alex compartilha a experiência de se tornar autônomo e lidar com a burocracia associada ao empreendedorismo na Psicologia, ele destaca a multiplicidade de papéis que precisa desempenhar.

Eu nunca me vi empreendedor e de repente, quando você é um autônomo, você acaba sem querer, querendo. E aí você tem todo esse processo, tem que fazer a burocracia, fazer o imposto, pagar o contator (...) eu costumo brincar que a empresa é a caixola. Então, tem que pensar no marketing, no financeiro, no administrativo e o próprio trabalho do cliente. Você é o psicólogo, a secretária, o publicitário e o contador. (Alex)

Sônia menciona a importância da gestão do próprio negócio na prática clínica, enfatizando que a Psicologia Clínica é, de certa forma, a gestão de uma miniempresa. Lidar com dinheiro, horários de pacientes e outras questões administrativas torna-se parte integral do trabalho, exigindo habilidades empreendedoras.

A gente passa a perceber como que a Psicologia Clínica é uma gestão de nossa miniempresa. Então lidar com o dinheiro, lidar com a gestão de horário de paciente e tal, eu vejo como isso acaba sendo um momento de empreendedorismo. E daí eu acho que quando a gente passa a aceitar isso, fica um pouco mais fácil de... Não sei se aceitar, mas quando a gente entende isso, a gente vê que é uma parte importante do trabalho, mas é uma parte chatinha, bem chatinha, uma parte que dá muito trabalho e uma parte que consome muito tempo também. (Sônia)

Além disso, Sônia destaca a mudança de percepção em relação ao dinheiro na Psicologia clínica. Ela argumenta que, embora a ideia de ganhar dinheiro possa ser vista com maus olhos durante a graduação, é essencial entender que é necessário cobrar um valor justo pelos serviços prestados.

A gente vive num capitalismo cruel e a gente precisa pagar nossas coisas, para ter uma boa qualidade de vida, então isso é uma parte difícil, eu acho que a gente vê com maus olhos durante a graduação, e depois que a gente entende que a gente precisa ganhar dinheiro, sim. (Sônia)

Para muitos psicólogos, falar sobre dinheiro pode ser um território delicado. Há uma preocupação ética subjacente de que colocar demasiado foco no aspecto financeiro da terapia possa obscurecer o verdadeiro propósito do trabalho terapêutico, que é o bem-estar do cliente. Além disso, o tabu social em torno do dinheiro pode contribuir para o desconforto em abordar questões financeiras na prática clínica, tanto por parte dos profissionais quanto dos clientes, criando um ambiente de conversa evitativo sobre o assunto.

No entanto, é essencial reconhecer que a discussão sobre dinheiro na terapia ( e fora dela) é legítima e necessária. Os psicólogos têm o direito e a responsabilidade de definir seus preços de forma justa e transparente, garantindo que possam sustentar-se financeiramente enquanto continuam a oferecer serviços de qualidade aos seus clientes. Abrir um diálogo franco sobre questões financeiras pode não apenas fortalecer a relação terapêutica e profissional, mas também proporcionar aos clientes e a comunidade de psicólogos uma compreensão clara das expectativas financeiras envolvidas na terapia, promovendo assim uma experiência terapêutica e profissional mais transparente e empoderadora para ambas as partes.

Karine menciona que houve um aumento do empreendedorismo na pandemia e reconhece que há dois lados da moeda nessa situação. Alguns profissionais decidiram empreender, enquanto outros podem ter enfrentado desafios nesse novo cenário. “Tem empreendedor que decide ser, não sempre quis, mas vem” (Karine).Para Maria, o empreendedorismo é como uma forma de motivação, envolvendo a busca por aquilo que se acredita. Ela associa o empreendedorismo à disposição para correr riscos, inovar e criar algo novo que agregue valor à vida das pessoas. Enquanto isso, Ieda destaca a necessidade de investimento, tanto em visibilidade (através de plataformas online) quanto na qualidade do trabalho. Ela ressalta que esse investimento é uma forma de empreendedorismo na visão dela.

Kátia destaca o empreendedorismo como uma forma de proporcionar mais acessibilidade aos serviços, enfatizando a importância de oferecer serviços que sejam úteis e sirvam às necessidades das pessoas. Além disso, para ela,a relação entre o empreendedorismo, inovação e a flutuação na renda fazem parte do negócio. Ela destaca que a incerteza do empreendedorismo é preferível à estabilidade constante, pois oferece oportunidades para crescimento e mudanças.

É claro que o empreendedorismo, ele traz à tona uma questão financeira, então você precisa pagar por aquilo pra você ter acesso. Mas isso não quer dizer que a gente não possa, além de empreender, oferecer outras coisas de maneira ainda mais acessível do que o empreendedorismo pode trazer. Então eu acho que é muito bom e que isso dá muita oportunidade pra diversas pessoas. A partir do momento que você é uma empreendedora, você pode ter colaboradores com você. Então você pode dar oportunidade pra outras pessoas trabalharem, terem dinheiro e irem construindo sua vida. Então eu acho que assim, a ideia do empreendedorismo é muito boa. (Kátia)

O material coletado apresentou as concepções de cada sujeito sobre o tema empreendedorismo; no geral, as opiniões não foram contrárias, e sim de valoração ao mesmo. A análise dos dados apresenta uma oportunidade crucial para explorar a dimensão da romantização do conceito de empreendedorismo em nossa sociedade e como essa idealização se relaciona com a realidade vivenciada pelos trabalhadores,especialmente no contexto investigado, em quea percepção sobre o empreendedorismo muitas vezes se distancia da experiência concreta dos profissionais.

Os psicólogos enfrentam uma série de desafios, destacando-se a aridez em seu ofício, sobretudo relacionada às demandas administrativas, financeiras e burocráticas. Essa realidade contrasta fortemente com a imagem romantizada do empreendedorismo, que muitas vezes é retratado como um caminho repleto de sucesso, autonomia total e satisfação profissional. No entanto, nas entrevistas, os participantes mostraram o outro lado, onde se autoresponsabilizam e desempenham variadas funções. Os autores Dardot e Laval (2016 p.238) refletem sobre os jogos empresariais, e o mesmo pode ser interpretado com o víes do empreendedorismo:

A ética empresarial encerra, é claro, essas formas éticas, exaltando o “homem que faz a si mesmo” e a “realização plena”, mas é por outros aspectos que ela se singulariza. A ética da empresa tem um teor mais guerreiro: exalta o combate, a força, o vigor e o sucesso. Ela transforma o trabalho no veículo privilegiado da realização pessoal: sendo bem-sucedidos profissionalmente, fazemos da nossa vida um “sucesso”. O trabalho garante autonomia e liberdade, na medida em que é a maneira mais benéfica de exercermos nossas faculdades, empregarmos nossa energia criativa e provarmos nosso valor.

Segundo Gaulejac (2007, p.177), o sujeito tem a necessidade de se normatizar em regras e processos, assim “cada indivíduo deve tornar-se o gestionário de sua vida, fixar-se objetivos, avaliar seus desempenhos, tornar seu tempo rentável”. Complementa dizendo que essa lógica está arraigada em todos os ambientes, associa-se então tal compreensão com as colocações dos entrevistados, em que pontuam sua opinião nos resultados produtivos da ação, seja em saber vender mais e melhor, criar melhores produtos, ofertar para o público correto e não perder tempo com assuntos burocráticos.

No entanto, a angústia é entendida a partir da fala deles, ao pontuarem que não sabem o que fazer, seja pela falta de conhecimento ou pela instabilidade. Gaulejac (2007) entende que essa angústia advém da gestão de si mesmo. Antunes (2018,p.195) compreende que o empreendendorismo como “A precarização do trabalho expressa (...) no incentivo ao empreendedorismo – uma espécie de empregador e assalariado de si próprio”.Facas (2020, p.71) complementa: “Trata-seda formação de um novo perfil de trabalhador: inovador, pró-ativo,autoprodutor de sua existência e criador de seu próprio posto de trabalho”.

Além da compreensão da opinião dos participantes, bem como interpretação dos dados, se faz relevante entender os motivos pelos quais o assunto empreendedorismo está sendo difundido na atual sociedade.Alguns temas recorrentes na fala dos participantes incluem oempreendedorismo como resposta ao desemprego eAna Paula e Sônia mencionam a tendência das pessoas recorrerem ao empreendedorismo como uma estratégia de sobrevivência.

Falando no social, no contexto social que a gente tá vivendo, de desemprego, as pessoas vão achando estratégias pra lidar, pra sobreviver. E aí elas vão realmente empreendendo da forma como elas podem, sabem. (Ana Paula)

Falta de postos de trabalho, assim, eu percebo que na Psicologia muitas pessoas que não querem clinicar vão para a clínica porque precisa ganhar algum dinheiro, e daí eu acho que não só na Psicologia, em outras áreas também, tem muitas pessoas empreendendo porque não tem trabalho, né? (Sônia)

A falta de oportunidades de trabalho impulsiona a busca por alternativas empreendedoras.Vários participantes destacam a busca pelo empreendedorismo devido a motivos financeiros. Sônia ressalta que, apesar dos desafios na gestão, a clínica psicológica é percebida como uma opção mais lucrativa em comparação a empregos tradicionais, o que pode explicar o aumento do empreendedorismo na área.

A clínica dá muito mais dinheiro do que as outras áreas, assim, eu percebo isso, de que tá, tem esse lado ruim de você fazer gestão, de não ter uma segurança. Só que a longo prazo e não tão a longo prazo, assim, porque tem empregos tão mal remunerados e a clínica com certeza ela remunera muito bem. (Sônia)

Já Flor relacionou o aumento do empreendedorismo na Psicologia à ascensão do atendimento *online* e à presença na internet. Ela destaca a transformação na mentalidade profissional, passando de uma abordagem assistencialista para uma perspectiva mais empreendedora e orientada ao negócio.

Eu vejo que isso foi um dos grandes adventos, assim, que veio junto com o atendimento *online*, a internet, porque antes os psicólogos dificilmente se veriam nessa posição de empreendedor, muito pelo contrário, eu acho que tinha muito mais forte aquela questão da mentalidade assistencialista. O que minou muito a Psicologia, porque a gente entrou mais para um lugar de serviço social e de caridade, e eu vou totalmente contra isso, porque isso não paga conta, todo mês eu tenho vários boletos que vencem, assim, tipo, só ser grata pelo meu trabalho e receber um valor mínimo não quita isso, a conta não fecha. (Flor)

Alguns entrevistados relataram que além do contexto social, a busca pela área clínica se dá por conta da remuneração, pois é a área que possibilita uma maior renda. A Psicologia não possui um piso salarial, tendo um projeto de lei em tramitação desde o ano de 2015, juntamente com o pedido para carga horária de trinta horas semanais,o que ocasiona salários defasados em áreas do setor público e privado.O CensoPsi realizado pelo CFP, publicado em novembro de 2022, apresenta dados sobre o rendimento mensal total dos psicólogos, discriminando entre renda proveniente da atuação na Psicologia e renda proveniente de outras fontes. Ao total, houve 15.308 participantes, desse total 13.011 disseram que possuem renda mensal através da psicologia e 4.123 fora da Psicologia. A média de rendimentos foi: renda mensal total: R$ 6.239,73; renda mensal na Psicologia: R$ 5.964,08; renda mensal fora da Psicologia: R$ 4.346,11. A média da renda total é maior do que as médias de renda na Psicologia e fora dela, indicando que há uma variação considerável nos rendimentos totais dos psicólogos (CFP, 2022). Em resumo, esses dados ressaltam a diversidade nos rendimentos dos psicólogos, com uma parte substancial da categoria obtendo renda não apenas da prática psicológica, mas também de outras fontes, possivelmente influenciada por fatores como a busca por estabilidade financeira e as exigências do mercado de trabalho. Dentre os participantes da pesquisa 30% da amostra trabalhavam em outro serviço além da clínica, em áreas correlatadas a Psicologia.

Além dessas informações, a pesquisa também apontou que 61,6% dos respondentes possuem renda inferior a seis salários mínimos[[34]](#footnote-35). Considerando a distribuição geográfica, a análise das faixas de renda indica que a região Nordeste apresenta rendimentos mais baixos, com média de R$ 5.087,23. A região Centro-Oeste possui média de R$ 7.301,30. Na região Sudeste, a média é de R$6.657,88 (CFP, 2022).A análise destes dados aponta para desigualdades na distribuição de renda entre os psicólogos, destacando disparidades regionais. A concentração de rendimentos mais baixos no Nordeste, em comparação com médias mais altas nas regiões Centro-Oeste e Sudeste, sugere a influência de fatores regionais na remuneração dos profissionais.

O CensoPsi feito pela CFP (2022) também possibilita identificar a área de atuação desses profissionais.Atualmente,73,1% da amostra diz atuar na área clínica, enquanto 68,7% desejam atuar e 61,1% já atuaram. O CensoPsi relata que a área clínica ainda é predominante na atuação do psicólogo, sendo até mesmo um “traço de identidade da área”, mesmo com a presença de outras frentes de trabalho como neuropsicologia, social, hospitalar, esporte, jurídica, saúde, avaliação psicologia, escolar/educacional, organizacional & trabalho e trânsito.

Assim, é visto que a clínica gera interesse na área de Psicologia, primeiro pela cultura instalada na área e depois pela ausência de postos de trabalho, associada à promessa de maior rendimento, por se ter o ideal de que a conquista para o sucesso só depende do trabalhador. Antunes (2018) complementa: “massa de “empreendedores”, umamescla de burguês-de-si-próprio e proletário-de-si-mesmo”. O participante Alex demonstrou surpresa, desconexão com o mercado empreendedor e uma sensação de estar desconectado do mercado; ele destaca a falta de uma perspectiva de negócios em sua atuação e ressalta a importância de refletir sobre.

Discutir tais temas necessita do entendimento sobre mudanças socioeconômicas, avanços tecnológicos e transformações na mentalidade profissional. Tudo isso impacta no cenário do empreendedorismo na Psicologia, além de abordar as complexidades éticas e práticas associadas a essa abordagem na área da saúde mental.O contexto social é indissociável das vivências que o sujeito tem dos conteúdos experenciados, além dos impactos e desdobramentos;não se parte do mesmo local, não se tem o mesmo ritmo, logo não se chega ao mesmo tempo. Para o autor Ferreira (2020, p.126), é “o conjunto de múltiplos e diversificados elementos inter-relacionados que delineiam o ambiente (material, instrumental, digital, social, cultural)”. Por tal motivo, verifica-se a difusão do conceito na atual sociedade; todavia, essa interpretação só é possível quando se tem recursos para isso. Já Gaulejac (2014, p.36) escreve sobre a historicidade coletiva:

A compreensão da relação que cada indivíduo entretém com sua própria história necessita de uma análise do sistema social, no qual ele se encontra e do lugar que ele aí ocupa. O indivíduo está sempre incluído em um campo de determinações sociais que condiciona suas condutas e representações, e que o constitui como sujeito social-histórico. Há, portanto, uma correspondência estreita entre a historicidade individual, pela qual o indivíduo tende a se constituir como sujeito de sua história pessoal, e a historicidade coletiva, isto é, os processos pelos quais uma sociedade efetua um trabalho sobre ela própria a fim de controlar suas próprias transformações.

Ana Paula destaca a importância fundamental do empreendedorismo na prática psicológica, sugerindo que seja algo indispensável, essencial ou crucial para os profissionais.Sônia, Aline e Alex utilizam a palavra "desafiador" para descrever o empreendedorismo na psicologia, o que sugere que os profissionais enfrentam obstáculos e dificuldades ao adotar uma abordagem empreendedora em suas carreiras.

Já Karine apresenta uma perspectiva que abrange tanto o desejo quanto a necessidade de empreender na Psicologia, indicando que alguns podem ser impulsionados por aspirações pessoais, enquanto outros podem encarar o empreendedorismo como uma necessidade. Enquanto isso, Deucy destaca a autonomia como um elemento essencial do empreendedorismo na Psicologia, sugerindo que essa abordagem oferece maior liberdade e independência profissional.

A participante Ieda visualiza o empreendedorismo como um investimento, implicando que os profissionais precisam dedicar recursos e esforços para colher benefícios em suas práticas. E Maria sugere que o empreendedorismo pode ser algo que motiva os profissionais, indicando que a busca por iniciativas empreendedoras pode ser impulsionada por fatores inspiradores ou estimulantes.

Flor utiliza a expressão “o céu é seu limite”, sugerindo otimismo e potencial ilimitado associado ao empreendedorismo na Psicologia. Isso pode refletir a crença de que há vastas oportunidades e crescimento disponíveis para aqueles que adotam uma mentalidade empreendedora.Kátia destaca a ideia de correr riscos, indicando que o empreendedorismo na Psicologia pode envolver decisões desafiadoras e a disposição para enfrentar situações incertas.

Ao discutir essas respostas, é possível explorar como essas palavras ou frases refletem as diferentes percepções, atitudes e experiências dos profissionais em relação ao empreendedorismo na psicologia.É percebido o quanto os participantes atribuíram a característica desafio para o empreendedorismo. O autor Antunes (2018, p.44) diz:

O que temos é mais precarização, mais informalidade, mais subemprego, mais desemprego, mais trabalhadores intermitentes, mais eliminação de postos de trabalho, menos pessoas trabalhando com os direitos preservados. Para tentar “amenizar” esse flagelo, propaga-se em todo canto um novo subterfúgio: o “empreendedorismo”, no qual todas as esperanças são apostadas e cujo desfecho nunca se sabe qual será.

Em um ambiente com constantes problemas, o entendimento do empreendedorismo é visto como essencial, caso contrário, as chances de oindivíduo sobreviver às garras do desemprego são nulas. No entanto, a vivência desse entendimento exige que aqueles que o seguem vivam com a constante sensação de desafios a serem superados, para que então possa ser feito mais e melhor, bem como maior lucro por isso. No entanto, qual o preço será pago por isso? É o culto à performance e àauto responsabilização. O sociólogo Alain de Ehrennberg em seu livro“Culto da performance” diz sobre a estrutura cultural criada para que o sujeito seja impelido a buscar sempre mais, sendo o herói da sua própria história. Primeiramente, essa ideia deu-se através do esporte, entretanto pode ser vista também no empreender, onde ambos valorizam a performance. Ehrennberg (2010, p. 49) diz:

A heroinização do empreendedor tem, não é dúvida, um aspecto institucional, mas seu impacto vai além, pois é o sentido mesmo da palavra empresa que mudou. Ela designa não mais uma acumulação, ainda que sempre se trate de acumular, mas uma maneira de se conduzir: o fato de empreender qualquer coisa. Ela simboliza uma criação pessoal, uma aventura possível para todos. Ao se proliferar a partir desse espaço familiar, os “ganhadores” nos aproximando universo heroico. Seus itinerários nos parecem acessíveis: desempregados criando suas próprias empresas, inventores de objetos de todo tipo, até mesmo críticos mordazes de empresas (às vezes qualificados pela imprensa de esquerda de abutres) etc. Dizem-nos que tudo é possível em todos os domínios de atividade, desde que se tenha vontade de ganhar. Um livro recente nos assegura isso: “Você pode utilizar as estratégias comerciais [que esses] ganhadores têm seguido a fim de fundar sua própria empresa”. \* Isso nos faz lembrar daqueles jogos de crianças sobre os quais se lia: “Se você seguir as instruções, vai tornar-se um verdadeiro químico!”

Pode-se imaginar que a cultura do “ganhe” não está no fim de sua carreira. Seu limite imaginário seria uma sociedade totalmente povoada de heróis onde cada um se tornaria o herói de si mesmo — desde que, não seria demais repetir esse ponto, se respeitassem as instituições. Essa súbita promoção de empreender como valor e princípio de ação no domínio da vida privada como no da vida profissional faz do sucesso, sobretudo do sucesso empresarial, a exemplo do esporte-aventura, um verdadeiro sistema de normas que se endereça a todos, qualquer que seja o lugar de cada um na hierarquia social.

**Os sentidos do empreendedorismo**

O empreendedorismo é um processo que passa pela geração de um negócio, pela identificação de uma oportunidade, produção de empreendimentos lucrativos e sustentáveis, com seus princípios e pressupostos. Schumpeter (1961),“O empreendedor é aquele que destrói a ordem econômica existente através da introdução de novos produtos e serviços, pela criação de novas formas de organização, ou pela exploração de novos recursos e materiais”. Já para Dornelas (2014), “Empreender pode ser definido como o ato de realizar sonhos, transformar ideias em oportunidades e agir para concretizar objetivos, gerando valor para a sociedade”.

Autores contemporâneos abordaram o empreendedorismo não apenas como uma prática empresarial, mas também como uma abordagem ou forma de pensar. Nessa perspectiva, o empreendedorismo vai além da simples criação de empresas e inclui uma forma específica de pensar e agir. Autores como Howard Stevenson, por exemplo, discutem o empreendedorismo como uma abordagem que inclui inovação, identificação de oportunidades e disposição para assumir riscos. Zambon (2021, p.46) explica a teoria:

Howard Stevenson assegura que o empreendedorismo se concentra em oportunidades, não em recursos, e que o empreendedor deve ter o compromisso de ajustar as oportunidades às novas informações que surgirem. Todo o processo é multifacetado, limitando o comprometimento dos recursos em cada estágio a uma quantidade suficiente para gerar novas informações.

Já Baggio & Baggio (2014,p. 26) diz:

O empreendedorismo pode ser compreendido como a arte de fazer acontecer com criatividade e motivação. Consiste no prazer de realizar com sinergismo e inovação qualquer projeto pessoal ou organizacional, em desafio permanente às oportunidades e riscos. É assumir um comportamento proativo diante de questões que precisam ser resolvidas. O empreendedorismo é o despertar do indivíduo para o aproveitamento integral de suas potencialidades racionais e intuitivas. É a busca do autoconhecimento em processo de aprendizado permanente, em atitude de abertura para novas experiências e novos paradigmas.

Gaulejac (2007) caracteriza o empreendedor como a representação do cenário financeiro, cujo propósito é participar de uma competição incessante, demandando inovação constante, aprimoramento contínuo, maior velocidade de execução, e tudo isso com recursos cada vez mais limitados. Na visão delineada por Gaulejac, aqueles que não se adequam às demandas de flexibilidade e adaptabilidade são percebidos como dispensáveis. Nesse contexto sem fronteiras, o que importa são os resultados, em um ambiente em que predominam a onipotência, o narcisismo e a inveja, numa corrida ilusória e, muitas vezes, prejudicial. Assim, bens, vida, emoções, relacionamentos, inteligência, família, saúde, educação, filhos e até mesmo a cidade são constantemente gerenciados, sendo a cultura empreendedora considerada como referência para um mundo que busca incessantemente ser mais produtivo, inovador e lucrativo.

Enquanto isso, Dolabela (2005, p.13) fala sobre como o empreendedorismo pode ser aprendido na sociedade:

Empreendedorismo é a capacidade de as pessoas, por meio de inovação, oferecerem valor para as demais, em qualquer área. Atualmente, é um conceito que se descola da empresa e abrange todas as atividades humanas. Empreendedor não é apenas aquele que cria uma empresa, mas aquele que, estando em qualquer área (pesquisa, jornalismo, política, emprego em grandes empresas etc.), pode a ela agregar novos valores, valores positivos para a coletividade, por meio de inovações. Esse conceito contém um enunciado ético que é oferecer valor para a coletividade e não somente para si mesmo, constituindo, assim, uma potencialidade da espécie humana. Dito de outra forma, não é uma questão de auto-enriquecimento, de desenvolvimento do individualismo, mas, sim, um fenômeno que deve ser entendido como a construção de comunidades. A capacidade empreendedora é algo que se pode desenvolver, assim como se desenvolve o potencial para correr uma maratona, tocar piano, aprender a ler, fazer cálculos. É um fenômeno cultural, uma visão de mundo norteada pelas relações que a pessoa estabelece, sua postura em relação aos outros e a si mesma, em relação à natureza e à vida. O empreendedorismo também é algo que pode ser aprendido. As pessoas que não desenvolveram esse potencial provavelmente não receberam estímulos da sociedade, nos seus núcleos mais fortes – família, escola e relações íntimas. Em síntese, nascemos empreendedores, mas muitas vezes deixamos de sê-lo por influência da família, da escola, das relações sociais.

Assim, esta parte do trabalho foi construídacom o intuito de abordar a temática de como os participantes entendem o empreendedorismo; em seguida, abordamos se ele se sentiam ou não empreendedores. Ana Paula destaca que, mesmo que não se veja como a melhor empreendedora, a prática de pensar em estratégias, fazer planos e ter objetivos já é uma forma de empreender na Psicologia. Inclusive, ela diz “Sim. Por bem ou por mal, sim. Talvez não a melhor das empreendedoras, mas a gente vai pensando em estratégias, em coisas que talvez funcionem” (Ana Paula).

Enquanto isso, a participante Sônia reconhece a necessidade de melhorar suas habilidades empreendedoras, mas destaca que a existência de outras fontes de renda a tranquiliza. Ela se autodenomina uma "empreendedora capenga".Para o psicólogo Alex,ao ter um consultório, é automaticamente colocado em uma posição empreendedora devido às obrigações administrativas, embora não se identifique totalmente com essa perspectiva. Ele relatou: “Não consigo, digamos, vestir muito essa camisa de empreendedor, então eu não fico lendo sobre empreendedorismo, tendência do mercado para psicólogo. Sei que um dia eu preciso, mas até agora eu não senti necessidade” (Alex).

Já Deucy, Ieda, Maria e Kátia expressam uma identificação positiva como empreendedoras na área da psicologia, destacando investimentos, supervisão e cursos como parte desse processo. Deucy disse: “eu me vejo como empreendedora, com certeza, porque a gente é nosso próprio chefe para as coisas, eu me vejo, eu gosto muito”.Apesar de a maioria dos participantes se considerar empreendedores, Flor vai na contramão, dizendo que não se considera e que espera um dia se ver como empreendedora, sugerindo uma aspiração futura nesse sentido. No mesmo caminho, a participante Aline expressou uma postura cética, indicando que quanto mais estuda, mais percebe a complexidade e a falta de conhecimento na área empreendedora.

Ao discutir essas respostas, é possível explorar como as percepções individuais sobre o empreendedorismo na Psicologia podem ser influenciadas por experiências, necessidades específicas, aspirações pessoais e até mesmo a postura em relação à aprendizagem contínua na área.Nota-se na fala dos participantes uma autorresponsabilização para ser um bom empreendedor, mesmo que anteriormente tenham dito que não tiveram aprendizados da área antes de trabalhar efetivamente por conta própria. Isso demonstra umadinâmica de competição e de instabilidade, sendo fundamental que busquem tais conhecimentos para que tenham suas fontes de lucro maximizadas e para que tenham dinheiro suficiente para pagarem suas contas. Vasconcelos e Faria (2008, p. 456) pontuam: “com o discurso de que os sujeitos devem ser dotados de competência interpessoal e de habilidade para lidar com pessoas, a responsabilidade é sempre imputadaao indivíduo”. Posto isso, verifica-se o quanto há o controle dos sujeitos, mesmos que não atuem em um trabalho formal, devido ao controle de sua subjetividade e sentimentos, colocados como a busca de sucesso, satisfação ao cliente e ao mercado.

Outro assunto encontrado é o fato de dois participantes não se considerarem empreendedores e sim autônomos. Segundo o Sebrae (2020), o conceito de autônomo é:

É definido por um trabalhador que possui habilidades técnicas, manuais ou intelectuais e que decide, assim, executar sua atividade profissional por conta própria, sem vínculo empregatício, assumindo os riscos inerentes ao seu trabalho. A maior parte dos profissionais autônomos se enquadra em profissões regulamentadas, como é o caso de advogados, dentistas, fisioterapeutas, médicos, engenheiros, nutricionistas e psicólogos. Ainda nessa categoria, também há trabalhadores que atuam em profissões não regulamentadas, como pintores, marceneiros, faxineiros, pedreiros, entre outros. Portanto, para ser um profissional autônomo, a depender da atividade exercida, não é necessário ter certificação profissional ou ensino superior, já que não é a escolaridade que define tal atividade, mas a capacidade de exercê-la de forma independente.

Ou seja, é entendido que a autonomia do trabalho está em gerir de modo independente o seu trabalho, sem gestão direta, além do manejo sobre seu próprio salário, entradas e saídas do negócio. Tal elemento mostra que o empreender está sendo associado hoje a esse trabalho.Porém, Schmidt e Bohnenberger (2008) já descreveram na literatura, em especifico em periódicos econômicos, que um empreendedor estaria ligado a características e ações, não apenas ao trabalhar de modo independente. Esses atributos incluem ser auto-eficaz, utilizando seus recursos para gerir seus problemas e criar soluções a eles;assumir riscos calculados, analisando as variáveis de mercado e tomando decisões sobre tal caminho a ser percorrido;detectar oportunidades, estando atento às oportunidades de mercado e às mudanças, projetos necessários para que isso ocorra; persistir, trabalhando de modo intenso mesmo que isso acarrete menor convívio social e privações; sociabilidade, tendo uma rede de apoio e suporte para a execução dos projetos; inovação, buscando formas de atender às demandas da sociedade de modo criativo e com novos recursos e experiências; liderança, influenciando pessoas ao seu redor para seus próprios objetivos e ideias.

Posto isso, levanta-se a questão: o que gera essa diferenciação entre se reconhecer como empreendedor e outros não? Essa distinção pode ser atribuída a vários elementos, como ambiente social, percepção do papel dos empreendedores, autopercepção profissional, condições de trabalho autônomo, formação profissional e dia a dia do trabalho. Ou seja, como dito anteriormente, o contexto e a historicidadenos qual os participantes estão inseridos interferem em sua visão de mundo. Possivelmente, aqueles que foram mais estimulados a pensar sobre o assunto, seja em rodas de amigos, mídias sociais ou cursos formais, saibam mais detalhadamente os papéis que são requeridos nessa função, em contramão daqueles profissionais que pouco estudaram sobre. Gaulejac (2014, p.39) explica esse movimento: “Uma parte da análise do campo social e de suas evoluções, de modo a situar os problemas encontrados pelos indivíduos confrontados com o deslocamento social, para compreender em que medida o contexto social sobredetermina os conflitos que eles vivem”.

Outro ponto de investigação remete-se ao maior prestígio em se auto intitular empreendedor do que autônomo, pois, por vezes, o segundo foi associado a trabalhos malquistos na sociedade por se tratar de empregos sem ensino formal, seja superior ou básico. Podendo se entender que o prestígio é um bem de consumo para esses trabalhadores, ou seja, tudo que aparecer mais agradável e mais recompensador será tomado como verdade absoluta, mesmo que não haja maiores pensamentos sobre o que seria ser empreendedor.Gaulejac (2014,p.113) fala sobre a necessidade de diferenciar-se e buscar prestígio:

Esse aspecto do funcionamento do aparelho psíquico permite compreender melhor a correspondência psicológica da lógica da diferenciação social na sociologia: o ideal do Eu impele o Eu a se apropriar do conjunto de signos de pertencimento ao grupo social que lhe parece superior. Esse impulso, portanto, é ainda mais importante do que a promoção e a carreira, que em si mesmos são ideais: é preciso ter sucesso, é preciso subir na escala social; cada indivíduo, portanto, é "chamado" a eliminar as diferenças (de posição social, renda, salário, modo de vida, nível cultural, prestígio etc.) em relação aos que ocupam as posições a que aspira e, ao mesmo tempo, a se diferenciar dos que ocupam as posições que tenta abandonar.

Assim, enquanto alguns entrevistados diziam que eram empreendedores porque faziam suas burocracias e tinham um negócio, outros afirmavam que não podiam ser empreendedores porque não geravam empregos ou ideias inovadoras. Sendo assim, não há um consenso entre os participantes sobre o que é ser empreendedor ou não. Apesar de a maioria dos profissionais se consideram empreendedores, eles não se enquadram no perfil tradicional capitalista[[35]](#footnote-36), pois há uma dependência da sua própria força de trabalho para que possam arcar com sua substência, ou seja, eles dependem integralmente de sua força de trabalho para sobreviverem. Sem trabalhar, eles não ganham dinheiro.

A ideia de empreendedorismo, portanto, está longe do ideal romantizado de autorreferência de si mesmo. Na prática, a condição de autônomo envolve mais riscos, mais instabilidade e mais responsabilidade por parte dos psicólogos. Embora, haja dificuldades, há profissionais que se intitulam e se identificam como empreendedores, pois isso parece remeter à percepção de que estão construindo algo único para si mesmos,algo que reflete suas próprias características, com maior autonomia e flexibilidade. A partir dessa interpretação, abre-se a ideia de discutir essa possibilidade de carreira como um elemento protetivo da saúde dos trabalhadores, pois parece haver um ganho identitário e de sentido nessa ação.

**Como o empreendedorismo é vivido no cotidiano**

Com ointuito deentender como o empreendedorismo atravessa a atividade dos psicólogos e como é vivido no cotidiano dos participantes, os psicólogos falaram dos desafios de atuarem como autônomos, em um negócio próprio, e como isso repercute em seus cotidianos. Chama atenção a necessidade de buscar outras fontes de conhecimento (financeiro, vendas, administrativo, *marketing* digital, contabilidade etc.), que não são oferecidas nas Universidades. Assim, os participantes contaram o que buscam fazer e comofazem isso na sua atuação profissional, evidenciando estratégias e ações específicas.

É possivel identificar um proatividade por parte dos participantes: Ana Paula destaca a importância de não ficar passiva, esperando os pacientes chegarem, mas sim adotar uma postura proativa. Ela ressalta a eficácia de se mostrar ativa na comunidade, apresentando projetos.

Então, saber empreender pra mim é muito importante. Porque eu não posso ficar aqui sentada. Claro que se eu fosse talvez herdeira eu pudesse ficar aqui sentada esperando o paciente. Aparecer aqui na minha porta e falar, olha, é aqui que a psicóloga atende? (...) E aqui no meu contexto o que vem funcionando mais é realmente dar a cara a tapa. Levar projeto, me mostrar mais do que estar ativa na mídia social. (Ana Paula)

A participante Sôniaenfatiza a necessidade de diversificar as fontes de renda, especialmente no início da clínica, para sustentar o negócio. Ela menciona a importância de investir mais tempo na clínica após concluir o mestrado. Para além dessa diversificação de rendas, foi possível identificar os participantes falando sobre marca pessoal: Maria associa o empreendedorismo a deixar sua marca em tudo o que faz, buscando personalizar seus documentos, respostas e abordagem terapêutica. Para ela, empreender é imprimir sua identidade nas atividades diárias.

Eu acho que em tudo praticamente acho que tem esse lado empreendedor, até assim, elaborar um documento, assim, a forma que eu olho pra essa atitude, então eu vou lá, eu coloco a marca d'água, eu vejo uma forma de deixar mais bonitinho, de deixar o meu jeito, eu tento deixar minha marca em tudo assim que eu vou fazer, gosto de fazer as minhas personalizadas, e eu acho que empreender é isso, é você deixar sua marca ali no mundo, mesmo que seja de pequenas coisas, né? Então eu tento fazer isso em tudo, tanto no Instagram, tanto na terapia, eu sempre tento ver uma forma de ser mais personalizada pro paciente, a forma que eu vou mandar pra ele, a forma que eu vou responder, quando eu mando algum documento, a forma que eu coloco esse documento, então eu acho que a forma que eu deixo essa marca, indo um pouco pra marca da empresa, eu acho que é esse olhar de empreender, de não simplesmente pegar e repetir, você vai e é fiel naquilo que faz sentido pra você. (Maria)

Aline menciona a importância de expressar reconhecimento e gratidão por meio de pequenos gestos, como presentes em datas especiais. Essa prática é vista como uma forma de empreender, fortalecendo a presença e a marca pessoal.

O *marketing* não é só o*marketing online*, né? Que o pessoal está tão acostumado, mas é um *marketing* mais *off*, dessa questão de estar por trás aí, fazendo. Mas eu estou tentando. Eu acho que, assim, agora, em dezembro mesmo, eu sempre gosto de... Aí cada um tem a sua forma de, digamos, de agradecer, né? Eu gosto muito de mimo. Então, assim, páscoa eu monto mimo para paciente, monto mimo para o pessoal que trabalha em conjunto comigo, Psiquiatra e tal. (Aline)

Outro tópico diz respeito ao uso estratégico do *Instagram*: Aline destaca o uso estratégico como uma ferramenta para aprender com profissionais referência na área. Ela busca dicas, participa de cursos e observa estratégias de *marketing*, adaptando-as à sua própria prática. A participante ainda diz que está em processo de aprendizado e autoaperfeiçoamento, adotando uma abordagem gradual em direção ao empreendedorismo na psicologia.

Eu vou correndo por fora, eu vejo que lá tem um pessoal que, sim, já está estabilizado na área, né? Já trabalhou muito para estar da forma como está. Eu falei, então, eu tenho que ir atrás do meu, né? Não adianta ficar sentada aqui esperando chegar, porque nem sempre vai acontecer isso. (Aline)

Essas respostas sugerem que os participantes percebem o empreendedorismo na Psicologia como uma prática ativa, envolvendo estratégias diversificadas, construção de marca pessoal e busca constante por aprimoramento profissional e estratégias de gestão. Essa abordagem multifacetada destaca a complexidade e a necessidade de habilidades diversas nesse contexto específico. Assim, foi possível notar uma autorresponsabilização dos sujeitos para o sucesso, desde se apresentar nas mídias sociais para serem vistos atéter retorno de contatos, seja de clientes ou a visibilidade dos pares que indicam. Tanto na confecção de presentes para colegas e pacientes em datas comemorativas quanto na construção de papelaria personalizada. O sucesso seria medido desse modo? O que seria sucesso? Segundo Rebolo et al (2020), a compreensão de sucesso perpassa pela visão do outro, ou seja, a consideração que as pessoas têm dela, do seu trabalho e dos seus atos, resultando em uma estima positiva ou negativa. Entretanto, não será perigoso incutir o seu próprio valor apenas no julgamento do outro? Além disso, estarão os acessórios mais imprescindíveis do que uma técnica psicológica mais bem trabalhada no *setting* terapêutico? Estará o paciente mais interessado em quê?

Outro aspecto observado a partir da fala dos participantes foi o acúmulo de funções e cargos, trazendo o aspecto de sobrecarga da profissão. Com essa sobrecarga, como estará a prática terapêutica para seus pacientes? Nota-se também a busca de sobrevivência desses profissionais, ao bancar sua alimentação, moradia e contas da clínica. Dessa maneira, tudo que é vendido como caminho brilha os olhos. Ressalta-se assim o aspecto de sobrecarga para além de cargos, pois, para Vasconcelos e Faria (2008),são“tensões que sobrecarregavam sua mente e seu corpo”.

Além disso, é crucial considerar os possíveis conflitos entre os conhecimentos da área do empreendedorismo e a prática psicológica, uma vez que a primeira não possui limites éticos, ao passo que a segunda está intrinsecamente vinculada a eles. Nesse contexto, os profissionais podem se deparar com dilemas éticos em sua atuação, especialmente quando buscam o sucesso profissional. Aspectos como o compartilhamento de fotos de desenhos e outras produções feitas pelos pacientes no ambiente terapêutico *online*, bem como o compartilhamento de depoimentos para demonstrar a qualidade prática e técnica do profissional, podem ser temas que suscitem discussões sobre os limites éticos e a privacidade na prática psicológica em um cenário empreendedor.

Apesar de não existirem excertos das entrevistas sobre esse assunto, a minha vivência enquanto psicóloga e consumidora de conteúdos sobre psicologia e *marketing* digital nas midias sociais demonstra que alguns psicologos não se atentam para garantir o sigilo profissional, sejam compartilhando fotos da mão de pacientes menores de idade ou seus desenhos, bem comodepoimentos de pacientes adultos falando sobre a terapia. Apesar de parecer um erro brutal, é algo muito estimulado pelos profissionais de*markenting* para engajar sua audiência e demonstrar autoridade. Atualmente, o CFP, por meio da Nota Técnica 01 de 2022, vem deixando algumas questões dúbias, deixando margem para diversas interpretações.

Publicidade Profissional: Uso de Depoimentos e de Fotos.

*Orienta-se* também que a profissional e o profissional, em sua publicidade, não utilizem diagnóstico psicológico, análise de caso, aconselhamento ou orientação psicológica que, de alguma forma, identifiquem a pessoa atendida, sob pena de violação do sigilo (art. 9º do CEPP) e da Resolução CFP nº 3, de 2007 (art. 54). A profissional e o profissional, em sua publicidade, não podem fazer uso de depoimentos de pessoas atendidas ou usuários nem de compartilhamento de depoimentos e fotos das pessoas atendidas ou usuários. Destaca-se que, *se houver o consentimento expresso, por escrito, do paciente ou do usuário dos serviços, a utilização de fotos e depoimentos é permitida, mas não recomendada*, em função da possibilidade de exposição da pessoa atendida, em especial crianças e adolescentes (art. 9º). (Grifo da autora)

Desse modo, apesar do CFP dizer que não aconselha essa prática, ele não a proibe, possibilitando que alguns profssionais postem os depoimentos recebidos dos pacientes, desde que autorizados por escrito, ou seja, realizando questões defendidas pelos professores de *marketing*. No entanto, tal ação pode ser vista como contrária à normatização expressa no Código de Ética da Profissão de psicólogo, art. 2º alínea q, onde é vedado “Realizar diagnósticos, divulgar procedimentos ou apresentarresultados de serviços psicológicos em meios de comunicação, deforma a expor pessoas, grupos ou organizações”.

**Aspectos positivos e negativos do empreendedorismo na Psicologia**

Nessa etapa da pesquisa, buscamos entender o que os participantes veem de positivo e negativo no empreendedorismo. Em sua essência, essa prática é comumente encarada de maneira positiva, uma vez que tem o potencial de contribuir para a geração de valor na economia e, consequentemente, na sociedade em geral. Contudo, ao analisar as entrevistas com os psicólogos que se autodenominam empreendedores, observa-se uma divergência nessa perspectiva. Os entrevistados não parecem compartilhar da visão convencional de gerar valor para a economia e sociedade, mas sim adotam uma perspectiva mais centrada nos pontos positivos do trabalho autônomo, tais como a flexibilidade de horários e maior autonomia.

É relevante ressaltar que, ao contrário do empreendedor capitalista, cuja principal vantagem reside na capacidade de ampliar seus lucros e rentabilidade por meio da exploração da força de trabalho alheia, os psicólogos, enquanto empreendedores autônomos, não empregam força de trabalho. Dessa forma, o valor gerado por eles se aproxima mais do conceito marxista do pequeno burguês, proporcionando a subsistência pessoal, mas sem alcançar a acumulação de riqueza característica do capitalismo (Marx e Engels, 1998). Em suma, percebe-se que o valor gerado no contexto do empreendedorismo psicológico serve primariamente à própria sobrevivência dos profissionais, não conduzindo necessariamente à riqueza no sentido capitalista tradicional.

A partir desse entendimento sobre ser empreendedor e o conflito conceitual encontrado, pode-se elencar os outros temas ditos pelos profissionais como pontos positivos O primeiro deles foi a liberdade e flexibilidade do trabalho. Ana Paula enfatiza a liberdade que a clínica oferece, permitindo horários flexíveis e a capacidade de realizar outras atividades entre os atendimentos.

Essa liberdade é muito boa. Então, eu vejo que essa liberdade é muito bacana realmente. Porque não teria essa liberdade talvez em um outro emprego. Você tem que falar, olha, segunda-feira eu não vou trabalhar. Nas segundas eu não trabalho. Então, tem essa liberdade que a clínica dá. Ela é muito boa. Então, às vezes entre um atendimento ou outro eu consigo fazer algumas outras coisas. Consigo ler um texto, consigo às vezes ir no mercado rapidinho comprar umas coisas e voltar que eu preciso comprar. Ou planejar alguma outra coisa. Então, acaba tendo essa liberdade pra fazer outras coisas, pra colocar outras coisas e você mudar. Então, eu vejo que esse é um ponto positivo muito grande. Que eu não encontraria em nenhum outro trabalho, por mais que liberal, por mais permissivo que o trabalho seja, fosse. (Ana Paula)

Gestão do tempo, flexibilidade de horários e qualidade de vida também são destacados por Maria, que enfatiza a liberdade para determinar a quantidade de pacientes atendidos diariamente, permitindo o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal. Ela destaca a importância de definir limites para preservar a qualidade de vida.O participante Alex também ressalta a autonomia associada ao empreendedorismo, em que a renda está vinculada ao próprio desenvolvimento. Ele vê isso como um desafio positivo, contrastando com a previsibilidade do setor público.

Então assim, hoje em dia eu vejo que eu gosto muito dessa liberdade da clínica, né? De falar, bom, eu quero chegar a tantos pacientes, que é uma coisa que eu falo, né? De eu quero atender muitos pacientes diário, eu tenho um X, uma X quantidade de paciente, pra eu conseguir dar conta de outras coisas, pra eu não virar escravo assim, do trabalho, né? Eu quero ter a liberdade de, olha, eu atendo tantos, mas eu consigo sair, eu consigo descansar se eu precisar ir ao médico, eu vou ter horário pra ir no médico, então eu acho que também é legal saber o limite, né? O empreendedor também, acho que precisa saber o limite, porque senão você ultrapassa muito, você tá, acho que daí não vem tanto benefício assim, de qualidade de vida, né. (Maria)

Tem uma coisa legal, uma coisa não previsível, aquela renda está dependendo do seu desenvolvimento. A tendência é você ter uma renda bacana também, por consequência. E você tem que ser um bom trabalhador. No setor público também isso não acontece. Você pode ralar e trabalhar ali, mas no final das contas, você vai recuperar o seu milzinho no final do mês. (Alex)

Nesse mesmo viés, com a ideia de se ter o controle sobre a própria vida, Aline destaca a autonomia proporcionada pelo empreendedorismo, permitindo a organização da agenda e proporcionando uma sensação de controle sobre a própria vida. Ela também valoriza o reconhecimento e as indicações como benefícios tangíveis do seu trabalho.

Acho que os benefícios entram na questão de você estar conseguindo dominar a sua vida mesmo, né? Dominar a vida no sentido de qualidade de vida, de fazer seus horários, de conseguir se organizar nesse sentido. Então, para mim, sempre trabalhei com CLT, que então entrava Natal, Ano Novo, nem sempre você consegue férias. Feriado você não consegue. Então, acho que eu consegui ter essa autonomia. O empreendedorismo me ajuda nesse sentido, fazer a minha agenda, me organizar. E o benefício, além disso, pelo menos para mim, é estar trabalhando para ser vista, ser reconhecida. Eu acho que a hora que é pesado, é corrido, mas a hora que você começa a ver a indicação de um, de outro, que você nem esperava, você fala, opa, né? A indicação de um paciente que foi para a alta e que mandou outro, você fala, é, está fazendo sentido.

Enquanto isso, Sônia destaca a oportunidade de criar um trabalho que reflita sua personalidade e marca pessoal, em oposição a trabalhar para uma empresa com uma identidade corporativa predefinida. “Você não tá trabalhando pra uma empresa que tem uma marca e um... Não, ali é você e você consegue criar um trabalho que seja seu, assim” (Sônia).

Outro tema que apareceu foi a ideia de crescimento profissional e maturidade. Ieda expressa como o empreendedorismo na Psicologia impulsiona o crescimento profissional e a maturidade, envolvendo não apenas o atendimento aos pacientes, mas também a organização da vida social, investimentos, supervisão e aprendizado constante. “É o quanto isso traz um crescimento assim, porque desde o início até agora eu amadureci muito profissionalmente” (Ieda).Em consonância com o tema supracitado,Flor ressalta como o empreendedorismo contribui para o desenvolvimento pessoal das pessoas na área da Psicologia, aquecendo o mercado e gerando oportunidades em áreas como *copywriting* e *videomaking*. “Os pontos positivos, eu acredito que as pessoas se desenvolvem, e as pessoas se desenvolvendo, ganhando dinheiro roda a economia, porque essas pessoas vão contratar mais pessoas e isso vai aquecer os mercados” (Flor).

Quando os ideias de crescimento e desenvolvimento se unem, elas resultam no ideal de inovação e melhoria constante. Kátia vê o empreendedorismo como um impulsionador constante para inovação e melhoria, incentivando as pessoas a não ficarem estagnadas e a criarem soluções que beneficiam a si mesmas e aos outros.

Ele ajuda a gente a se desenvolver cada vez mais, enquanto pessoa e enquanto profissional, porque você não fica estagnada. O empreendedorismo não traz essa ideia de você ficar parado. Você está sempre tendo novas ideias e criando novas coisas pra ajudar as pessoas e melhorar a vida de todo mundo. Tanto a sua, óbvio, que a gente não pode ignorar o nosso interesse, quanto as das pessoas. Mas aí até uma coisa que a gente pode pensar. Se existe uma procura, se existe demanda, tudo bem a gente criar coisas relacionadas a isso e cobrar por isso. Porque tem gente que paga. Então, é assim que funciona a vida, principalmente no mundo capitalista que a gente vive. (Kátia)

Essas respostas indicam que os participantes veem o empreendedorismo na Psicologia como uma oportunidade para moldar o trabalho de acordo com suas preferências, desenvolver-se profissionalmente e buscar uma melhor qualidade de vida. A liberdade, flexibilidade e o senso de realização pessoal são elementos-chave mencionados por diversos participantes.Houve diferentes colocações sobre os benefícios do empreendedorismo na vida dos profissionais; no entanto, alguns apontaram assuntos semelhantes, como liberdade de horários e desenvolvimento de si e da sociedade. Outros temas apareceram nessa construção de pensamento,como autenticidade, maior possibilidade de bons rendimentos, crescimento e qualidade de vida.Silva - Junior (2020) diz:

O trabalho é parte da construção da identidade social dos indivíduos e interfere diretamente na saúde mental e física das pessoas. A percepção de bem-estar e qualidade de vida são campos da subjetividade humana que podem sofrer influência de aspectos relacionados ao trabalho. Portanto, a vida profissional tem papel fundamental na manutenção da saúde mental dos indivíduos, sendo reconhecida como um dos determinantes sociais de risco para a saúde.

Este excerto foi expresso nas frases dos participantes quando mencionam a busca pela qualidade de vida, seja atendendo pacientes de acordo com os horários pré-estabelecidos por ele ou pelo alcance de objetivos. No entanto, esse convite à qualidade de vida pode ter efeito oposto quando não há uma ponderação adequada, trazendo assim os pontos negativos desse mesmo discurso.A partir do entendimento dos benefícios do empreendedorismo para sua atuação profissional, os participantes somaram construto a essa discussão, contando o que veem de malefícios dentro do contexto da área.

Sobre os aspetos negativos, é possível identificar elementos identitários, como a falta de sociabilidade e o isolamento. A comparação também se revela como um fator significativo, pois está associada à competição entre os pares, gerando a crença de que é necessário conquistar mais, ter mais pacientes e alcançar maior sucesso. Este desafio torna-se mais complexo quando relacionado ao universo das mídias sociais, onde o engajamento é diretamente proporcional ao capital social. Este cenário é não apenas relevante, mas também exaustivo, uma vez que os psicólogos estão encarregados de construir suas autoridades em dois espaços distintos: o virtual, abrangendo as mídias sociais, e o presencial, referente à realidade da clínica e outros contextos profissionais.Prodanov et al (2023, p. 52, 53 e 56) menciona em seu artigo como a autoridade é construída nas mídias sociais.

Ou seja, dados comportamentais como validar ou não o conteúdo de alguém ou a própria imagem de alguém, passam a ser metrificados e expressos em números de seguidores, de engajamento, de curtidas, etc. Sob essa dimensão, também foi comum, entre os respondentes, a referência aos números de seguidores dos influenciadores.

Os números de seguidores ainda seguem como um fator importante para determinar a imagem de sucesso de um influenciador. Nove pessoas falaram sobre seguidores em respostas como: “pelo menos passar de 1 milhão de seguidores”, “acho que o que conta é o número de seguidores. Mas isso não significa qualidade do conteúdo”, “acho que a resposta mais fácil seria o número de seguidores! Mas, em tempos de compras, acho complicada essa métrica”.

A última pergunta pedia para os entrevistados colocarem em ordem, do mais relevante ao menos relevante, algumas afirmações sobre um influenciador ser considerado de sucesso. Elas todas começavam da mesma maneira, “um influenciador tem sucesso quando”, e seguia com: tem muitos seguidores, faz parceria com grandes marcas, é amigo de famosos, está ganhando dinheiro sendo influenciador, ostenta bens de valor, faz viagens para o exterior, aparece na mídia tradicional, possui credibilidade com seu público, gera conteúdo de qualidade, já te influenciou a realizar uma compra, já te influenciou a mudar um hábito, já te influenciou a mudar de opinião e já lançou um livro.

Os dados comportamentais na era das mídias sociais são quantificados por métricas como número de seguidores, engajamento e curtidas, transformando validação e imagem em valores mensuráveis. A importância dos números de seguidores é destacada, sendo considerados indicativos de sucesso para influenciadores, embora reconheçam que a quantidade não necessariamente reflete a qualidade do conteúdo. Em uma análise sobre o sucesso de um influenciador, os participantes classificaram ter muitos seguidores como um fator chave, embora a credibilidade com o público e a capacidade de influenciar comportamentos também tenham sido consideradas relevantes.

Esse trabalho se correlaciona com os achados na pesquisa, em que os participantes relataram pressão e hipermercadorização nas mídias sociais. Ana Paula discute a pressão para empreender nas midias sociais, destacando como algumas pessoas podem se sentir compelidas a criar cursos e se mostrar bem-sucedidas mesmo quando estão no início de suas carreiras. Ela aponta que as mídias sociais podem ser manipuladas, criando uma imagem de sucesso que pode não refletir a realidade.

Talvez eu não esteja bem-sucedida no começo da minha clínica, mas vou mostrar nas mídias sociais que eu estou sim bem-sucedida. Porque as pessoas compram a ideia disso nas mídias sociais muito fácil. E vou vender meu curso (...) Sim, então esse empreender nas mídias sociais se torna algo mais imediato também. É muito fácil de manipular do que no real. Porque como eu vou montar um curso aqui na minha cidade de como lucrar com clínica, como empreender, que no real é mais difícil. Ou mesmo me divulgar, empreender, divulgar o meu trabalho na clínica. (Ana Paula)

A facilidade de manipulação da realidade, fingir ser algo para que os outros comprem aquilo que você diz e não o que é ou faz de verdade. Esse é um dos recursos utilizados pelo neoliberalismo, a manipulação vestida de *marketing*, propagandas e algoritmos, com finalidade muito bem definidas: “convencimento” e “aceitação” (Ferreira, 2020).

O participante Alex corrobora com Ana Paula e levanta a questão de um empreendedorismo centrado apenas no indivíduo, sem considerar aspectos sociais. Ele critica a hipermercadorização, onde tudo é transformado em produto e mercadoria, incluindo áreas que podem não se encaixar naturalmente nesse modelo.

A gente está hipermercadorizando tudo, está colocando tudo num saco só, tudo é produto, tudo é mercadoria. Coisas que de repente não funcionam nesse viés mercadológico. (…) Então o lado negativo também tem essa coisa de você construir uma identidade de consumo. Eu chamo dessa forma, o sujeito vai lá e consome a identidade. (...) Não são baseadas na vivência, mas sim no consumo. Por conta dessa hipermercadorização de elementos que não são necessariamente produto. (Alex)

Outro aspecto é a carga horária de trabalho elevada. Sônia menciona que, como profissional liberal, a ausência de uma carga horária definida pode resultar em uma sensação de estar sempre ativa e disponível, o que pode levar a uma jornada de trabalho prolongada. “O ruim de ser profissional liberal é que a gente não tem uma carga horária definida e parece que a gente passa o dia todo em função disso” (Sônia). Corroborando com isso, Flor destaca que o empreendedorismo consome muito tempo e que é necessário ter cuidado na gestão desse aspecto. Ela ressalta que, embora não veja muitos pontos negativos, é crucial que o empreendedor esteja atento a esse gerenciamento para evitar riscos à saúde e ao bem-estar.

A pessoa paga um preço super alto por estar fazendo isso, isso coloca em risco vários pontos, assim, da vida dela, de dedicação, de estresse, então eu acho que pra quem empreende eu teria que ter mais cuidado, assim, nesse sentido pra esse gerenciamento. (Flor)

Outra perspectiva elencada pelos participantes foram os desafios financeiros. Ieda menciona a frustração associada a desafios financeiros, como a sensação de que os recursos podem não ser suficientes e a necessidade constante de investir. Ela destaca que nem todas as atividades relacionadas ao empreendedorismo são prazerosas.

As vezes você sente que não vai dar conta, de que não é o suficiente, que você tem que investir nisso. E você vai ficando para trás, se você não vai continuar investindo, conseguir continuar fazendo as coisas. Para mim é bem mais frustrante isso. (Ieda)

Somado a essa frustração, outro fator citado foi o de comparação e expectativas não atendidas. Maria fala sobre o desafio de lidar com comparações e expectativas versus realidade. Ela destaca que empreender muitas vezes envolve tentativa e erro, persistência e aprendizado constante.

Às vezes de comparação e de... Como que eu posso falar? Expectativa *versus* realidade, né (...) acho que um lado negativo é a frustração, né? Porque nem tudo que você acha que vai dar certo, vai dar certo, mas aí você tem que ser persistente, analisar o que aconteceu, se tem uma outra forma que pode ser melhor, pode performar melhor. (Maria)

A frustração e comparação provenientes do trabalho, em específico ao se comparar com outros profissionais, seja por terem mais clientes ou um número maior de seguidor nas mídias sociais, geram a eterna sensação de nunca fazer o suficiente, nunca ser bom ou merecedor. Essa ferramenta é utlizada pelo sistema social para incutir o desejo por soluções a esses problemas, seja comprando melhores itens de vestuário e beleza, de decoração do escritório, seja individualizando o sofrimento em espaços de análise, psicoterapia e psiquiatria, retirando o problema da sociedade e depositando nele apenas a falha de ser um humano e resolvendo isso com o consumo. A esse sujeito permeado pela ótica neoliberal resta apenas exigir mais de si mesmo, sentindo insatisfação por seus resultados passados, buscando constantemente mais (Facas, 2020).

Enquanto isso,Aline destaca a falta de conhecimento como um malefício do empreendedorismo na Psicologia. Ela acredita que a falta de preparo na graduação e a ausência de conhecimentos práticos podem levar a desafios significativos quando se inicia a carreira empreendedora.

Se a gente tivesse tido isso na graduação, ou eu tivesse buscado, vou falar por mim, talvez em paralelo até com a graduação, iria aliviar muita dor de cabeça que eu tive Eu bati muito a cabeça. Eu, assim, apanhei muito quando eu saí da faculdade e me deparei com esse mundo. Mas apanhei mesmo, porque eu não tinha noção de imposto, eu não tinha noção dessa questão de INSS, não tinha noção de nada. Então, eu tive que estudar mesmo por fora. Eu acho que, para mim, foi isso. E o outro é o sentido, assim, da própria questão da gente saber se planejar. Porque você não consegue tirar férias, você não consegue se organizar. (Aline)

Por fim, Kátia levanta a questão da inacessibilidade do empreendedorismo para algumas pessoas em determinadas realidades. Ela destaca as dificuldades que podem surgir para aqueles na base da pirâmide econômica, contribuindo para a desigualdade.

Talvez ele possa ser inacessível pra algumas pessoas em algumas realidades. Então, né, se a gente fosse considerar a pirâmide, né, a base, o meinho e a galera que tá lá em cima, talvez seja muito difícil pra quem tá ali na base conseguir ter um empreendimento. Não que não é possível. Possível é. Mas eu acho que é muito mais dificultoso, porque as pessoas que estão mais embaixo ali, dificilmente elas vão ter acesso a recursos e oportunidades que outras pessoas que estão mais acima vão ter. Então, aí entra até a questão de desigualdade. Muitas vezes o empreendedorismo pode contribuir pra isso. (Kátia)

Esses pontos negativos indicam as complexidades e desafios associados ao empreendedorismo na psicologia, destacando a importância de uma abordagem equilibrada, gestão eficaz do tempo e uma compreensão completa dos aspectos práticos e financeiros envolvidos. Dentro das respostas encontradas foram trazidos um contexto de análise dos pontos negativos do ser empreendedor. Foi encontrado opiniões diversas sobre isso, sendo a falta de carga horária definida o mais apresentado. Segundo os participantes, a autonomia para gerenciar seus próprios horários os faz abrir muitas exceções, trabalharalém da quantidade estabelecida, seja com uma quantidade de clientes acima do que consegue atender, ou por estarem estudando os casos atendidos, criando postagens para as mídias sociais, deixando de lado o descanso, o estudo e outras atividades que fazem parte do drama humano. Enriquez (2014) traz a reflexão: “Fazer corretamente seu trabalho, mas nunca exagerar no zelo – não investir totalmente no trabalho, ter sempre outros centros de interesse, ainda que “se tenha sucesso” em sua função e que se tenha uma bela carreira”.

Encarar o trabalho do modo citado por Enriquez (2014) possibilita a realização de um trabalho não alienado.Ele também cita outras maneiras de manejar essa alienação que o trabalho pode ocasionar, e os recursos são: não confundir trabalho assalariado, atividade e emprego; entender suas possibilidades reais dentro do trabalho que desempenha; lutar contra a dominação; refletir sobre os ganhos e perdas da atividade laboral; não se autossacrificar na realização do trabalho; não ficar alucinado pelo reconhecimento de pares e sociedade; pensar sobre a finitude das coisas; se apropriar da sua vida e nuances.

Também foi apresentado um dos malefícios do empreendedorismo: a inacessibilidade do mesmo a todos, seja por condições sociais ou de conhecimento sobre o assunto.Dessa maneira, há mais um modo ardiloso de exclusão social. Um dos participantes citou que esse processo seria uma pirâmide, onde ficariam pelo caminho algumas pessoas; assim, alguns obtêm o dito sucesso e outros não. Figueiredo (2020, p.182) expressa: “Essa personalidade hipermoderna, produzida e apoiada no excesso deindividualismo, se contrapõe o enorme contingente de pessoascondenadas à exclusão e revestidas de uma imagem desventurada,condenada à rejeição”.

**Futuro e perspectiva**

Neste tópico, os participantes foram convidados a pensar sobre o futuro da profissão, o futuro deles próprios e do empreendedorismo.O resultado desse espaço de escuta está registrado abaixo.A respeito do futuro da profissão,os temas encontrados foram: crescimento da profissão, adaptação às mudanças e novas tecnologias; expansão das opções no setor público; valorização da profissão; regulamentação e condutas éticas nas mídias sociais; aumento na procura por atendimento psicológico; desafios e oportunidades.

Ana Paula expressa sua visão otimista sobre o futuro da Psicologia, indicando que a profissão tem potencial para crescer cada vez mais. Ela destaca a possibilidade de surgirem novas demandas, especialmente relacionadas às mudanças pós-pandemia, incluindo a aceitação de terapias breves e a crescente procura por serviços *online*. Sugere a necessidade de adaptação, inclusive ao ambiente virtual e ao conceito emergente de metaverso.

Eu acho que é uma profissão que tende a crescer cada vez mais, né, que tende a crescer cada vez mais (...) eu acho que talvez seja uma profissão que realmente é uma profissão que vai demandar ainda mais, né, com todo esse movimento que as coisas andam tendo, do pós-pandemia, do... Das pessoas retornarem pro... Pra esse presencial em tudo, né, pra esse contato com o outro, esse contato físico, essas relações, né, e com essa produtividade que às vezes a gente se coloca sempre a estar mais produzindo. Então eu acho que a Psicologia vai demandar muito, vai ter muita alta nesse... Pra esse futuro (...) Mas eu também vejo que talvez a psicologia precise se adaptar também a algumas coisas, né, talvez ao virtual, talvez ao metaverso, né, que tá surgindo, realmente, talvez se adaptar um pouco a essa mudança, né, talvez do... Consultório tradicional e, né, do... Talvez até da psicoterapia em si a longo prazo, né, as psicoterapias breves, elas vêm tomando conta de uma grande parte da população, né, então talvez se adaptar talvez um pouquinho a isso também.; Se torne mais frequente a busca pelas psicologias breves, pelas terapias breves, né, de inteligência artificial. Já tem muitos psicólogos que fazem isso, então olha, pra determinado problema são um pacote de dez sessões, né, talvez a gente seja um pouco mais cobrado com relação a isso, mas aí eu acho que a gente talvez vai ter que se posicionar, né, a favor ou contra. (Ana Paula)

Alex menciona a variedade de opções dentro do setor público, sugerindo que o campo da Psicologia pode se expandir para áreas como saúde, assistência social e esportes.No entanto, diz que as áreas de recursos humanos e clínica ainda são as primeiras opções dos recém-formados. A participante Deucy expressa o desejo de que o trabalho dos psicólogos seja mais valorizado e levado a sério, semelhante ao reconhecimento que a área médica recebe. Ela destaca a importância de os psicólogos cuidarem de sua própria saúde mental e de temas como o luto do paciente.

Meu Deus. Que nosso trabalho seja mais valorizado, levado a sério. A gente trabalha com saúde mental. O mesmo reconhecimento que a área médica tem, para coisa assim de compromisso, sabe (...) o psicólogo também consiga entender que ele tem autonomia, mas ele também precisa entender que parar, ter as férias, ter descansos, ter rede de apoio, é importante. Que isso venha como condutas de uma vida psi. E que até ter alguns temas que trabalhem com a nossa saúde mental. (...) essas coisas, as perspectiva futuras, que a nossa vulnerabilidade também seja falada, discutida. (Deucy)

Enquanto isso, Ieda destaca uma resolução do Conselho relacionada ao comportamento dos psicólogos nas mídias sociais, sugerindo uma maior regulamentação nesse aspecto. Isso reflete a evolução da profissão em resposta às mudanças tecnológicas.

Recentemente eu soube que o Conselho fez uma resolução de como a gente tem que se portar nas mídias sociais, Eu achei importante. Porque eu acredito que estava demais assim, porque quando começou a pandemia deu *boom* de atendimento *online.* Porque agora eu acho que vai ter mais espaço para todo mundo, porque antes era mais aquele espaço ali naquela cidade, era ali, porque você tinha acesso a um tipo de código, agora você pode ter acesso *online*, de ter maior visibilidade. Então você pode ter acesso a outras pessoa e acredito que tem muito mais a evoluir. (Ieda)

As psicólogas Maria e Flor observam que a pandemia aumentou a procura por atendimento psicológico e reduziu o estigma associado à busca por ajuda. Flor, no entanto, adverte que o mercado pode se tornar mais competitivo e que é importante que os profissionais se dediquem ao estudo e ao aprimoramento.

Quando eu me cadastrei pra atender *online*, nem tinha essa questão forte da pandemia ainda, de ah, e todos os profissionais podem atender *online*, não tinha, foi antes disso, mas eu pensei, bom, eu vou me cadastrar se tiver algum paciente que quer, tudo bem, mas nem pensei que seria 100%. Então os pacientes também não pensavam que tinha essa tecnologia. Então hoje, muitas pessoas falam, ah, eu faço terapia *online* (...)Então os psicólogos que não quiserem atender *online*, eu acho que vai ser mais por opção mesmo, porque eu acho que se quiser, eu acho que vai ter campo. (Maria)

Então as pessoas vão, cada vez, procurar mais, mas eu acho que o mercado de Psicologia também vai começar a ser mais cruel, assim, porque os profissionais são bem fracos, assim, em grande maioria, não estudam, saem da faculdade só repetindo o discurso de professor. Então eu acho que para quem estuda, para quem se dedica, vai ser maravilhoso no aspecto de vai ter muita procura, muita busca, mas para quem também não contraponto, não contribui, acho que só vai continuar sujando a imagem da profissão, como sempre aconteceu. (Flor)

Apesar da dificuldade causada pela pandemia, Kátia e Flor observam quea Psicologia teve uma oportunidade de crescimento, especialmente com a expansão dos atendimentos *online*. Elas ressaltam que a Psicologia só tem a melhorar e destacam o aumento contínuo das demandas por saúde mental.

A Psicologia só tem a melhorar. A pandemia foi um cenário muito caótico e muito triste pra gente, né? A gente não precisava ter passado por isso, mas aconteceu, a gente não controla. Mas foi um momento ótimo pra Psicologia. Por quê? Porque deu o *boom* no atendimento *online*, então mais gente passou a fazer terapia, as pessoas passaram a ter outro olhar sobre a Psicologia, porque viram, tipo assim, não é frescura o que eu tô sentindo, eu posso tratar, então a Psicologia me ajuda, a Psicologia não é coisa de louco necessariamente, né? (...) a tendência da Psicologia é só crescer, só mesmo, porque as pessoas, querendo ou não, infelizmente, cada vez mais vão ter problemas de saúde mental, porque a gente vive num país que tem muitos problemas, né? (Kátia)

A pandemia (...) foi uma coisa horrível, mas eu acho que ela trouxe muitas perspectiva positivas, porque foi um momento que as pessoas adoeceram muito e procuraram mais serviço de Psicologia, o que tornou a Psicologia muito mais acessível. Antes as pessoas tinham vergonha de falar que faziam terapia, hoje elas se orgulham em falar que tem que sessão no dia. Então eu só vejo o crescimento, assim, exponencial, principalmente porque a sociedade está adoecendo, a gente não está pronto para o que a gente está vivendo nessa scoisa hiper estimulante. (Flor)

Aline destaca a importância de os psicólogos valorizarem a própria profissão e menciona a Psicologia positiva como uma abordagem que pode contribuir para a valorização da Psicologia. Ela enfatiza a necessidade de equilibrar o trabalho com aspectos positivos e negativos da vida dos pacientes.

Eu acho que a Psicologia cada vez mais está ganhando espaço e está sendo reconhecida. Porém, eu acho que ainda falta muito. Falta muito até da nossa visão de profissional, sabe? De valorizar a própria profissão. Por exemplo, eu falei da Psicologia Positiva. Eu realmente acho que o *coach* ganhou espaço por conta da nossa visão de profissional, de só trabalhar com o problema, né? De só trabalhar quando o paciente não está bem, de só olhar para aquilo que falta para a ansiedade, para a depressão, para os transtornos. (Aline)Parte superior do formulário

Essas perspectivas refletem uma visão abrangente sobre o futuro da Psicologia, abordando não apenas aspectos profissionais e tecnológicos, mas também questões éticas, de regulamentação e de saúde mental.É indiscutível o avanço das tecnologias da informação no futuro da profissão, em especial o que tange a algoritmos, inteligência artificial e atendimento *online*. Estarão preparados os profissionais diante dessas novas realidades? Qual a reverberação desses novos modos de trabalho na individualidade humana? Nota-se que o CFP começou a olhar essas temáticas após a pandemia de Covid, quais orientações e cuidados podem reduzir o sofrimento para pacientes e profissionais dentro desse novo ambiente?

Sobre a concepção de futuro em relação à prática da Psicologia e ao desenvolvimento profissional, apontaram: diversificação das atividades; pós-graduação e aperfeiçoamento; visão idealista e personalizada da clínica; busca por equilíbrio e bem-estar; estabilidade financeira e atuação na clínica; equilíbrio entre qualidade e quantidade de atendimentos; crescimento financeiro com qualidade de vida; atuação em diversos projetos e contribuição para a profissão; aprendizado contínuo em empreendedorismo.

Ana Paula projeta uma expansão de suas atividades na clínica, incluindo supervisões, cursos e locação de salas para outros profissionais. Sua visão sugere um envolvimento diversificado com a psicologia, abrangendo aspectos clínicos, acadêmicos e empreendedores. “Então eu me vejo fazendo outras coisas com a psicologia” (Ana Paula).

A profissional Sônia expressa seu desejo de concluir o mestrado e planeja organizar-se profissionalmente após esse período. Ela destaca a importância de pensar em divulgação e visualiza uma presença mais ativa nas mídias. “E eu me vejo sim, daqui uns cinco anos mais ativa nas mídias assim. Espero ter encontrado uma forma de conseguir me posicionar e acho que é isso, assim” (Sônia).

O participante Alex compartilha uma visão idealista de sua clínica, enfatizando a importância de atender pessoas com as quais ele se identifica e é capaz de amar. Ele destaca a necessidade de uma abordagem mais crítica e contemporânea para a clínica.

Eu com o meu consultório, com a minha agenda, em parceria com outros colegas que tenham esse olhar mais crítico, mais contemporâneo para a clínica e para a nossa atuação enquanto psicólogo (...) Em outras palavras, atendendo pessoas que eu sou capaz de amar. Se não for assim, eu não consigo clinicar, eu não cuido bem da pessoa que eu não amo. (Alex)

Já Deucy expressa o desejo de uma vida mais organizada e equilibrada, com horários de trabalho definidos, pausas regulares e tempo para se resgatar. Ela destaca a importância de cobrar um valor justo por seus serviços.

Mais organizada, querendo trabalhar das 8h às 18h, mas não seguida, porque não aguento, cobrando um valor justo, que eu não preciso atender tanto, é aquela vida do sonho (...) Com pausas duas vezes por ano, ou a cada 3 meses, você vai em uma trilha, cachoeira, acho que é uma vontade de ir lá, passar o final de semana, e também essa condição, não só para pagar as coisas, terapias, cursos sabe essas coisas, mas também para pagar ali o momento que eu preciso para me resgatar. (Deucy)

Ieda almeja estar estável financeiramente, continuar estudando e se aperfeiçoando. Ela expressa seu amor pela clínica e deseja permanecer nessa área.

Eu espero já estar estável financeiramente, eu quero mesmo estar continuando estudando, eu ainda não consegui pagar uma pós, eu quero muito estar fazendo uma pós, estar me aperfeiçoando nesse lado, além do dinheiro, assim. E eu quero continuar como uma profissional ética, uma profissional que seja cada vez mais capacitada para estar acolhendo os pacientes, porque eu não me vejo outro lugar da Psicologia a não ser a clínica. É o que me faz feliz e bem, assim. (Ieda)

Enquanto isso,Maria planeja continuar na clínica, atendendo no máximo cinco pacientes por dia. Ela menciona a possibilidade de tirar um dia da semana sem atendimentos, aumentando o preço das sessões e diversificando sua oferta de produtos.

Eu gosto muito de atender, gosto dos meus horários. Acho que esse, acho que o máximo assim cinco pacientes por dia, eu não quero aumentar isso, mesmo que eu tiver que encaminhar esses pacientes, eu não vejo eu pegando todos esses pacientes, então acho que cinco pacientes no máximo. Talvez assim, tirar um dia da semana, sem nenhum paciente, né, daí eu teria que aumentar o preço da sessão também, pra conseguir fazer isso e aumentar um pouquinho mais a minha, vamos dizer, esteira de produtos, assim, então fazer mais coisas intercaladas da terapia pra não depender só dessa renda. (Maria)

O objetivo da Flor é buscar ganhar mais dinheiro, reduzir o número de atendimentos e dedicar-se a projetos paralelos. Ela destaca a importância do empreendedorismo para garantir não apenas uma renda exclusiva da clínica, mas também outras fontes de receita.

Eu quero ganhar mais dinheiro, mas quero trabalhar com mais qualidade também, então eu quero estar, de repente, reduzindo um pouco o número de atendimentos, mas ganhando mais e também quero fazer outros projetos paralelos, porque acho que aí entra a questão do empreendedorismo, que é depender exclusivamente da clínica é muito arriscado, porque você está confiando basicamente em pessoas e isso ainda é arriscado, por mais que negócios também sejam feitos de pessoas, então eu quero ter estruturação de outros projetos futuros para que eu não tenha só uma renda exclusiva da clínica, mas para que eu também tenha outros projetos e coisinhas em andamento. (Flor)

A profissional Kátia destaca a mentalidade empreendedora e o desejo de criar e contribuir para outros projetos, como supervisões, cursos e grupos de estudo. Ela vê a formação de cursos de psicoeducação como uma possibilidade futura.

Eu acho que a cabeça de empreendedora, né? Você fica criando ali, você fica pensando no que pode ser legal pra você, tanto que você vai se beneficiar, quanto outras pessoas vão se beneficiar (…) A gente começou a dar supervisão agora, eu acho assim, isso o auge, porque, cara, tem dois anos que eu estou formada, mas a gente já sente uma segurança pra ajudar outras pessoas (…) Outros projetos que a gente tem, a gente quer muito criar curso de psicoeducação, pra ajudar os psicólogos da TCC (…) nós temos grupo de estudo, então, a gente nunca vai parar com grupo de estudo. A gente tem a ideia até de fazer mais. (Kátia)

Aline expressa seu interesse em aprender mais sobre empreendedorismo e vislumbra um papel futuro, talvez não como supervisora clínica, mas auxiliando na visão empreendedora de outros profissionais de Psicologia.

Eu acredito que aprendendo mais sobre empreendedorismo, eu gosto muito de compartilhar, de dividir. Então, acho que talvez daqui 5, 10 anos, não como supervisora, mas... Ou talvez sim como supervisora, mas não da questão clínica de casos, mas talvez de auxiliar nessa visão de empreender. (Aline)

Neste trecho, os participantes compartilham suas visões e planos para o futuro. Essas visões coletivas refletem uma abordagem diversificada e enriquecedora para o futuro da prática da psicologia, incluindo a integração de elementos clínicos, acadêmicos, empreendedores e de bem-estar pessoal.Todos os profissionais relataram o desejo de continuarem na área de Psicologia, seja dando supervisões, seguindo área acadêmica ou criando produtos para públicos que trabalham. O desejo de estabilidade está presente na maioria dos participantes, demonstrando o quanto a instabilidade não é própria do ser humano, causador de diversas sintomatologias.

Para a concepção de futuro para o empreendendorismo na área de Psicologia, os participantes pontuaram, destacando pontos como estratégias de venda, ética e valorização profissional;saber vender e estratégias de empreendedorismo; empreendedorismo como resposta a demandas locais; desvalorização profissional e impacto na percepção da Psicologia; realidade local e expectativas financeiras.

Ana Paula destaca a necessidade de os psicólogos saberem vender seus serviços, tanto presencialmente quanto *online*. Ela observa a crescente importância do empreendedorismo na psicologia e a ênfase em estratégias para alcançar objetivos profissionais.

Em saber vender. Então, tanto online quanto empreender e saber como fazer, vai fazer parte da Psicologia no geral. Porque eu acho que de certa forma sempre fez, mas agora está muito. E a gente vê até práticas do empreender que do ponto de vista ético não é nada ético, mas que custo? A qualquer custo? Empreender a qualquer custo? (Ana Paula)

Alex enfatiza que o empreendedorismo na Psicologia pode ser uma resposta a demandas locais e comunitárias. Ele sugere que os psicólogos possam desenvolver trabalhos que atendam às necessidades específicas de suas comunidades, integrando-se à Política e à Psicanálise.

O empreendedorismo pode ser interessante à medida que a pessoa tenha uma perspectiva de ir de encontro com uma demanda que emerge do próprio país. E olhar para a rua, a situação que estamos precisando, qual a demanda que está vindo (...)Estou até brincando com um colega aqui, a gente precisa fazer uma Psicanálise que seja afro, euro, latino, ameríndia. Então, eu acho que o empreendedorismo entra nessa perspectiva. E também entra na perspectiva do psicólogo quando ele vai para a área clínica e conseguir gerenciar a clínica mesmo. (Alex)

Kátia destaca a importância de os psicólogos não se desvalorizarem, pois isso afeta não apenas sua própria percepção, mas também a percepção da profissão como um todo. Ela ressalta o impacto da fixação de preços muito baixos, prejudicando a classe e levando a uma percepção depreciativa da Psicologia.

A gente vive com essa visão muito fechada, a gente mesmo se prejudica, e a gente prejudica a nossa classe, por quê? A gente vem de um contexto em que o psicólogo é muito desvalorizado, e isso começa tanto pelos pacientes que veem a Psicologia de maneira deturpada, quanto pelos profissionais que a gente aprende coisa que fala que, ah, você não vai chegar em lugar nenhum com a psicologia. Então, a gente já vai se desvalorizando, e não é legal isso, porque se você começa a se desvalorizar, você já desvaloriza a sua classe. Então, sei lá, se você cobra 15 reais pra atender uma pessoa, as pessoas vão aprender que a Psicologia é esse preço. E aí, quando vai buscar um psicólogo, não vai pagar pelo valor que o psicólogo tá pedindo, porque tem um fulano que cobra 15. E aí, eu fiz uma supervisão uma vez na especialização, e a minha supervisora falou uma coisa que, assim, cara, eu levo pra minha vida. Você quer ser conhecida como uma psicóloga boa ou uma psicóloga barata? Não que uma psicóloga barata não seja uma psicóloga boa, mas como você quer ser conhecida? (Kátia)

Aline traz à tona a realidade local, especialmente em áreas do interior, onde os valores cobrados por sessões podem ser diferentes daqueles praticados em grandes centros urbanos. Ela enfatiza a importância de adequar as expectativas financeiras à realidade do público-alvo.

A gente tá no interior, gente. Diferente do pessoal da capital, que tem uma outra realidade, que o valor é outro. É totalmente diferente. Então, a gente precisa ter a expectativa, a realidade. Às vezes o pessoal fala, mas tem um sei quem que cobra 300 reais a sessão. Falo, tá bom, mas... Muitas vezes até temos aqui. Mas eu falo, não é a minha realidade que entra nisso. Pera, não é bem o público que eu tô querendo atender. (Ana Paula)

Essas reflexões destacam a complexidade do empreendedorismo na Psicologia, incluindo a necessidade de considerar aspectos éticos, a valorização profissional, as demandas locais e a realidade financeira específica de cada contexto.Os profissionais deixaram claro que o empreendedorismo está totalmente ligado ao futuro, pois mesmo que a área seja da área de saúde/humanas é um negócio e precisa vender o “produto” para as demais pessoas da população. Estaria o sistema adoecido, criando sintomatologias para que cada vez mais pessoas acessem esse bem? Desse modo, se faz relevante repensar os modos de criação de negócios, bem como o que é valoroso, o mito de uma agenda cheia arraigada com o ideal de sucesso, ignorando a repercussão disso para a saúde e desempenho do trabalho.

**Impressões Gerais**

A partir do núcleo de sentido empreendedorismo, bem como suas ramificações e interpretações com o referencial metodológico utilizado, percebe-se o quanto esse tema está imbricado na atuação do profissional, somando-se a outras atividades próprias da área. Esse recurso é vendido como a fórmula do sucesso, melhor remuneração e uma dita ascensão profissional. Dessa maneira, torna-se atraente aos profissionais, em especial aos recém-formados (predominância da nossa amostra), pois surge como forma de captar clientes, ofertar um melhor serviço, fazer manutenção desses pacientes, ou seja, solução para os problemas, desde que ele se esforce cada vez mais. Esse esforço constante ignora as singularidades de cada pessoa, sua história de vida, dificuldades e facilidades, colocando nos sujeitos as mesmas métricas. Assim, alguns obtêm melhores resultados dadas suas particularidades e outros não. No entanto, ao invés de uma análise criteriosa e realista disso, o sujeito se autorresponsabiliza, acreditando que o resultado ruim é exclusivamente culpa dele.

Antunes (2018, p. 161) descreve como esse movimento acontece:

A origem desses processos de adoecimento tem também como pano de fundo, entre outros, o crescente processo de individualização do trabalho e a rupturado tecido de solidariedade antes presente entre os trabalhadores. É essa quebra dos laços de solidariedade e, por conseguinte, da capacidade do acionamento das estratégias coletivas de defesa entre os trabalhadores que se encontra na base do aumento dos processos de adoecimento psíquico.

A discussão sobre a diversificação de produtos, ou o empresariamento de si, reflete uma tendência crescente na sociedade contemporânea, onde os indivíduos são incentivados a se verem como marcas pessoais e a promoverem ativamente sua imagem no mercado. Nesse contexto, a ideia de que "o produto é você" ganha destaque, sugerindo que os próprios indivíduos são os principais produtos a serem comercializados. Isso implica não apenas na oferta de serviços ou produtos tangíveis, mas na venda de uma identidade, uma narrativa e um estilo de vida associados à pessoa em questão. Os profissionais, especialmente nas áreas criativas e de prestação de serviços, são incentivados a desenvolver uma presença online marcante, construindo uma marca pessoal que os diferencie da concorrência e os torne mais atrativos para potenciais clientes ou empregadores. Nesse contexto, a gestão da marca pessoal torna-se uma habilidade essencial, envolvendo estratégias de *marketing*, *networking* e autogerenciamento para maximizar a visibilidade e a atratividade do indivíduo no mercado. No entanto, essa ênfase na autopromoção e na comercialização da própria identidade pode levantar questões éticas e psicossociais, questionando até que ponto a autenticidade e a integridade pessoal podem ser comprometidas em prol do sucesso profissional.A partir desse entendimento,faz-se relevante compreender como esse comportamento gera processos de adoecimento, sofrimento, comparação, entre outros. Por tal motivo, será estudada a reverberação da utilização de plataformas digitais e mídias sociais. Temas que serão elencados e discutido nos próximos capítulos dessa dissertação.

As reflexões apresentadas neste capítulo sobre empreendedorismo na Psicologia Clínica me impactaram profundamente, pois revelaram não apenas os desafios práticos enfrentados pelos profissionais da área, mas também despertaram uma compreensão mais profunda das dinâmicas econômicas e sociais que moldam nossa prática. Em alguns momentos, encontrei-me não apenas compassivo com as lutas enfrentadas pelos psicólogos empreendedores, mas também identificado com as narrativas compartilhadas. Como Thomas Ogden observa, a capacidade de se identificar com as experiências dos outros é essencial para uma prática terapêutica compassiva e eficaz.

Ao refletir sobre minha trajetória imbricada com o empreendedorismo, percebo como minhas aspirações por sucesso profissional refletem as narrativas contemporâneas. A constante pressão para corresponder a padrões muitas vezes negligencia nossas singularidades, criando um terreno propício para o adoecimento. Em um contexto onde as contas precisam ser pagas, é crucial manter uma consciência crítica em relação a esses fenômenos. Entendemos que, em alguns momentos, faremos parte desse ciclo, pois somos indissociáveis do ambiente que nos cerca. Essa consciência, no entanto, é essencial para navegar por essas águas empreendedoras, mantendo a autenticidade e a saúde mental.

1. **MÍDIAS SOCIAIS E PLATAFORMIZAÇÃO**

De acordo com Rocha e Trevisan (2020), mídias sociais referem-se a ambientes digitais nos quais uma variedade de conteúdos e propostas, incluindo suporte tecnológico para a transmissão de vídeos e músicas, está disponível. Nesse contexto, as mídias sociais desempenham um papel crucial na mediação das relações entre os usuários. É importante destacar que a mera presença em mídias sociais não implica automaticamente na criação de mídias sociais entre os usuários. A formação de mídias sociais requer elementos como relações interpessoais, afinidades e objetivos comuns, seja mediada por tecnologias digitais ou estabelecida de outras maneiras. Essa distinção ressalta a complexidade das interações nas mídias sociais, em que a presença e a interação não garantem automaticamenteo desenvolvimento de mídias sociais.

Além disso, vale ressaltar que as mídias sociais não se limitam apenas a um espaço para o compartilhamento de conteúdos. Elas também proporcionam um ambiente interativo, onde os usuários podem participar ativamente de conversas, trocar informações, expressar opiniões e estabelecer conexões. A dinâmica das mídias sociais contribui para a construção de comunidades virtuais, em que pessoas com interesses semelhantes podem se reunir, mesmo que não tenham interações pessoais diretas.A constante evolução das plataformas de mídias sociais também influencia a maneira como as interações ocorrem. Recursos como curtidas, comentários, compartilhamentos e mensagens diretas desempenham papéis distintos na formação e manutenção das relações online, como citado por Prodanov et al, (2023 p. 46):

As métricas disponibilizadas parcialmente pelas plataformas (seguidores, curtidas, visualizações, compartilhamentos, salvamentos, etc.) podem orientar o produtor de conteúdo em determinada direção criativa, no sentido de maximizar sua visibilidade nessas plataformas.

Assim, compreender as nuances dessas interações torna-se essencial para uma análise mais abrangente do papel das mídias sociais nas relações sociais contemporâneas. A instantaneidade proporcionada pelas mídias sociais permite uma comunicação em tempo real, aproximando pessoas geograficamente distantes e facilitando a formação de comunidades virtuais. No entanto, essa proximidade virtual muitas vezes desafia as fronteiras entre o público e o privado, demandando uma reflexão sobre a exposição e a construção da identidade online. O autor Gaulejac (2014, p 114) fala sobre a expansão geográfica e como ela está interligada a ideais narcísicos.

Em nossas sociedades "narcísicas”, dominadas pelo modelo de desenvolvimento das sociedades multinacionais que qualificamos de modelo administrativo , os ideais de sucesso social, promoção individual e mobilidade permanente (ao mesmo tempo profissional e geográfica, mas também afetiva) correspondem aos dispositivos dominantes de legitimação social: a ideologia da autorrealização e do desenvolvimento pessoal é veiculada pela maioria dos meios de comunicação, instituições educativas e entidades profissionais. Ela invade a maior parte das classes sociais.

Outro aspecto relevante é o papel das mídias sociais na amplificação de vozes e na promoção da diversidade de perspectivas. Através dessas plataformas, os indivíduos têm a oportunidade de compartilhar suas experiências, opiniões e discursos, contribuindo para um panorama mais plural e inclusivo. Contudo, essa mesma amplificação de vozes também traz desafios, como a propagação de desinformação, as famosas *fake news*[[36]](#footnote-37) e o fenômeno das "bolhas sociais", onde as pessoas tendem a se conectar com indivíduos de visões semelhantes, limitando a exposição a diferentes pontos de vista.Portanto, ao desvendar as nuances das interações nas mídias sociais, é possível analisar de maneira mais abrangente como essas plataformas moldam e são moldadas pelas dinâmicas sociais contemporâneas, influenciando a forma como nos conectamos, comunicamos e construímos identidades *online*.

A plataformização, como fenômeno contemporâneo, refere-se à intermediação de atividades econômicas por plataformas digitais, como aplicativos e *websites*, impactando diversas áreas, inclusive o mundo do trabalho, com a ascensão de modelos de negócios baseados nessas plataformas(Grohmann, 2020). Esse processo promove a conexão entre trabalhadores e consumidores, gerando novas dinâmicas de mercado. No entanto, ao ser observada sob uma perspectiva psicossociológica, a plataformização direciona o foco para as mudanças nas relações de trabalho mediadas por essas plataformas digitais. Essas transformações não apenas criam novas formas de interação social e laboral, como também introduzem desafios psicossociais, como a falta de interação presencial, a precarização do trabalho e a constante avaliação por meio de algoritmos (Abílio, Amorim e Grohmann, 2021).

A plataformização do trabalho representa uma transformação significativa nas dinâmicas laborais, sendo impulsionada pelo surgimento e expansão de plataformas digitais que mediam as relações entre trabalhadores e clientes, redefinindo os modelos tradicionais de emprego. Esse fenômeno é observado em diversos setores econômicos, desde serviços de transporte e entrega até *freelancers* em áreas criativas.Uma característica central da plataformização é a conexão direta entre prestadores de serviços e consumidores por meio de aplicativos e *websites*. Essas plataformas, muitas vezes baseadas em algoritmos, desempenham um papel fundamental na distribuição de tarefas, na avaliação do desempenho e na gestão do relacionamento entre as partes envolvidas (Abílio, Amorim e Grohmann, 2021).

No entanto, essa mudança paradigmática não ocorre sem desafios. A flexibilidade oferecida pela plataformização é muitas vezes acompanhada pela precarização do trabalho, pois os profissionais podem enfrentar condições de trabalho instáveis, falta de benefícios e ausência de proteções trabalhistas tradicionais. Além disso, a constante avaliação por algoritmos pode criar uma pressão adicional sobre os trabalhadores para manter altos índices de desempenho.A plataformização do trabalho também levanta questões sobre a natureza da relação empregador-empregado, uma vez que os trabalhadores muitas vezes são considerados contratantes independentes, perdendo acesso a direitos e benefícios associados ao emprego formal. Além disso, a expansão da plataformização do trabalho tem implicações sociais, econômicas e psicossociais. Isso inclui a reconfiguração das dinâmicas de poder no mercado de trabalho e a influência na construção da identidade profissional dos trabalhadores (Amorim e Grohmann, 2021).

Em suma, a plataformização do trabalho representa uma mudança significativa na organização do trabalho contemporâneo. Casilli (2020) aborda a plataformização do trabalho como um fenômeno que transforma profundamente as relações laborais, alterando a natureza do emprego e introduzindo formas mais flexíveis, mas também mais precárias, de trabalho. Ele argumenta que as plataformas digitais, ao atuarem como intermediárias entre trabalhadores e empregadores, reconfiguram a dinâmica tradicional de emprego, muitas vezes resultando em formas de trabalho mais fragmentadas e menos estáveis.A plataformização do trabalho não apenas reconfigura as relações econômicas, mas também tem implicações profundas na subjetividade e na experiência psicossocial dos trabalhadores. A precariedade, a falta de estabilidade no emprego e a natureza fragmentada das tarefas podem impactar a identidade e o bem-estar dos trabalhadores.

De acordo com a análise de Amorim e Grohmann (2021) as plataformas digitais, a indústria de *software*, os *call centers* e as indústrias de dados, por meio de seus *softwares* de gerenciamento, controle e vigilância, delineiam as diretrizes sobre como o trabalho deve ser executado, reproduzindo, desse modo, a estrutura industrial característica do capitalismo. O ponto crucial reside na capacidade das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs), criadas e adaptadas com o intuito de extrair mais trabalho, em aprofundar os mecanismos de dominação e exploração laboral. Caso nenhuma alternativa política seja implementada pela classe trabalhadora, a tendência é que esse processo de dominação e exploração do trabalho se intensifique progressivamente, tornando-se mais abrangente.

Karhawi (2020), em suas análises sobre plataformização, destaca como as plataformas digitais reconfiguram as relações de trabalho ao mediar interações entre prestadores de serviço e consumidores. Esse fenômeno, conforme Karhawi, não só transforma a economia e a sociedade, mas também introduz novos desafios psicossociais e precariza as condições de trabalho. As plataformas impõem uma lógica algorítmica que constantemente avalia e pressiona os trabalhadores a manterem altos índices de desempenho, muitas vezes sem oferecer a segurança e os benefícios associados ao emprego tradicional. Karhawi argumenta que essa dinâmica pode aprofundar as desigualdades e criar novas formas de dependência e vulnerabilidade, evidenciando a necessidade de uma análise crítica sobre as implicações sociais e econômicas da plataformização. Ela enfatiza que, embora as plataformas ofereçam flexibilidade e acessibilidade, também é crucial abordar as questões de justiça e sustentabilidade no trabalho digital, para evitar a exploração e garantir condições dignas para os profissionais envolvidos.

Desse modo, apesar de ser apresentado como oportunidades, as plataformas digitais também apresentam desafios importantes, que exigem análises aprofundadas e discussões sobre as melhores abordagens para equilibrar a inovação e a proteção dos direitos trabalhistas.Os participantes compartilharam suas experiências com a utilização de ferramentas *online* para captação de clientes e divulgação. Além disso, contaram sobre as plataformas utilizadas e como o uso desses elementos reverbera na organização do trabalho, na sua saúde e subjetividade.

**Divulgação Profissional**

Neste trecho, os participantes discutiram suas estratégias de divulgação de serviços e captação de clientes na área da Psicologia. A utilização das mídias sociais e indicações de colegas profissionais foram citados por vários profissionais. Ana Paula destaca a importância das mídias sociais, principalmente o *Instagram*, para divulgar seu trabalho. Além disso, ela menciona contar com indicações de colegas psicólogos, psiquiatras e outros profissionais.Sônia enfatiza que a principal forma de divulgação dela é por meio de pessoas que a conhecem, incluindo indicações de pacientes.

Eu usei as mídias sociais principalmente, acho que era meu maior foco, eu contava com a indicação de alguns colegas, de uma colega daqui da cidade que era psicóloga também, e de um psiquiatra. Então, eu contava com a indicação deles ali, e de outros profissionais também que eu era mais próxima. (Ana Paula)

É, acho que, na verdade, a maior forma de divulgação minha, acho que acaba sendo pessoas que me conhecem e vão indicando, e pacientes que vão me indicando, acho que isso é a maior forma. (Sônia)

A partir dessas falas, é possivel identificar que, apesar da grande visbilidade proposta e dada pelas mídias sociais, a indicação ainda é um fator primordial para a consolidação de pacientes. Esse dado destaca a relevância das relações interpessoais e da confiança estabelecida entre os pares e profissionais com seus pacientes. A confiança transmitida por meio de indicações pessoais parece desempenhar um papel significativo na decisão das pessoas ao escolherem um profissional de saúde mental. Essa dinâmica reforça a importância não apenas da presença *online*, e também da construção de conexões autênticas e relacionamentos sólidos na prática psicológica. Segundo o autor Bauman (2005, p.142), em um ambiente composto de impresvisibilidade e rapidez, o individuo precisa cada vez mais de“laços firmes e seguros de amizade e confiança mútua. Afinal, os amigos são pessoas com que podemos contar quando precisamos de compreensão e de ajuda no caso de tropeçarmos e cairmos”.

Enquanto isso, o participante Alex compartilha experiências peculiares com propostas de divulgação, como anúncios em jornais e rádio. Ele destaca a importância de manter a ética nas práticas de divulgação, recusando propostas que possam comprometer a integridade profissional. Além disso, o entrevistado comentou que viu-se tentado a aceitar, a fim de receber um maior número de possíveis clientes interessados no seu serviço. Porém, ao estudar mais aprofundadamente o Código de Ética da profissão, verificou que tal ação poderia aviltar a Psicologia, em específcio no art. 2º na letra i “induzir qualquer pessoa ou organização a recorrer a seus serviços” e no art. 20º alínea f e h “não fará auto-promoção em detrimento de outros profissionais” e “não fará divulgação sensacionalista das atividades profissionais”.

A principal forma de divulgação acaba sendo as mídias sociais mesmo (...) veio um cara de uma rádio da região e disse que fazia uma anúncio no rádio, e vamos colocar o carro de som aí "Você está triste, não sabe qual é o plano? É Alex, o melhor psicólogo da região” (...) foi difícil eu me livrar desse radialista aqui da região (...) no primeiro momento é tentador. Você está de portas abertas, não tem pacientes e fala, puts realmente, se eu fizer uma propaganda no rádio, é tudo da hora. Mas aí a gente vai vendo, não pode, não pode, não pode. Uma ética, me livra. De uma certa forma, isso acaba limitando um pouco a forma como a gente pode fazer essa divulgação. (Alex)

Essa imagem sensacionalista proposta pode impactar negativamennte a confiança do público leigo na profissão de psicólogo.Karine menciona a evolução nas estratégias de divulgação, inicialmente utilizando mídias sociais, como o *Instagram*, e posteriormente investindo em plataformas pagas, como a *Doctoralia*[[37]](#footnote-38) e o projetos sociais pelos quais ela paga para ser divulgada. Tudo isso demonstra que o impacto das mídias sociais e plataformas de trabalho está criando novas dinâmicas de construção da imagem profissional, podendo ser vista de duas maneiras, sendo a primeira positiva, pois se ganha visibilidade e a segunda negativa, pois os profissionais podem lidar com críticas e exposição demasiada de sua imagem.

Em contrapartida à valorização dada pelos profissionais à divulgação na mídia social, Deucy menciona que a pandemia a levou a tentar aumentar a visibilidade no *Instagram*, mas questiona a eficácia desse canal em relação ao esforço investido.

Vire e mexe ainda vem gente pelo *Instagram*, ainda manda mensagem, o que tá vindo bastante atualmente é mais através de indicação de clientes, então acontece bastante, só que daí por atender muito a social (...) eu comecei a pagar uma plataforma chamada *Doctoralia*, não sei se você vê (...) E ela já usava, daí eu encontrei ela ali, a plataforma, eu perguntei pra ela como que era, pra ela tava dando resultado, pra mim não chegou ninguém, através de outra forma ainda eu entrei em um outro projeto de psicoterapia, no caso só *online*, e aí é por ele também que atualmente eu faço captação. (Karine)

Então a pandemia, é muito louco. Então eu fiquei muito confusa, então eu falei, vou postar aqui algo mais pra atualizar, pra mostrar que eu existo e vamos ver se eu consigo captar pessoas por meio do *Instagram*. Mas não captar, mas assim, ser lembrada pra colegas psis se lembrarem de você. Se eu for falar pra você que veio duas ou três pessoas, durante quatro anos pelo *Instagram*, é muito, é muito, muito, muito mesmo. Então às vezes é um desgaste, você faz que, não sei se coloca na balança. (Deucy)

Para pensar sobre essa crítica levantada por Deucy, é relavante entender outros modos de divulgação e ampliação do *networking*. Ieda relata seu foco na divulgação*online*, participando de grupos de supervisão, terapia e utilizando o *Google Maps*[[38]](#footnote-39). Ela também investe em plataformas pagas para obter mais visibilidade. Já Maria destaca o uso do *Instagram* como uma ferramenta inicial para compartilhar conteúdo sobre luto, observando um aumento na presença digital de psicólogos nessa plataforma.

Eu fiquei só na parte online, estou aí desde sempre, fazia online, não já faz um ano que estou *online*. E aí a gente ainda participa desse grupo de supervisão. E faz a supervisão individual, que é muito importante. Além disso faz a terapia. Porque principalmente nesse início a gente precisa desse suporte para conseguir manter ali a clínica (...) E aí ele encaminha paciente pra gente, às vezes. Mas é bem assim, só que assim, tem gente que entra em contato com ele, querendo muito mais presencial. Então para mim vem muito pouco. E aí eu acabei tendo que investir em plataformas. (Ieda)

Quando eu entrei, que eu comecei a colocar mais conteúdo, eu lembro ainda que quase também não tinha nenhuma psicóloga que falava sobre luto, eu lembro que eu pesquisei, pesquisei e eu achei umas duas ou três. Hoje em dia muita gente já entrou pra esse mundo assim digital, então hoje em dia expandiu muito também, então tem bem mais psicólogas que falam sobre isso, tem bem mais conteúdo, então no começo quase ninguém sabia muito fazer conteúdo, eu vejo até em artes assim, era difícil eu conseguir fazer uma arte bonitinha assim depois, hoje em dia já tem muita coisa assim, né, então avançou muito nesses momentos assim. (Maria)

Em consonância com Maria, Flor menciona que entrouno *Instagram* para compartilhar conteúdo sobre psicologia e enfatiza a importância de estratégias que valorizem o trabalho e a profissão ainda durante a graduação.Kátia teve um caminho semelhante a Flor e criou seu perfil no aplicativo desde a faculdade, fez participação em *lives* com outros profissionais e diz que isso é importante a fim de destacar-se e oferecer conteúdo relevante ao publico que a segue.

O *Instagram* surgiu assim, na verdade assim quando eu era lá adolescente não tinha *Instagram* pessoal, depois eu desativei todas as minhas mídias sociais por bons anos assim, então acho que eu fiquei uns quatro anos fora, cinco. E realmente eu voltei quando eu vi que podia começar a falar sobre Psicologia no *Instagram*, então na época eu era estudante, eu compartilhava assim resumos que eu fazia de neuro, essas coisas da época assim, resoluções do conselho que eu estava estudando, coisas do gênero. (Flor)

Aí começou porque, primeiro, como desde a faculdade, eu já tinha um envolvimento ali com resumo, eu sempre... Eu já tinha meu perfil no *Instagram*, então eu já fiz *lives* com outros profissionais, né? Já fiz live com a própria menina que era minha supervisora do estágio, fiz *live* com um monte de gente, tudo isso foi me ligando a essas pessoas, né? Porque eu imagino que, tipo assim, ah, viam que eu tinha alguma coisa a oferecer, algum conteúdo ali. Então, essas pessoas foram boas pro meu início. Então, o primeiro paciente que eu tive foi uma indicação. (Kátia)

A fala de Kátia reitera a colocação de participantes anteriores, ao dizer que a indicação de pares foi essencial para seu início na clínica, no entanto, ela diz que isso só aconteceu por ser ativa nas mídias sociais, mostrando seu trabalho, entrando em contato com outros profissionais e gerando conteúdo sobre Psicologia. Os autores Denkin e Balieiro (2023, p. 5) falam sobre essa dinâmica:

O *Instagram*, como as principais plataformas corporativas da atualidade, ao mesmo tempo em que distribui uma diversidade de conteúdo produzido para audiências segmentadas, a partir da extração ostensiva dos dados dos perfis de seus usuários, também atribui visibilidade a alguns dos produtores de conteúdo com maiores curtidas e visualizações. Como efeito, isso acaba por conferir autoridade a esses produtores de conteúdo, independentemente de seu reconhecimento em campos profissionais específicos.

Ao pensar sobre essa visibilidade das mídias, é interessante retornar a autores como Lasch (1983 p.102) que diz: “A publicidade meramente chamava a atenção para o produto e exaltava suas vantagens.Hoje em dia, ela procria um produto próprio: o consumidor,perpetuamente insatisfeito, intranqúilo, ansioso e entediado”. Assim, o autor diz que o projeto da publicidade é incutir o desejo de consumo como um estilo de vida e não apenas para anunciar um produto. Desse modo, vale pensar se a visbilidade nas mídias promove o cumprimento do princípio fundamental do Código de Ética: “O psicólogo contribuirá para promover a universalização doacesso da população às informações, ao conhecimento da ciênciapsicológica, aos serviços e aos padrões éticos da profissão”. Ou na realidade, faz parte do projeto de massificação capitalista, em que tudo vira mercadoria. Ou ainda, seriam as duas vertentes vivendo concomitantemente?

Casadore e Hashimoto (2012) mencionam que o desenvolvimento da tecnologia e da cultura são caracterizadas pela facilidade de alcançar uma conexão e comunicação sem precedentes com outras pessoasem qualquer lugar do mundo. Os tópicos se relacionam entre si porque os usuários podem escolher com quem interagir, o momento da associação e o conteúdo compartilhado, caracterizando assim, uma tranformação ao compartilhar mudanças na vida, informações e relacionamentos.

Em contramão da valoração e visibilidade das mídias sociais, Aline revela que não se sente confortável com a exposição nas mídias sociais e destaca o uso de cartões de visita virtuais como estratégia, enviando-os para sua lista de contatos e se valendo de sua rede profissional.

Não sou de ficar postando muito, até porque eu não tinha tempo, e não é do meu perfil, eu brinco que é ser moderna, né, ser toda da tecnologia. Tanto que eu não tenho o *Instagram* aberto, meu *Instagram* é fechado. Mas eu fiz cartão de visita virtual. Eu encaminhei pra todo mundo da minha lista. E pra todo mundo que eu fui encaminhando, eu fui pedindo pra repassar, pra encaminhar. Uma coisa que eu acho que me ajudou muito foi dentro da empresa que eu trabalhava. Eu fui, aparecia médico lá, eu conversava, falava, mandava pra eles. Então assim, as gerentes ali da área, conversava, mandava pra elas. É psiquiatra, mandei, entrei em contato, passeio óleo de peroba na cara, mandei falando, explicando, meio, tipo, um mini currículozinho, falando dessa transição que eu vinha. E assim, aí eu fui usando isso. Por quê? Eu falei, eu preciso respeitar o meu perfil. Eu não gosto de ficar me expondo, não gosto de ficar fazendo *stories*. Isso não é algo meu. Então eu falei, pera, eu vou ter que ir negociando comigo mesma. Eu falei, eu vou trabalhar mais dessa forma, meio *off*, vou ver se vira. Se não virar, aí eu vou ter que desenvolver habilidade em mim mesma. Então eu fui, essa era a minha primeira opção. E aí, caso isso realmente não vingasse da forma como eu gostaria, se eu não conseguisse chegar na meta, aí eu pensava, tava pensando, não, abro um *Instagram*, faço algo aí pra ir captando paciente. Mas aí, não preciso, nessa parte *off*, deu certo. Só que assim, até entre os colegas, né, entre os psicólogos mesmo, tanto da empresa que eu trabalhava quanto ali da clínica, eu fui mandando, fui avisando. E aí, o que acontece muito, o que eu percebo é o perfil de paciente que eu gosto. (Aline)

O relato de Aline abre espaço para uma reflexão sobre a relação entre os profissionais e o uso das mídias para a promoção de seus serviços. Ele suscita a discussão sobre o desejo real dos profissionais em utilizar as mídias sociais como ferramenta de divulgação, contrastado com a pressão percebida para aderir a esse padrão, especialmente em um contexto pós-pandemia, em que a presença online tornou-se ainda mais proeminente. Além disso, a participante demonstra que ser fiel a si mesma, respeitar seus gostos e limites também pode trazer bons resultados na clínica.

Desse modo, as reflexões revelam a diversidade de abordagens utilizadas pelos psicólogos para divulgar e expandir suas práticas, levando em consideração seus estilos pessoais, ética profissional e adaptações às mudanças tecnológicas. Por tal motivo, o próximo subtópico debruça-se sobre as mídias utilizadas por esses profissionais.

**Mídias utilizadas**

A imagem sempre foi uma forma do ser humano se comunicar com o seu grupo; atualmente, o *Instagram* é uma dessas formas, onde a imagem e o vídeo ganham destaque em detrinimento de textos. Segundo Parellada (2009), nos tempos pré-históricos, as comunidades antigas utilizavam as pinturas rupestres como um reflexo da vida cotidiana, das conquistas e da dinâmica de grupos, abrangendo tanto representações humanas quanto de animais. As pinturas, como registros visuais, encapsulavam informações cruciais sobre o contexto histórico dessas comunidades, servindo como testemunhos de sua comunicação visual.

Assim, ao longo da história, esse artifício foi ganhando sofisticação na era atual considerada "pós-moderna"; as imagens emergem como uma das formas de comunicação mais prevalentes, o que merece atenção. Segundo pesquisa*Digital 2023: Global Overview Report da DataReportal* feita pela plataforma *Electronics Hub*[[39]](#footnote-40), o Brasil é o segundo país que mais utiliza as mídias sociais em seu dia a dia. Inclusive, os dados encontrados indicam que o brasileiro passa 56,6% do tempo acordado diante das mídias, ou seja, em torno de nove horas. Ainda segundo *DataReportal*, as plataformas mais usadas são: *Facebook*, *Youtube*, *Whatsapp*, *Instagram*, *Wechat* e *TikTok*.Já outra pesquisa desenvolvida pela *Global AD[[40]](#footnote-41)*, também em 2023, indica que o país conta com 152,4 milhões de usuários ativos em mídias sociais, o que representa 70,6% da população.

A partir desses dados, é possivel verificar que a quantidade de horas expostos ao mundo *online* e às plataformas digitais gera nos sujeitos uma nova forma de vivenciar sua vida, pois o compartilhamento de imagens nas midias sociais é uma exposição do cotidiano, conquistas, intimidade e valores das pessoas. Portanto, torna-se crucial compreender como os usuários atribuem significado às suas experiências por meio dessas plataformas. Os participantes, Ana Paula, Sônia, Alex, Karine, Deucy, Ieda, Maria, Flor, Kátia, e Aline compartilham suas experiências e reflexões sobre o uso das mídias sociais, especialmente o *Instagram*, para a divulgação de seus serviços como psicólogos. Os profissionais discutem diferentes abordagens e sentimentos em relação ao uso das mídias sociais para divulgar seus serviços como psicólogos. Cada uma tem uma perspectiva única sobre como lidar com a presença *online* e a promoção de seus trabalhos.

Ana Paula destaca que atualmente utiliza principalmente o *Instagram* e o *Facebook* para divulgação; comenta que tentou usar o *TikTok*, mas desistiu. Além disso, ela demonstrou interesse em estar presente em várias plataformas, sugerindo que hoje é benquisto quem está em todos os locais, para que haja maior número de visualizações. No entanto, qual seria o preço pago por isso? Apesar de ter presença em plataformas virtuais, Ana Paula comenta que estabeleceu parcerias com escolas e reconhece que esse trabalho tornou-a mais reconhecida e conhecida. O que reitera a importância dos vínculos com outros profissionais e parcerias.

Eu costumo usar mais o *Instagram*. E o *Facebook*, que estão atrelados um ao outro. Já tentei usar o *TikTok*, mas falhei... realmente mentira, eu quis parar mesmo. E são essas as ferramentas. Já pensei em usar o *Pinterest*, *Youtube*. Mas eu já sinto que não dou muita conta de fazer tudo isso. De estar em todos os lugares. Em todas as mídias sociais (...) uma parceria com essa escola e acaba se tornando meio de me tornar conhecida e reconhecida. Porque se eu ofereço uma parceria de qualidade. Por exemplo, nas palestras que eu apresento. Isso acaba sendo visto também. (Ana Paula)

Já Sônia reflete sobre a dificuldade de conciliar a autenticidade com as demandas das mídias sociais; dessa forma, pode-se discutir o quanto as mídias reproduzem um discurso massificado, em que todos os profissionais falam da mesma coisa, do mesmo modo formatado, a fim de ganhar mais visualizações. Pensar criticamente sobre isso possibilita a busca por autenticidade, ressaltando a importância dos profissionais de se manterem fiéis a si mesmos ao promoverem suas práticas.A angústia de Sônia diante das pressões das mídias sociais destaca um desafio recorrente enfrentado por muitos profissionais; frequentemente, eles se veem compelidos a adotar padrões específicos de divulgação, o que revela a complexidade de equilibrar autenticidade com as expectativas impostas pelo ambiente *online*.

A minha grande dificuldade de pensar divulgação no trabalho é pensar uma forma que seja autêntica para mim, eu tenho uma grande questão com autenticidade. Pra você ver, eu já falei, assim, de criar meu caminho na Psicologia, criar uma forma autêntica de divulgar meu trabalho, porque eu não me sinto nem um pouco confortável, seguindo a manada, assim, sabe? De, tipo, todo mundo se apostando no *Instagram* sobre um tema. Eu não consigo, assim, parece que eu não estou sendo verdadeira comigo, com o meu trabalho, com as pessoas que eu atendo, e isso tem sido a grande dificuldade do momento, encontrar um caminho meu, sabe? Porque eu acho que se deixar a gente é engolido por uma cobrança muito grande de mídia social (...) E isso me angustia muito, assim, também. Tanto que até pouquíssimo tempo atrás eu me recusava a pensar em ficar postando coisas sobre a rede social só para cumprir tabela. E acho que me recuso ainda, não gosto disso. (Sônia)

Sônia destaca a busca por um caminho autêntico na divulgação do trabalho, assim considera inclusive não ter a divisão entre seu perfil profissional e pessoal. Ela demonstra uma resistência à ideia de ser fragmentada em diferentes aspectos de sua vida; a participante questiona a necessidade dessa separação. Ao optar por eliminar essa divisão, Sônia busca autenticidade e integridade, permitindo-se ser verdadeira em todos os aspectos de sua vida. A decisão reflete uma abordagem mais transparente na divulgação, conforme ela compartilha momentos pessoais, como interações com amigos e familiares. Nessa abordagem, ela destaca a importância de manter a autenticidade em todas as interações, incluindo aquelas com os pacientes, enfatizando que sua verdadeira identidade não se altera ao desempenhar seu papel profissional. Essa postura reflete uma busca por uma integração mais genuína entre sua vida pessoal e profissional.

E até essa questão de, que eu tenho pensado muito, essa questão de dividir perfil profissional e pessoal. Isso é uma coisa que eu estou prestes a eliminar da minha vida. Eu estou pensando muito em criar isso, nessa reflexão de criar coisas que sejam autenticas, assim, na minha profissão. O que eu vejo, né? Na minha carreira, assim, pra divulgação. Mas eu tenho pensado muito nisso de por que dividir em profissional e pessoal, sabe? Porque profissional fica uma coisa que parece que eu não estou sendo verdadeira. Porque eu não sou profissional, nem como profissional eu sou assim, tão séria e te ficar postando coisas assim. Sei lá, quando eu estou com meus pacientes eu continuo sendo eu, eu continuo me mostrando enquanto pessoa e eu não vejo muito sentido nisso, sabe? Então isso é uma coisa que eu estou prestes a eliminar. Tipo, colocar o meu perfil pessoal como meu perfil no sentido de ser eu, assim. Eu sou psicóloga, eu sou, sei lá, eu também saí com meus amigos e bebo. Talvez eu não possa, eu já não posto muita coisa boba, né. Mas tipo, não que eu vá postar e eu encher a cara com meus amigos. Em seguida de que, sei lá, tudo bem se aparecer uma foto minha com meus amigos tomando cerveja, assim, porque isso sou eu. Tá tudo bem se eu postar uma foto, sei lá, num domingo com a minha família, porque isso também sou eu, assim. Não existe uma divisão entre o meu lado profissional e o meu lado pessoal. Na verdade eu só sou profissional, sou hoje todas nós, né? Porque a gente é antes de quantos pessoas. (Sônia)

A participante Maria e Flor compartilham informações que corroboram com o citado por Sônia sobre ter dois perfis nas mídias sociais. E ainda acrescentam que ou não compartilham sua vida pessoal no perfil ou compartilham assuntos mais neutros, que fazem parte do que são e do que fazem.

Antes eu utilizava dois perfis, mas depois eu não usei mais, eu já não tava mais usando no pessoal, então hoje eu só posto na Psicologia, não posto coisas muito íntimas, mas no meu pessoal também não postava, sempre postava coisa muito normal, então hoje em dia é só o da Psicologia mesmo. (Maria)

O que eu público lá é mais ou menos quem eu sou de verdade, assim. Então, o que eu gosto é de Psicologia, o que eu faço é Psicologia, eu gosto de café, gosto de livro, é mais ou menos isso que eu compartilho, e em vez do outro eu mostro eu e o meu noivo, sei lá, indo no parque, fazendo coisas que eu faço, então é tudo eu. (Flor)

Enquanto isso, o participante Alex investe em anúncios no *Google*, *Google Maps* e *Doctoralia*. Observa visualizações no *Google Maps*, mas ainda não recebe pacientes dessa fonte, o que pode gerar uma discussão sobre a real efetividade de tais plataformas, ou ainda será a indicação um fator determinante? Alex também enfatiza a importância da genuinidade e espontaneidade no trabalho, concordado assim com Sônia e Flor.

Eu tenho aquele anúncio no *Google*, que a gente coloca tipo um alfinetinho no *Google Maps*. Clínica de Psicologia Alex. Está lá, Alex psicólogo na minha cidade. Aparece meu perfil lá no *Maps*, eu observo que o perfil é bem visualizado, vem um emailzinho lá no *Gmail*. O perfil tem um relatório, quantas visualizações o perfil lá teve, eralmente tem uma média de 80, cento e pouco (...) A galera está vendo. Tem o perfil do *Doctoralia* também, eu deixei o perfil gratuito. É uma forma do seu nome está na internet, quando alguém pesquisar lá "Psicólogo na minha cidade" vai aparecer lá Alex. Mas assim, nunca nenhum paciente falaram para mim "Te achei no *Google*". Eles estão vendo, mas não estão vindo. Engraçado né?! Curioso né, ter essa discrepância, como isso não é o suficiente, não basta você ter um nome no *Google,* na mídia social. O importante é você desenvolver um trabalho que é genuíno e que compõe sentido. Mais uma vez, eu estou falando aqui, da espontaneidade, essa é a via que está nos atraindo.(Alex)

As experiências compartilhadas por Karine, Deucy e Ieda destacam desafios comuns enfrentados por profissionais na gestão de suas presenças online, especialmente no *Instagram*. Karine expressa inicial desânimo, buscando alternativas como cursos de posicionamento digital para melhorar sua abordagem. A reflexão sobre a dificuldade de manter consistência na produção de conteúdo e a mudança ao longo do tempo também são pontos destacados.

Deucy menciona a falta de resultados significativos mesmo investindo em postagens frequentes, levantando questionamentos sobre a eficácia das estratégias de *marketing* nas mídias sociais. Deucy reconhece a influência do algoritmo e a necessidade de manter uma presença *online*, embora admita desafios em investir tempo consistente nessas plataformas. Ieda, por sua vez, compartilha a dificuldade em obter retornos significativos de pacientes através do Instagram, enfatizando a importância das indicações como uma fonte mais eficaz. Essas experiências, embora variadas, apontam para a complexidade e os desafios associados à promoção de serviços de saúde nas mídias sociais, abordando a influência do algoritmo, a necessidade de consistência na produção de conteúdo e as diferentes formas como os profissionais lidam com essas questões.

Demonstrando o outro lado, Maria reconhece a importância de postagens frequentes no *Instagram* para manter o interesse dos seguidores e para atrair pacientes;inclusive, sente diferença na procura por psicoterapia quando diminuiu o número de postagens ou não as faz.

Então, assim, eu vejo, e realmente dá muita diferença, o período que eu fico um pouco sem postar é um período que quase ninguém pergunta sobre terapia, então assim, é até um pouco difícil pra mim manter essa consistência de tá lá postando todo dia e tal, mas eu sei que eu preciso fazer isso, que senão não vem retorno, porque essas pessoas, elas precisam ver meu *Instagram* pra clicar lá no *WhatsApp* pra mandar mensagem pra saber o valor pra talvez marcar, né, então assim, eu dependo muito disso.(Maria)

Flor vê o *Instagram* como uma ferramenta de trabalho e destaca o cuidado com a produção de conteúdo fundamentado e autêntico. Ela observa que o *Instagram* pode ser uma ferramenta, entretanto ressalta que também pode ser uma faca de dois gumes, podendo tanto ajudar quanto atrapalhar. A participante comenta que já conseguiu pacientes por esse meio; no entanto, diz que não é a maior parte do público que atende. Sobre a sua produção de conteúdo, Flor diz que compartilha na plataforma conforme seu tempo e disposição.

Eu comecei a ver que o *Instagram* podia ser uma ferramenta de trabalho, então eu comecei a fazer publicações lá, mas a minha fonte principal de captação de cliente nunca foi de lá, apesar de já terem vindo pessoas de lá. Mas de qualquer forma assim, toda a produção de conteúdo que eu faço para lá é toda pautada em aspectos fundamentados, não são coisas tipo tiradas da minha cabeça, eu tenho muito cuidado também na forma que eu falo algumas coisas, nas respostas que eu escrevo. Porque o *Instagram* acaba que ele é sempre um recorte, você nunca consegue aprofundar completamente um tema (...) eu acho que a mídia social ajuda, mas ela pode ser uma faca de dois gumes, ela pode te salvar ou acabar com o teu processo também (...) Eu produzo conforme eu tenho tempo, conforme eu tenho *insights*, tem vezes que eu estou muito cansada e eu não tenho criatividade, então a criação lá é meio que livre, tanto que eu sempre estou lá conforme eu estou bem para, ele é uma ferramenta, mas que o meu trabalho não depende totalmente dele, eu vejo muito ele hoje como um cartão de visita, porque os pacientes, ou futuros pacientes que já me procuram, eles pedem. (Flor)

A participante Kátia também diz que não depende tanto das mídias sociais para atrair pacientes. A sua produção de conteúdo prioriza o aparecimento nos*stories*[[41]](#footnote-42) e destaca que a maioria dos pacientes chega por indicação. Ela ressalta que, no início, o *Instagram* a ajudou, porém agora não é mais essencial, inclusive disse “não preciso vender minha alma”. Tal fala chama a atenção e pode ser interpretada como horas extras produzindo conteúdo e interagindo com o público, fazer um perfil aberto para divulgar informações mesmo sem ser seu desejo. Tudo isso sugere uma postura de preservação da sua autenticidade, evitando excessos de compromissos em prol da sua saúde e qualidade de vida.

Hoje eu já não dependo mais das mídias sociais pra ter paciente. Então isso me traz um alívio. Porque eu não preciso mais ter aquela loucura de ter que ficar postando coisa no *feed* pra alcançar tal pessoa. Hoje o que eu mais apareço é no *story.* Porque eu já tenho bem consolidada. E a maioria dos meus pacientes não chegam mais do *Instagram*. Chegam de indicação. Então não é uma coisa que eu preciso, nossa, vender minha alma pra estar ali. Não. Mas claro que no início me ajudou. (Kátia)

Hoje, o Brasil destaca-se como um dos principais usuários de mídias sociais, com uma significativa parcela da população conectada a essas plataformas.No entanto, os profissionais, representados por Ana Paula, Sônia, Alex, Karine, Deucy, Ieda, Maria, Flor, Kátia e Aline, compartilham diversas perspectivas sobre o uso do *Instagram* na divulgação de seus serviços como psicólogos. Ana Paula destaca a importância das parcerias *offline*, enquanto Sônia expressa sua luta pela autenticidade diante das pressões da mídia social; ela também faz uma reflexão sobre a divisão entre perfil profissional e pessoal, ressaltando a busca pela integridade em todas as áreas da vida.

As experiências divergentes continuam com Maria e Flor, que abordam a questão da exposição pessoal nas mídias sociais. Alex investe em plataformas como *Google* e *Doctoralia*, questionando a eficácia do *marketing* nas mídias. Karine e Deucy compartilham desafios em manter uma presença consistente, enquanto Ieda destaca a dificuldade em equilibrar a presença no *Instagram* com a prática clínica.Aline questiona a eficácia de se dedicar excessivamente às mídias sociais, sublinhando a importância dos resultados concretos com os pacientes. Maria reconhece a importância de postagens frequentes no *Instagram*, enquanto Flor destaca a dualidade do *Instagram* como ferramenta de trabalho. Kátia, por sua vez, enfatiza a autonomia conquistada ao depender menos das mídias sociais para atrair pacientes.

Ao pensar sobre as reverberações éticas das estratégias de divulgação na Psicologia, é necessário dialogar o tema com as mudanças existentes nas estratégias de divulgação. O CFP possuia uma postura de fiscalização e vigilância excessivas em relação aos psicólogos que produzem conteúdo online. Embora o CFP tenha a responsabilidade de garantir que os profissionais da Psicologia sigam padrões éticos e normas de conduta em todas as suas práticas, incluindo a presença *online*, a abordagem de vigilância estrita pode ser contraproducente. Em vez de promover um ambiente de aprendizado e crescimento profissional, essa postura pode criar um clima de medo e restrição entre os psicólogos que desejam utilizar as plataformas digitais para educar, informar e engajar o público.

Uma abordagem mais construtiva e eficaz seria a psicoeducação, na qual o CFP trabalharia em parceria com os psicólogos para fornecer orientações claras e recursos educacionais sobre as melhores práticas ao produzir conteúdo *online*. Isso poderia incluir diretrizes específicas sobre como proteger a confidencialidade dos pacientes, evitar informações enganosas ou prejudiciais e promover mensagens responsáveis e cientificamente embasadas sobre questões de saúde mental. Ao invés de simplesmente impor regras rígidas e punições, o CFP poderia desempenhar um papel mais proativo na capacitação e no desenvolvimento profissional dos psicólogos, incentivando a excelência ética e técnica em suas atividades online.

Além disso, uma abordagem mais colaborativa e inclusiva por parte do CFP poderia envolver os próprios psicólogos no processo de elaboração de diretrizes e na definição de padrões para o uso responsável das plataformas digitais. Isso não apenas promoveria um senso de responsabilidade compartilhada, mas também garantiria que as políticas e recomendações do CFP refletissem as necessidades e realidades dos profissionais da psicologia que trabalham no ambiente online.Uma mudança em direção a uma abordagem mais educativa e colaborativa pode fortalecer a profissão, promover a qualidade do conteúdo online e melhorar o acesso do público a informações e recursos confiáveis em saúde mental.

Cada profissional traz perspectivas únicas sobre a presença *online* e a divulgação de seus serviços, destacando desafios, reflexões sobre autenticidade e a busca por estratégias que se alinhem ao seu perfil profissional. Essas narrativas revelam uma diversidade de experiências e perspectivas sobre como as profissionais lidam com a promoção de seus serviços nas mídias sociais, desde a resistência à pressão até a aceitação do papel dessas plataformas na divulgação profissional.Bauman (2001 e 2005) argumenta que vivemos em tempos líquidos, caracterizados pela incerteza e pela volatilidade. Isso pode ser aplicado à discussão sobre a dependência das plataformas digitais, onde as estratégias de promoção precisam ser flexíveis para se adaptarem a um ambiente em constante mudança.

**Influências das Mídia Sociais**

Sobre as influências das midias sociais, pode-se utilizar os escritos da autora Kehl (2015, p.71) quando ela escreve: “Da indústria cultural à sociedade do espetáculo, o que houve foi um extraordinário aperfeiçoamento técnico dos meios de se traduzir a vida em imagem, até que fosse possível abarcar toda a extensão da vida social”. Partindo dessa reflexão, é possível traçar paralelos, considerando como a mídia evoluiu para se integrar de maneira indissociável e constante na vida do sujeito contemporâneo. Hoje, os meios de comunicação social transcendem barreiras de tempo e de espaço, permeando cada aspecto da existência. Desde a divulgação profissional até a esfera pessoal, as mídias sociais desempenham um papel na construção de identidades, na disseminação de informações, na percepção social e na venda de bens e serviços.

A sociedade do espetáculo, descrita por Debord (2007) e discutida por Kehl (2015), sugere que a vida contemporânea é permeada pela representação constante, pela exposição pública e pela busca incessante por visibilidade. Essa dinâmica, quando aplicada às mídias sociais, evidencia não apenas a proliferação de imagens, como também a necessidade de os indivíduos se inserirem nesse espetáculo digital para garantir sua presença e relevância, afinal:

O que a publicidade propõe aos consumidores em potencial é uma pseudo escolha. “Seja livre: escolha o melhor modelo de automóvel do mercado – da marca x. Aqueles que podem comprar um carro naquela faixa de preço perceberão que as marcas se eqüivalem; para os que não podem – uma grande maioria – a escolha não se coloca. Os que não se incluem entre os que podem comprar, ficam de fora. Fora da representação. Fora do discurso. (Kehl, 2015, p.84)

Ao pensar nessa perspectiva, é válido considerar como os profissionais, como os psicólogos, lidam com essa constante exposição e representação nas mídias sociais. Além disso, refletir sobre como a busca pela autenticidade, destacada por alguns participantes, pode ser entendida como um grito de socorro. Afinal, em um cenário onde a vida social é traduzida incessantemente em imagem, a autenticidade emerge como uma busca significativa, resistindo à uniformidade e à espetacularização. Essa conexão teórica e as experiências dos psicólogos na era das mídias sociais oferecem um arcabouço conceitual robusto para entender as dinâmicas contemporâneas de exposição, autenticidade e influências midiáticas na construção de identidade e na prática profissional.

Os profissionais relataram uma pressão para viralizarem o seu conteúdo, ou seja, já não basta mais fazer postagens, vídeos e responder dúvidas do público, é importante ter relevância de números, chegar a centenas e milhares de pessoas.Ana Paula menciona a pressão de produzir conteúdo que viralize rapidamente nas mídias sociais. Isso destaca a necessidade de resultados imediatos e a influência das métricas de engajamento, como curtidas e seguidores.

A gente também fica refém disso. de produzir algo para captar algo imediatamente. Porque hoje em dia, no *online*, nas mídias, se não viralizou em meia hora, em uma hora, não viraliza mais. Então posso descartar porque não foi bom (...) se você está sempre ali no *online*, tudo se baseia em curtidas, em número de seguidores, em pessoas que te procuram imediatamente após você postar alguma coisa, é muito imediato o efeito. (Ana Paula)

No entanto, se esquece que tais números só são possíveis por algoritmos, ou seja, não basta seu conteúdo ser verdadeiramente bom, ele tem que parecer bom, ser reproduzível e compartilhável. Assim, Grohmann (2020, p.105) fala:

Rastreamento permanente [que] são a concretização de um trabalhador quantificado a partir de métricas de performance e desempenho geridas por algoritmos, com as técnicas de gestão indo além do sujeito impelido a ‘transcender-se pela empresa’ ou ‘motivar-se cada vez mais para satisfazer o cliente’. Trata-se do transcender-se e motivar-se por si mesmo, a partir de suas próprias métricas, como mecanismos de autocoerção e autoculpabilização.

A autoculpabilização e autoresponsabilização dos profissionais em relação à sua presença nas mídias sociais são notáveis quando consideramos como devem aparecer e o que devem comunicar. Sônia, participante desta reflexão, destaca a importância de refletir sobre a própria identidade como psicólogo nas mídias sociais, enfrentando o desafio de manter uma linguagem acessível e evitar termos excessivamente técnicos. Ademais, Sônia critica a tendência de alguns profissionais em usar uma linguagem complexa, destacando a importância de manter uma comunicação acessível para que todos possam compreender. Isso destaca a necessidade de adaptação do discurso profissional para públicos variados, o que é totalmente válido. Já Ana Paula diz que sua imagem nas mídias se transforma em seu cartão de visita. Esse ponto enfatiza o impacto significativo que as mídias sociais têm na construção da identidade profissional e na forma como os profissionais são percebidos pelo público.

Quem que é você enquanto psicólogo, o que que você gostaria que as pessoas vissem? (...) O que uma coisa que eu acho muito ridícula também da nossa profissão é tentar manter um status de psicólogo, escrevendo tudo em linguagem difícil, assim. Eu falo, meu, nem eu que sou psicólogo às vezes entendo o que essa galera está querendo dizer. Imagina, sei lá, minha mãe lendo, assim... porque uma coisa que eu acho muito ridícula também da nossa profissão é tentar manter um *status* de psicólogo. (Sônia)

Eu acredito que essas mídias influenciam na forma como as pessoas me conhecem. Então as pessoas têm uma visão de mim como se fosse uma pré-visualização pelo social. É como se fosse um cartão de visita. O social influencia dessa forma. (Ana Paula)

Tais falas demonstram o quão relevante são as mídias, desde ao pensar a linguagem, até ser um cartão de visita. Alex compartilha sua experiência de poucos pacientes vindos diretamente das mídias sociais, com a maioria proveniente de indicações. Isso levanta questões sobre o verdadeiro impacto das mídias sociais na prática clínica e como elas podem servir como vitrine. O participante Alex ainda compartilha a experiência de pacientes que se identificaram com aspectos pessoais dele, como a foto de sua estante. Isso ressalta como o conteúdo compartilhado pode atrair um público específico que se identifica com o profissional, moldando as expectativas e o foco das sessões terapêuticas.

Eu diria que hoje o impacto das mídias sociais no meu trabalho é baixo. Mas de qualquer forma, acaba sendo a vitrine que a gente tem, eu ainda estou por ali, porque é uma forma de eu estar demonstrando que eu estou ativo. É a vitrine que eu encontrei para entre aspas mostrar o produto. Não tem muito impacto não. Não vem por essa via, para mim, ou para outras vias. A via da indicação. (Alex)

O termo "produto" utilizado por Alex ressalta a natureza expositiva das mídias sociais, em que os profissionais se apresentam, aguardando potenciais clientes. Para atenuar essa visão, os participantes falaram novamente sobre autenticidade e o quanto isso pode gerar identificação do público. Karine, Ieda e Flor discutem a importância disso e destacam não apenas as complexidades envolvidas na gestão da presença *online* como profissional de saúde mental, como também revelam que as mídias sociais não se tornaram apenas uma ferramenta, mas uma extensão da identidade profissional, influenciando a percepção dos clientes e moldando as expectativas. Karine destaca a necessidade de equilibrar a exposição nas mídias sociais, mencionando que, embora seja uma ferramenta útil, é importante não perder de vista a autonomia profissional e não se sentir obrigado a compartilhar mais do que está confortável.

Eu acho que ainda é legal, tipo... Eu tô pensando se fosse um passado seria mais fácil, hoje eu realmente estou com um pouquinho de ranço. Mas as influências aqui realmente é um espaço que dá para dar retorno. Só que daí tem muitas coisas que você tem que trabalhar com você mesmo enquanto autocobrança. Então, hoje eu vejo, tipo, pra mim faz, por exemplo, mais sentido eu estar postando alguma coisinha ou outra, nos *stories* do que eu demandar um tempo criando uma postagem. Mas no meu trabalho hoje, ao mesmo tempo é mais leve a questão das mídias sociais, porque eu já tenho uma cartela de clientes. Então, influência nesse sentido que me ajudou nesse processo(...) é uma influência muito grande no sentido das pessoas que vieram. E delas que trazem outras pessoas em toda essa roda. Então, acho que foi, tem sido ainda essencial. Eu não vou excluir, não vou desativar o meu perfil, porque eu sei que ele ainda é uma porta de entrada para possíveis clientes. Então, é grande. (Karine)

Além de citar que o profissional não deve se sentir obrigado a postar, Karine disse que as mídias são uma porta de entrada, o que corrobora com Ieda. A psicóloga ressalta a importância de cada profissional encontrar a abordagem *online* que melhor se alinhe com sua personalidade e prática, evitando comparações com outros profissionais e focando em uma presença autêntica.

Conforme a tecnologia vem, tem que estar inserido. Mas eu acredito que cada um possa fazer da forma que acha melhor assim, que acho que combina mais consigo mesma. E não fazer algo que é parecido com de fulano e tal, porque você pode até fazer parecido, mas não quer dizer que você vai conseguir as mesmas visualizações, mesmos acessos (...) É, então eu acho que é muito mais confortável você fazer algo que está dentro do seu alcance, do seu limite e dentro do que você quer realmente mostrar, não se forçar. Porque por exemplo eu não gosto muito de mostrar muito minha vida pessoal, assim. Já tem psicólogos que falam assim, "tem que mostrar mesmo, tem que mostrar que você é humano". Mas, não sei... Se realmente eu mostrar a minha vida pessoal, eles vão falar assim "nossa, a Ieda é humana” Às vezes você consegue de outra forma. E aí é basicamente isso, assim que acontece.. Mas hoje eu vejo como algo importante, eu no começo estava bem resistente em começar a postar no *Insta* e tal. (Ieda)

O excerto trazido por Ieda recai novamente sobre autenticidade e mostrar-se humano. Inclusive, minha experiência enquanto consumidora de conteúdo mostra que profissionais de *marketing* ensinam os profissionais a importância de humanizar seus perfis, seja contando histórias pessoais, mostrando o dia a dia ou compartilhando dores. Embora Flor concorde com a ideia de ter apenas um perfil, ela menciona a necessidade de estabelecer limites na exposição pessoal, reconhecendo que, embora a autenticidade seja valiosa, existem áreas da vida que não precisam ser compartilhadas *online*. Isso destaca a importância de manter uma fronteira saudável entre a vida pessoal e profissional.

Eu acho muito legal isso do gerar identificação, porque eu acredito que por muito tempo os psicólogos ficaram muito dentro daquela caverna de tipo, você não pode falar quem você é, de onde você veio, o que você faz, só que eu acho que isso desconecta um pouco com a gente no aspecto de a gente também é humano. E se você se coloca nesse patamar de, não, você não pode saber quem sou eu, o que eu faço, não sei, assim, pra mim não funcionaria, porque eu gosto de conectar nesse aspecto de tipo, eu sou pessoa, eu também faço o que você faz, eu passo pelo que você passou. É claro que tem sempre os limites de até onde a gente mostra, não mostraria um problema que eu estaria enfrentando e que eu não soubesse lidar com ele, mas eu acho que pode ser uma boa ferramenta de trabalho sim. (Flor)

Sônia e Karine disseram que postagens suas reverberaram no *setting* terapêutico.

Eu posto muito pouco, mas quando eu posto, a semana seguinte, 70% dos pacientes falam sobre (...) Tipo, eu posto assim, não sei, coisas muito, algumas reflexões bem simples, alguns dias, algumas vezes. E na semana seguinte, os pacientes falam “ nossa, eu pensei muito sobre o que você escreveu”. E daí eu fico tipo, nunca imaginei que esse paciente iria trazer isso. É claro que tem outras coisas envolvidas, assim, talvez não tenha outras, né? Ainda pensando no processo terapêutico dele, talvez tenha outras funções de ele trazer aquilo. Mas aparece, aparece. E é engraçado, por exemplo, pacientes que se identificam comigo e me procuram pelo que eu posto. Eu lembro um dia que eu postei uma coisa, uma foto de uma estante da minha sala, e tem um quadro, uma pintura e vários livros de literatura, que não são de Psicologia. Eu postei, tipo, dez minutos depois, um moleque me procurou pedindo para marcar uma sessão. E ele é uma pessoa totalmente das artes, da literatura, ele me procurou por isso, assim. Então, eu vejo que reflete diretamente no que, no tipo de pessoa que vai te procurar, no assunto, talvez apareça no assunto das próximas sessões. Então, assim, é uma coisa que repercute (...) Então, ela tá ali e eles vão associar muito a você o que você posta. por isso que eu acho que tem que ter uma atenção especial também, assim. Não que isso seja ruim, pelo contrário. Eu acho que isso vai mostrar quem é você e isso é bom. Mas, e aí que tá, né? Por isso que é importante a gente postar uma coisa que tenha a ver com a gente. (Sônia)

Desde quando eu montei em 2019 até hoje, eu sempre fui tendo *feedback* de pessoas elogiando meu conteúdo, mandando mensagens pedindo ajuda. No começo tinha muita gente por *direct* querendo fazer terapia no *direct* mesmo, então os limites tinha que ser colocados, a questão das postagens, o pessoal mandava mensagem. E o que é legal, no final de 2020, teve pessoas que entraram, continuaram a terapia, e aí às vezes faziam uma postagem, a pessoa pegava e falava, nossa, aquele post que você fez ontem eu super... E aí se tornava assunto da terapia, porque foi gatilho, mas trouxe reflexões. (Karine)

Essas experiências compartilhadas por Sônia e Karine destacam a influência significativa que as postagens nas mídias sociais podem ter no engajamento e na interação com os pacientes. Ambas relatam situações em que as publicações geraram impactos inesperados, influenciando as discussões nas sessões terapêuticas. Sônia ressalta como os pacientes frequentemente trazem à tonareflexões provenientes de suas postagens, demonstrando como esse ambiente pode ser uma extensão do espaço terapêutico. Ela destaca a importância de postar conteúdos autênticos que reflitam a verdadeira identidade do profissional, pois isso pode atrair pacientes que se identificam com esses aspectos. No entanto, Sônia também destaca a necessidade de atenção especial ao conteúdo compartilhado, reconhecendo que o que é postado pode moldar a percepção dos pacientes sobre o profissional. Karine, por sua vez, compartilha a experiência de receber *feedback* positivo e pedidos de ajuda através da internet. Ela observa como suas postagens podem servir como gatilhos para reflexões nas sessões terapêuticas, destacando a interconexão entre sua presença *online* e o processo terapêutico.

As situações vivenciadas por Sônia e Karine mostra como as mídias sociais não apenas refletem a prática clínica, como também podem ser integradas às discussões terapêuticas de maneira positiva.No entanto, é problemático o quanto essa dinâmica pode gerar nos psicólogos a ideia de que tudo o que postam precisa ser super reflexivo e elaborado, contribuindo para a sensação de que nunca podem descansar. As experiências compartilhadas por Sônia e Karine destacam a influência significativa das postagens nas mídias sociais no engajamento e na interação com os pacientes, evidenciando que essas plataformas podem ser uma extensão do espaço terapêutico. Contudo, essa pressão para manter uma presença *online* constante e significativa pode levar ao esgotamento, ressaltando a necessidade de equilíbrio e autenticidade no uso dessas ferramentas.Por isso, é importante ter cautela ao utilizar esses meios de comunicação, pois os pacientes demonstraram seguir minuciosamente as postagens feitas por seus terapeutas. Além disso, gera a discussão de que o conteúdo *online*, uma vez postado, nunca mais pode ser apagado, também reverberando na espetacularização do eu, como Sibilia (2003, p. 6) contextualiza:

Cada vez mais, a mídia reconhece e explora o forte apelo implícito no fato de que aquilo que se diz e se mostra é um testemunho vivencial: a ancoragem na “vida real” torna-se irresistível, mesmo que tal vida seja absolutamente banal – ou melhor: especialmente se ela for banal. Do mesmo modo, na Internet, pessoas desconhecidas costumam acompanhar com fruição o relato minucioso de uma vida qualquer, com todas as suas peripécias registradas pelo próprio protagonista enquanto elas vão ocorrendo, dia após dia, de hora em hora, minuto a minuto, com o imediatismo do tempo real, por meio de torrentes de palavras que de maneira instantânea podem aparecer nas telas de todos os cantos do planeta – textos que, muitas vezes, são complementados com fotografias e, inclusive, com imagens de vídeo transmitidas ao vivo e sem interrupção. Desdobra-se, assim, nas telas interconectadas pelas redes digitais, todo o fascínio e toda a irrelevância de “a vida como ela é.

Em um ambiente onde cada um televisiona a sua vida com os melhores recortes do seu dia a dia, a comparações sobre o melhor conteúdo, números de seguidores e curtidas, pode surgir. A participante Maria menciona a necessidade de cautela ao usar mídias sociais devido à comparação constante, especialmente em relação ao engajamento e número de seguidores e como pressão social e a exposição constante podem afetar a saúde mental dos profissionais. Maria também discute como o conteúdo compartilhado nas mídias sociais pode inspirar mudanças e reflexões, destacando a responsabilidade e o impacto potencial dos psicólogos na vida das pessoas, mesmo que o engajamento seja variável e também faz uma crítica do *Instagram* estar valendo como uma prova social. Kátia também diz sobre esse cuidado:

Olha, ao mesmo tempo que é bom, às vezes atrapalha um pouco, é questão assim de, às vezes dá tipo assim uma questão de comparação, tá, às vezes você vê um profissional falando alguma coisa, até mesmo a questão de engajamento, dá muito isso, tipo, ah, esse profissional posta sei lá, tem cem comentários, você vai e posta, o seu tem menos. Então dá impacto porque tá tudo muito exposto, né, você trabalha tudo muito exposto, é como se fosse uma prova social mesmo o seu trabalho no *Instagram*. né, você posta, seu *post* tem tantas curtidas, de outra pessoa tem bem mais, enfim. Eu acho legal porque também me inspira, assim, eu vejo alguns profissionais, nossa, que legal falar dessa forma sobre isso, vou tentar trazer pro meu, mas ao mesmo tempo tem que tomar cuidado pra, senão quando eu vejo eu tô lá, nossa, puts, “o meu não tem tudo isso de comentário”. Enfim, questão de seguidores, também eu vejo que é uma oportunidade muito grande estar no *Instagram*, só que se não tomar cuidado acaba sendo cruel, porque tem pessoas que tem muito mais seguidor, muito mais curtida, muito mais tudo, né. Se você se colocar nessa comparação fica muito difícil porque não é uma coisa fácil de mudar, né, tipo, não é somente o seu sacrifício todos os dias fazendo coisas, depende de vários fatores, você precisa estar claro pra você, senão você enlouquece, assim, nas redes. (Maria)

Eu gosto, assim, não acho que é ruim. Eu tenho que ter cautela também com as coisas que eu tô me alimentando. Porque senão é aquilo, vai gerar uma comparação desnecessária que eu vou querer não estar mais ali e isso vai prejudicar o meu trabalho. Sendo que querendo ou não, meu trabalho é estar ali. (Kátia)

Aline destaca como o *Instagram* serve como um excelente *marketing*, mesmo que seu perfil seja privado. Ela menciona que a construção de uma marca pessoal é feita sobretudo através de cursos, pós-graduações e da demonstração constante de interesse na área, o que pode impactar a captação de pacientes. Aline tambémressalta a importância de usar o *Instagram* como uma ferramenta de *marketing* pessoal, mesmo que o perfil seja privado. Ela compartilha seus cursos e aprendizados com os colegas psicólogos e médicos, fonte de suas indicações. Isso,para ela, sublinha como a construção de uma identidade *online* e pode contribuir para a captação de pacientes, evidenciando a relação entre *marketing* pessoal e prática clínica.

O trabalho, de certa forma, é o melhor *marketing* que tem. É o boca a boca. Então, muitas vezes, ele é um colega meu que indica para o outro. Então, essa coisa de você colocar de uma pós, de você colocar de um curso, você vê que faz diferença. E que eles veem que você tá sempre estudando. E aí acaba, de certa forma, eles indicando. Então, hoje, eu acho que 60% dos pacientes que eu tenho vem de indicação disso. Ou indicação de colega da própria Psicologia, ou indicação de outros colegas. Então, de certo modo, sim, ajuda. Não é como captação direta de paciente, mas, de certa forma, é uma captação direta. Mostrando quem eu sou, eu tô conseguindo trazer esse público. (Aline)

Esses pontos adicionais contribuem para oferecer uma visão mais abrangente sobre como os psicólogos percebem e lidam com as mídias sociais em suas práticas profissionais. Cada perspectiva destaca a complexidade dessa presença *online* e os desafios associados, ao mesmo tempo em que ressalta os benefícios percebidos e as estratégias utilizadas para navegar nesse cenário digital.As pressões para viralizar conteúdo e as métricas algorítmicas apresentam desafios, enquanto a busca por autenticidade e equilíbrio na exposição emergem como prioridades. A dualidade do impacto nas práticas profissionais é evidente, com alguns enfatizando sua importância como vitrine, enquanto outros destacam uma influência mais branda. As advertências sobre comparações constantes e pressões sociais enfatizam a necessidade de cautela. Assim, a presença digital dos psicólogos não apenas molda suas identidades profissionais, como também impacta as dinâmicas terapêuticas, destacando a importância de uma abordagem consciente e ética nesse cenário virtual em constante evolução.

**Plataformas Digitais**

Plataformas digitais têm transformado profundamente a maneira como interagimos, compartilhamos informações e conduzimos negócios, proporcionando um ambiente dinâmico e interconectado que redefine as fronteiras da comunicação e oportunidades (Abílio, Amorim e Grohmann, 2021).Entende-se, neste contexto, por plataforma, os meios digitais nos quais os profissionais constroem suas presenças *online* e conduzem atividades de *marketing*.Assim, essa parte do trabalhobusca abordar diversas perspectivas de profissionais da área de Psicologia em relação ao uso de plataformas digitais, incluindo mídias sociais e *marketing* digital. Os entrevistados compartilham suas experiências e reflexões sobre temas como gratificação instantânea, riscos associados a ela e o impacto das métricas algorítmicas nas mídias sociais.

Ana Paula destaca a rapidez com que as mídias sociais oferecem gratificação,em comparação com a demora na obtenção de reconhecimento no ambiente físico, como após uma palestra. Ela alerta para o risco de se tornar refém da gratificação imediata nas mídias sociais, podendo afetar não apenas o aspecto profissional, como também a autovalorização pessoal.

O social gratifica muito rápido. Então, quando você posta um story, quando você posta um *Reels* e tem um número de curtidas, um tanto de comentários, a mídia social gratifica muito rápido. Então, a gratificação não leva um tempo como, às vezes, é no físico. Então, você faz uma palestra, depois de um tempo, as pessoas falam: “nossa, foi você que fez a palestra”; “eu ouvi falar de você”; “me falaram que foi muito legal”. É uma coisa que leva um tempo, mas nas mídias, não. Agora, que aí é o famoso viralizar, todo mundo te ama, mas também pode ser que todo mundo te odeie. E quando a gente fica refém dessa gratificação. Que a gente precisa, mesmo sendo profissional,as vezes, a gente fica refém dessa gratificação imediata. (Ana Paula)

A participante também compartilhou como se sente ao postar seus conteúdos, partindo do êxtase à frustração.

Então, teve vídeo meu que eu postei no *Reels*. E, tipo, em 20 minutos, teve mil visualizações (...) E eu fiquei, meu Deus do céu, o que está acontecendo? Mil pessoas em 20 minutos. E a gente fica, mano, muito louco. Mas, em contrapartida, às vezes, a gente posta o outro vídeo. E, tipo, dá três horas e tem 100 visualizações. E aí, a gente fica, o que eu fiz de errado? Mas, o que está de diferente? Como se a gente também fosse responsável. Mas, sem contar que tem uma métrica para isso. Que o Instagram coloca e tudo mais. Então, a gente fica muito refém dessas gratificações imediatas. Porque, querendo ou não, se você posta uma coisa e mil pessoas viu em 20 minutos. Nossa, você se sente muito bem com isso. Você sente, nossa, que legal. E eu acho que isso vai muito além do só profissional. Mas, com cada pessoa. Você, como pessoa, se sente valorizado. Então, essas gratificações são um risco. Eu vejo, às vezes, como um risco mesmo. São boas, mas são um risco. Porque a gente fica refém". (Ana Paula)

Ana Paula destaca a dinâmica imediata de gratificação nas mídias sociais, contrastando com o tempo necessário para reconhecimento no ambiente físico, como após uma palestra. Ela explora a dualidade dessa experiência, compartilhando a excitação ao alcançar rapidamente milhares de visualizações e expressando frustração quando a resposta é menos rápida. Essas reações refletem a busca humana por validação e aceitação, temas que podem ser analisados à luz de conceitos psicológicos, como a teoria freudiana da busca por reconhecimento e a visão de Lasch (1983) sobre a cultura do narcisismo. A constante necessidade de gratificação imediata nas mídias sociais, embora proporcione satisfação momentânea, também destaca a vulnerabilidade própria a esse ciclo de validação *online*.Além disso, a entrevistada fala do lado oculto das mídias sociais:

Começando o consultório, no comecinho eu deixava mais livre pra escrever sobre o que me desse vontade. E aí depois de um tempo eu comecei a planejar também. Então pequenos blocos de assuntos. E até os stories que eu planejava, eu montava. E sinceramente, pra gente ver como às vezes tudo é falso. E eu só deixava programado pra postar. Então eu nem tava *online* quando postava. Eu só deixava programado pra postar. Eu quero que poste essa postagem no *feed* em tal horário e os *stories* já estão todos programados pro dia inteiro (...) Então eu tinha esse jeito de deixar programado porque eu não bancava também estar o tempo inteiro lá. Então eu deixava alguns programados, pelo menos às vezes cinco por dia. Bom dia, de alguma coisa que eu tô fazendo, de estudo, de tal coisa. E às vezes se me desse vontade eu postava mais um ou outro durante o dia. Mas eu deixava às vezes programado mesmo (...) Então os bastidores são bem diferentes. Nem alguém que tem poucos seguidores, porque alguém que tem muitos seguidores, às vezes paga alguém pra cuidar das mídias sociais e fazer as postagens. Mas nem alguém que tem poucos seguidores normalmente tá 100% *online.* Na maioria programam os *stories*, as postagens e deixa rolar. Pega um dia da semana, grava tudo, deixa agendado e vive a vida. Só fica respondendo algumas coisas, ou aparece, posta alguma coisa que dá vontade de postar durante a semana. (Ana Paula)

O relato que Ana Paula compartilha é uma evolução em sua abordagem nas mídias sociais, inicialmente marcada pela liberdade e,posteriormente marcado, pela adoção de um planejamento mais estruturado, incluindo a programação de postagens e *stories*. Essa mudança reflete a complexidade por trás da construção da presença *online*, destacando que a aparente autenticidade muitas vezes é cuidadosamente planejada. Essa estratégia adotada evidencia os bastidores menos visíveis das mídias sociais.

Embora Ana Paula coloque em questão a validade da autencidade, Alex destaca a importância disso para evitar a formatação padrão no uso das mídias sociais, indo contra as fórmulas preestabelecidas para sucesso. Ele menciona sua resistência inicial às plataformas digitais e à formatação padronizada, encontrando um meio termo ao compartilhar aspectos genuínos de sua rotina e estudos. Ademais, Alex relata ter enfrentado dificuldades ao trabalhar com um profissional de *marketing*que seguia fórmulas clichês e frases prontas.

Para você ter um *Instagram* top, ele tem que ser dessa cor, nesse formatinho *Canva*, tem que postar lá os 5 dicas para controlar a sua ansiedade. E eu vou na contramão disso. Vou postar no meu *Instagram* coisa da minha rotina, que eu vou fazer. Às vezes até um rolê que eu estou dando, tocando meu violão ali e tal (...) É o que faz sentido para mim, inclusive em termos profissionais. Eu não consigo fazer uma profissão formatada, sabe? Esse cara do *Instagram* que posta um vídeo ali, hoje eu vou dar 5 dicas para você fazer. Beba água, respire, passeie com o teu cachorro. É igual! Um pouco mais discreto. E aí a gente acaba apelando para as mídias sociais, coloca uma coisinha ali no *Insta*, no *Facebook*. Mas aí, no primeiro momento, eu também me senti muito incomodado de estar usando as mídias sociais. Digamos assim, eu nunca fui muito desse perfil blogueirinho. Nunca tive muita intimidade com as mídias sociais. Aí eu vi os meus amigos que se formaram e eles todos aí blogueiros, fizeram um videozinho. “Oi, gente, hoje eu vim falar para vocês sobre ansiedade". Não conseguia, até tentei, fiz um videozinho ali e pensa em um vídeo travado. Eu ali, "Olá, eu sou o Alex, psicólogo clínico . E hoje eu vim falar um pouquinho para vocês sobre a temática da depressão". Não conseguia desenvolver o vídeo, eu vi a galera ali, com aquele *Instagram*, todos formatados. Não sei o nome dos camaradas que fizeram isso. *Social Media*. E aí eu vi aquele *Instagram* ali com a mesma cor, ou é laranja, ou é verde, ou é azul, tudo no mesmo formatinho, por um lado eu acho bonitinho, mas o que eu faço? Não é a minha cara, não é o que eu sinto. E aquelas coisas todas, clichês, 5 dicas, 5 sinais de que você tem depressão. Controle sua ansiedade. Olhe fixamente para esse ponto e respire. Aliás, eu olhava para aquilo ali e tudo, e não faz sentido para mim. Mas eu também, ao mesmo tempo, não sabia o que fazer. Beleza, não quero postar isso. Eu não vou postar isso. No primeiro momento, eu acabei sucumbindo ao movimento. (Alex)

O psicólogo também relata problemas que teve com a *Social Media* que contratou:

A *Social Media*, ela formatou uns negócios no *Instagram*, mas aí eu fui tendo uns problemas com ela. Ela pegava umas frases bem clichês. "Ah Alex, olha essa frase linda que eu achei". Aí a frase era um negócio tipo assim... “Trabalhe enquanto ele dormem”. Nesse nível. E aí eu pegava aquilo e olha, eu tentava criticar, mas eu acho que ela não entendia, mas ela não entendia. Eu fui tendo outras questões com ela também. Às vezes ela trazia algumas coisas e eu ia lá corrigir, eu estava muito mais atento. E eu acabei com o trabalho dela. Eu fiquei um tempo fora das especialidades, até que eu comecei a trazer para as mídias sociais essa coisa mais do humano mesmo, do meu cotidiano na clínica, tirar uma foto, uma coisa da minha rotina o que eu estou estudando isso, estou fazendo um curso, aí eu tiro um *print* da tela. Vou divulgando algumas coisas, vou repostando coisas que algum colega dos meus posta. Estou tirando fotos, inclusive dos grupos de supervisão, quando eu participo, coloco lá, "A supervisão hoje foi sobre o manejo do paciente *borderline*". É uma forma que eu encontrei para mostrar o que eu estou fazendo, uma forma genuína. Eu não estou produzindo o conteúdo, estou estudando o conteúdo. Eu acho que foi uma forma de eu fazer esse *marketing,* mas eu não estou fazendo de uma maneira que não faz sentido para mim, dentro da minha proposta de construir relações de um jeito genuíno. Até o meu *marketing* é o Winnicotiano. É a forma que eu achei de fugir da formatação. Mas ao mesmo tempo de estar ali na mídia social. Tem alguns que fazem isso de uma maneira mais profissional. O pessoal da publicidade, do *marketing*, do *design* gráfico. Mas tem pessoal que faz isso mais na individualidade mesmo. Eu contratei ela, ela era muito informal, inclusive eu tenho uma amiga publicitária, que ela já veio toda cheia da boa vontade. "Ai amigo, por que para você fazer sucesso no *Insta* tem que ser assim, assim, assim?” Me deu a receita. Mais uma para formatar e isso me incomoda, coisas formatadas. Hoje você tem receita para tudo. Para você ter prazer, tem que penetrar 5 centímetros com a perna angulada em 45 graus. E isso vai me incomodando de uma forma. E aí dizem, para você fazer sucesso no *Insta* é assim, para sua clínica alavancar é assim. E aquilo me incomodou, acho que foi um pouco rude com essa minha amiga. Falei, oh obrigado, acolho sua sugestão, mas pra mim não faz sentido. (Alex)

A interação de Alex com a *Social Media* contratada evidencia seu desejo de resistir à formatação e buscar uma presença *online* mais alinhada com sua identidade profissional e pessoal. Ao afastar-se das convenções tradicionais, ele se inspira em uma abordagem mais individualizada, destacando sua preocupação com a receita padronizada para o sucesso no *Instagram* e na clínica. Essa busca pela autenticidade, alinhada à sua proposta de construir relações genuínas, revela uma abordagem distintiva e resistente às pressões do meio digitalcom as fórmulas clichês comuns nas mídias sociais. Assim, ao observar que a maioria está seguindo um caminho específico, é prudente questionar a validade desse trajeto, pois nem sempre a popularidade indica a qualidade do caminho escolhido. Pode haver sim sucesso nas mídias, contudo a quem ele se destina?

Outra experiência no mundo digital é da Karine, que experimentou utilizaro tráfego pago no *Instagram*, enfrentando bloqueios e desânimo devido às restrições da plataforma. Ressaltou que o aplicativoera mais fácil de ser manuseado no início, antesdas mudanças na dinâmica da plataforma e dos bloqueios, que a desanimaram em relação ao tráfego pago.

O ano passado foi basicamente assim, eu não investi em nenhum outro lugar, eu fiz o curso pra aprender a mexer em tráfego pago, então 2020, 2021 eu tentei muito tráfego pago, eu sei mexer, eu sei que dá certo, só que o próprio *Instagram* ele me bloqueou algumas vezes, e aí você mandava mensagem falando, olha, não fiz nada de errado com as suas diretrizes, eles falavam é verdade, então toma que sua conta de novo. Aí voltava a conta, mas nunca volta da forma como estava, né, daí nem esse processo que eu falo que eu fui desanimando, então os poucos que não eram entregues, as patrocinadas também não, mas no comecinho da pandemia, quando eu patrocinava, tive bastante retorno, com muito menos dinheiro do que se eu fosse investir. Eu acho que o Instagram no começo era mais fácil do que é hoje, e isso pesava menos também. (Karine)

A experiência compartilhada por Karine evidencia como a dependência de uma única plataforma, como o *Instagram*, pode comprometer a liberdade e autonomia profissional. Ao concentrar seus esforços em tráfego pago na plataforma, ela enfrentou desafios significativos, incluindo bloqueios recorrentes e mudanças nas diretrizes. Essa situação ressalta a vulnerabilidade de profissionais cujo trabalho está atrelado a uma única plataforma, deixando-os sujeitos às suas políticas e instabilidades. Ao mesmo tempo, aponta para necessidade de mais tempo destinado a engajamento em outras plataformas, ou seja mais trabalho.

Ieda proporciona mais lastro para a discussão quando menciona o investimento em plataformas de atendimento *online*, como *Psy Meet*[[42]](#footnote-43)e *Efetiva Saúde*[[43]](#footnote-44), visando ampliar o acesso à terapia. Ela aponta os desafios financeiros ao trabalhar com plataformas que pagam pouco e destaca a importância de considerar o retorno do investimento.

Acabei investindo em algumas, em uma plataforma. E você fica lá, *Psy Meet*, *Efetiva Saúde*, ele é mais voltado para pessoas que não têm muitas condições de fazer terapia, de pagar um valor cheio. E aí eles colocam lá um valor pra gente que é 30 reais por sessão. E aí a pessoa, a gente fica lá exposto, tem todas as abordagens, se você quer escolher o psicólogo por abordagem você consegue selecionar lá. E aí você fica lá, você fica exposto lá, e a pessoa entra em contato com você diretamente pelo *WhatsApp* (...) Ela só te expõe lá. Ela não tem nenhum vínculo com os pacientes (...) Aí eu pago o valor para a plataforma. Que é, acho que é R$ 125 reais (...)Você paga um mês, 125. E você fica três meses lá na plataforma. E depois de três meses você paga de novo se você quer continuar (...) É três meses. E aí é basicamente isso. E é uma plataforma que... Que traz os pacientes. E geralmente tem ali como vai ser o contrato... Como vai ser o pagamento e tal (...) você paga muito caro pra estar lá. Só que o retorno que você tem é muito baixo. Porque muitas plataformas têm convênios com... Com os planos de saúde e tal. E esse plano de saúde paga muito pouco (...) De... 20 reais. Então, como você consegue se manter numa plataforma cara, recebendo pouco? (...) Nessa plataforma, dá pra você ter o retorno do dinheiro que você investiu. E a cada três meses que você paga esses 150 reais. Agora... Tem plataformas que não parece valer muito a pena. (Ieda)

A experiência de Ieda revela a instabilidade e a dependência dos profissionais em plataformas digitais voltadas para a prestação de serviços terapêuticos. A busca por alternativas acessíveis, como a *Psy Meet* e *Efetiva Saúde*, reflete a tentativa de atingir um público que enfrenta limitações financeiras para investir em terapia. No entanto, a dinâmica dessas plataformas, onde os psicólogos pagam um valor considerável, R$ 125 a cada três meses, levanta questões sobre a equidade na remuneração.O modelo de pagamento, muitas vezes baseado em convênios com planos de saúdeoferecem valores reduzidos e, dificultam a sustentabilidade financeira dos profissionais. A disparidade entre o investimento significativo para estar na plataforma e os retornos financeiros limitados expõe uma falta de valorização do trabalho terapêutico. Nesse contexto, surge uma preocupação sobre a viabilidade a longo prazo para os profissionais, especialmente quando confrontados com custos elevados e remunerações inadequadas. Essa situação levanta questionamentos sobre a eficácia e a justiça desses modelos de negócios no âmbito da saúde mental privada.

Além disso, é importante mencionar que, conforme a Tabela de Referência Nacional de Honorários dos Psicólogos em Reais (R$), atualizada até maio de 2023 pelo CFP, os valores praticados nas plataformas digitais podem não condizer com os padrões estabelecidos para a consulta psicológica, sendo o limite inferior a R$207,02, limite médio a R$309,44 e limite superior a R$354,92 o que reforça a necessidade de avaliação e reformulação desses modelos para assegurar a justa remuneração dos profissionais envolvidos.É crucial que os profissionais considerem os aspectos sociais de seu trabalho, incluindo a possibilidade de atender por valor social. No entanto, essa abordagem deve ser cuidadosamente elaborada como uma escolha e uma opção, ao invés de ser a única maneira de alcançar uma agenda consolidada.

Para acrescentar construto a essa discussão, Maria expressa sua dependência do *Instagram* para atrair pacientes e revela receios sobre o futuro, caso essa plataforma deixe de existir.

Porque eu vivo assim, do *Instagram*, vamos se dizer assim. Porque os pacientes me encontram no Instagram. Então eu não faço, por exemplo, anúncio e tal. Eu vivo ali, as pessoas veem meu conteúdo e me buscam a terapia. Então até a questão do *Instagram*, por exemplo, se um dia, ah, não tem mais *Instagram*, aí eu vou ter que me reinventar, porque esses pacientes vão precisar me procurar em algum lugar. Então assim, às vezes eu tenho esse receio de até onde que vai essa tecnologia, assim. (Maria)

Dessa maneira, é possivel verificar como a dependência de plataformas digitais para atrair pacientes, como o *Instagram*, evidencia a fragilidade da presença *online* dos profissionais de saúde mental.Kátia ressalta a importância do atendimento *online* para tornar a psicologia mais acessível, especialmente para pessoas em cidades pequenas com poucos profissionais.

O atendimento *online*. Mas é isso, assim. Eu acho que é legal, que é bom. E que ajuda também, porque querendo ou não, você torna a Psicologia mais acessível pra pessoas que às vezes moram em cidades muito pequenas, que o psicólogo conhece e aí não tem tanto psicólogo, e aí o único psicólogo que ela tem é aquele e ela não se sente confortável. Então você amplia muita coisa. (Kátia)

Em contrapartida, Kátia disse: “Também não tive tanta experiência com presencial, né? Mas eu acho que se eu for hoje no presencial, eu sentiria uma insegurança, porque eu não sei fazer tanto isso. O que eu sei fazer é o atendimento *online*”.

A crescente dependência de plataformas digitais por parte dos profissionais de psicologia revela um cenário complexo, em que as vantagens da visibilidade *online* se misturam com desafios inesperados. Enquanto alguns buscam autenticidade, resistindo à fórmulas clichês, outros enfrentam bloqueios e vulnerabilidades ao depender de uma única plataforma, como o *Instagram*. Ao investirem em plataformas de atendimento *online*, profissionais destacam as dificuldades financeiras e questionam a equidade na remuneração, levantando preocupações sobre a viabilidade a longo prazo desses modelos de negócios. A análise da dependência em relação a determinadas plataformas ressalta as incertezas associadas à tecnologia, ao mesmo tempo em que se reconhece a importância do atendimento *online*.

O dilema da consciência do trabalho na era digital é complexo e multifacetado. Em muitos casos, os usuários das plataformas digitais podem não reconhecer plenamente que estão "trabalhando" para essas plataformas. Isso ocorre porque as interações online são frequentemente percebidas como atividades de lazer, entretenimento ou comunicação social, em vez de trabalho propriamente dito. Por exemplo, ao postar em mídias sociais, assistir a vídeos no *YouTube* ou navegar em *feeds* de notícias, os usuários podem não estar conscientes de que estão gerando dados valiosos que alimentam os algoritmos das plataformas e contribuem para seus lucros.Além disso, mesmo quando os usuários reconhecem que estão fornecendo conteúdo ou dados para as plataformas digitais, eles podem não perceber totalmente a natureza do seu trabalho e como ele beneficia as empresas por trás dessas plataformas. Muitas vezes, a relação entre os usuários e as plataformas é desigual, com as empresas exercendo controle significativo sobre como o conteúdo é distribuído, monetizado e usado para fins lucrativos.

A obra de Foucault (1999), centrada nas análises sobre poder e vigilância, apresenta uma lente valiosa para examinar as dinâmicas de poder nas plataformas digitais. A concepção foucaultiana de "sociedade disciplinar" e "sociedade de vigilância" pode ser aplicada para compreender como os profissionais de Psicologia estão sujeitos a diferentes formas de controle. Nas plataformas digitais, a dinâmica do poder se manifesta através de algoritmos, métricas de engajamento e até mesmo nas interações online, moldando as práticas e a visibilidade dos profissionais.

Na análise dessa dinâmica do poder nas plataformas digitais, emerge a concepção de uma sociedade do controle, onde as relações de poder se manifestam de maneira difusa e sutil, sem a necessidade de instituições centralizadas. Nesse contexto, o poder não se limita à simples imposição de normas e disciplinas, mas permeia todas as esferas da vida cotidiana, influenciando nossas percepções, escolhas e comportamentos de maneira constante e insidiosa. Como argumentado por Han (2015), essa sociedade do controle se caracteriza pela vigilância onipresente e pela manipulação algorítmica, que moldam nossas interações nas mídias sociais, nossas preferências de consumo e até mesmo nossas identidades digitais. Assim, ao invés de sermos sujeitos passivos das instituições disciplinares, nos tornamos voluntários ativos de nossa própria vigilância, contribuindo para a perpetuação desse sistema de controle digital. Essa dinâmica desafia as noções tradicionais de liberdade e autonomia individual, levantando questões profundas sobre a privacidade, a ética e a democracia na era digital.

**Conectividade, indistinção entre ambiente pessoal e profissional**

No contexto da revolução industrial do século XIX, ocorreram transformações profundas que delinearam a divisão entre os espaços público e privado, estabelecendo distinções claras entre o trabalho remunerado e as atividades domésticas. No entanto, à medida que adentramos o século XXI, especialmente impulsionados pelos eventos globais recentes, presenciamos uma inversão significativa dessa ideia. A pandemia redefiniu a interseção entre o trabalho e a vida doméstica, desafiando as fronteiras existentes e ampliando as dimensões do que antes era considerado privado. Neste novo cenário, a tecnologia desempenha um papel crucial, transformando o espaço doméstico em um local de trabalho, onde a intimidade torna-se desprotegida diante dos olhares externos. É nesse contexto que se desenrola a discussão sobre como o trabalho contemporâneo invade o espaço pessoal, revelando uma complexa interação entre a esfera profissional e a intimidade doméstica (Araujo e Lua, 2020).

Posto isso, os trechos abaixo oferecem uma visão mais detalhada das experiências e desafios enfrentados pelos profissionais de Psicologia em suas práticas, especialmente durante a pandemia. Karine compartilhou como mudanças em sua rotina pessoal, como a perda de suas cachorrinhas, afetaram sua prática profissional, pois passou por um luto pelo qual não pôde experienciá-lo adequadamente. Além disso, Karine falou sobre a mudança de sua rotina, pois remanejou o ambiente familiar para encaixar os atendimentos psicológicos com privacidade. Com o decorrer do tempo, ela teve que alugar um espaço para atendimento presencial e se adaptar a diferentes ambientes para evitar interferências durante os atendimentos.

Porque dentro da pandemia também eu acabei mudando totalmente a rotina de todo mundo. Aí eu me afastei de academia, eu perdi duas cachorrinhas no meio da pandemia, as duas foram morte súbita. Eu trabalhando ainda em terapia, esses lutos, e aí também fui ficando mais dentro de casa. E aí em fevereiro de 2021 eu fui atrás de alugar um espaço pra mim (...) E aí aqui em casa, minha mãe acabou decidindo colocar uma piscina, então eu saía do atendimento daqui de casa, porque furar, colocar uma piscina é barulhento demais. E furar o piso, quebrado. E aí eu montei, eu tinha chamado a já a minha amiga que é a mesma do projeto, ela não, na época ela se sublocava bastante, ela queria bem mais presencial, eu tinha focado o primeiro ano inteiro só no *online*. (Karine)

Em contramão da decisão tomada por Karine, Ieda fez a transição do atendimento presencial para o *online*. Ela tomou essa decisão de encerrar seu consultório físico devido ao aumento da demanda por atendimentos *online*, tornando inviável manter um consultório presencial, principalmente por não ter mais procura presencial.

Eu abri esse consultório, já tava assim, já tinha bastante procura no *online*. Só que eu achava que não daria. Eu ainda não tava com a agenda totalmente fechada quando eu abri o consultório. Só que depois o *online* foi ficando cada vez mais forte. E já não tava, chegou um momento que eu não tinha mais nenhum presencial, eu só tinha *online.* E os custos é alto pra você manter a clínica, né? E aí eu falei, bom, do jeito que tá, não compensa. Compensa o quê? Se aparecer algum presencial, eu subloco uma sala aqui na minha cidade e eu atendo na sala sublocada, né? E aí foi assim. Eu também encerrei o consultório, foi no ano passado. Foi o começo desse ano. É, acho que o contrato foi o começo desse ano que encerrou. E aí eu encerrei esse contrato e aí hoje eu tô 100% online. Hoje todos os meus pacientes, eles são *online.* (Ieda)

Ambos os relatos evidenciam a necessidade de adaptação constante dos profissionais para atender às demandas emergentes e às transformações no cenário psicológico contemporâneo. Outro aspecto encontrado foi as imbricações do atendimento *online*. Maria, Ieda e Flor discutiram o desafio do atendimento nessa modalidade, destacando o impacto de estar constantemente em casa após as sessões.Ao abordar esse tema, é possível estabelecer conexões com as análises de autores como Bauman (2005), que explorou as mudanças na natureza dos espaços sociais na era contemporânea. A transformação do espaço doméstico em local de trabalho e atendimento psicológico online pode ser compreendida sobre a fluidez dos limites entre o público e o privado na modernidade líquida.

A participante Maria ainda acrescenta preocupações sobre o futuro do atendimento *online*, destacando a incerteza sobre a evolução dessa modalidade de trabalho.

As pessoas me perguntam, né, como que é atender *online,* porque às vezes a pessoa vai falar, nossa, deve ser muito bom você atender só *online,* né, só que o impacto também, você estar na sua casa, você trabalhar na sua casa todos os dias, é muito grande. Assim, eu coloco assim que é um dos únicos pontos negativos, mas ele é um ponto negativo muito forte. Eu não sei se é todo mundo que tem isso, mas eu vejo que tem muito impacto, assim, porque você tá na sua casa, você sai do atendimento, você tá na sua casa, você almoçou, você se prepara, aí depois você entra no quarto pra atender, aí você terminou de atender, você sai, você tá na sua cozinha, aí você volta, você tá na sua sala, e isso toda semana. É meio difícil, assim, tem impacto complicado, assim, acho que tem que, cada um tem que fazer suas adaptações, né. Aqui onde eu mudei, graças a Deus, tem uma reserva ambiental do lado da minha casa, então tem um monte de árvore, um monte de coisa, então às vezes eu tô esgotada assim lá dentro do que eu chamo de consultório *online*, do meu consultório *online*, eu saio assim, vou ver uma natureza, vou ver alguma coisa pra dar aquela espairada, né. Porque é uma coisa você sair, igual eu falei, você pega o carro, você vai pra clínica, acontece coisas, aí você entra no prédio, você fala com o fulano e ciclano, você vê mais pessoas, e você vê secretária, então assim, é bem mais dinâmico, agora no *online*, você tá dentro da sua casa, você sai, você tá ali, você entra, você tá ali, então é um impacto diferente, então é uma das coisas que eu sempre falo assim quando a pessoa pergunta assim do atendimento online. Eu acho maravilhoso, né, não que isso sobressai, só que é um ponto a se pensar, o lugar que você fizer de consultório *online* tem que ser bem aconchegante pra você, porque você vai ficar muito tempo ali, né, e por ser dentro de casa, ele tem que ser um pouco diferente dos outros locais, assim, pra você dar aquela, entender, pro cérebro entender, ó, pausou, você vai ali e ta. (Maria)

Atender *online*, embora tenha suas vantagens, traz consigo desafios significativos, conforme discutido na entrevista. A profissional destaca um dos pontos negativos mais marcantes: o impacto psicológico de trabalhar em casa diariamente. O constante vaivém entre o ambiente terapêutico *online* e os espaços pessoais, como a cozinha ou a sala, pode ser desafiador, exigindo adaptações individuais. A entrevistada enfatiza a necessidade de encontrar estratégias para lidar com essa transição constante, mencionando a importância de um ambiente de trabalho aconchegante. Ela compartilha sua prática de recorrer a uma reserva ambiental próxima para espairecer após as sessões *online*, ilustrando a importância de encontrar momentos de desconexão e reconexão com a natureza para mitigar o impacto dessa dinâmica intensa. Essa reflexão ressalta que, mesmo com as facilidades dessa modalidade de atendimento, é crucial cuidar do aspecto psicológico e criar um ambiente propício para garantir o equilíbrio entre a vida profissional e pessoal. Ieda acrescenta mais dados à discussão.

Eu sempre penso assim, às vezes eu vejo que eu fico muito em casa, no quarto, às vezes eu saio assim de casa e falo, meu Deus, eu preciso sair. Eu preciso sair. Às vezes dá uma de mim e fala, meu Deus, eu preciso nem for la fora. Porque você fica muito tempo fechado, né? Não tem esse negócio de na clínica, você sai, você arruma, vai, pega o carro, sai. Então eu gosto, porque ao mesmo tempo que tem um espacinho de tempo, eu vou, faço alguma coisa em casa, tal. Mas também às vezes dá esses momentos que eu tenho que sair. Mas eu vejo que pra mim é a melhor coisa que tenho. Não voltaria pra presencial, porque pela comodidade, até financeiramente, né? Porque os custos de uma clínica é mais alto. Então se você pode tirar isso e tá dando certo, acho ok. A única questão é que assim, às vezes me dá um pouco de receio de até onde isso vai, né? Que o *online* dizem que com o tempo tende a expandir, mas eu ainda tenho esse medo, assim. (Ieda)

Ela expressa a sensação de, por vezes,sentir-se confinada em casa, reconhecendo a necessidade de sair e buscar um respiro fora do ambiente terapêutico *online*. Essa dinâmica contrasta com a conveniência e os benefícios financeiros que ela encontra no atendimento remoto, sublinhando uma preferência pelo modelo *online* em comparação ao presencial. A profissional ressalta a ponderação constante sobre o futuro do atendimento remoto, revelando preocupações quanto à sua expansão e evolução ao longo do tempo. Outro ponto a ser discutido é trazido por Flor:

Eu acho que não consigo muito distinguir tipo Flor pessoa, da Flor psicóloga porque elas atuam no mesmo lugar e isso é bem complicado às vezes porque eu não tenho outros assuntos, então se você senta pra conversar comigo eu vou falar sobre Psicologia. Isso é uma coisa que eu quero mudar pros próximos anos, mas por enquanto eu entendo que o investimento que a clínica pede é muito alto (...) Eu acho fantástico, eu sou muito grata, assim, a possibilidade de trabalhar da minha casa, principalmente eu que já peguei muito ônibus na vida, eu acho maravilhoso eu poder levantar, fazer meu café, no intervalo ir ali, estender uma roupa, então assim, eu acho maravilhoso o ato de trabalhar em casa, eu não tenho vontade de ter um escritório fixo, assim, fora, tenho vontade de aperfeiçoar o meu, né, então eu quero um dia ter um isolamento acústico, né, não ter essa porta aqui no fundo, mas assim, eu acho maravilhoso o atendimento *online.* (Flor)

A visão de Flor sobre a interação entre sua identidade pessoal e profissional destaca um desafio comum enfrentado por muitos que trabalham em casa. Ela reconhece a dificuldade em separar a "Flor pessoa" da "Flor psicóloga", já que ambas coexistem no mesmo espaço. Esse desafio ressalta a importância de estabelecer limites claros entre o trabalho e a vida pessoal para garantir um equilíbrio saudável. Flor expressa gratidão pela oportunidade de trabalhar em casa, destacando a comodidade e flexibilidade proporcionadas pelo atendimento *online*, especialmente em comparação com desafios passados, como o deslocamento diário. Inclsuive, a entrevistada compartilhou sua gratidão pela flexibilidade proporcionada pelo atendimento remoto, incluindo a comodidade de trabalhar em casa e a economia de tempo para os pacientes.

Eu acho fantástico, os pacientes também falam muito sobre, tipo, nossa, o tempo que eu perderia no deslocamento, então eu acho que isso contribuiu até para a desmarcação de consultas, eu acho que é muito pouco, apesar de acontecer, eu acho que no presencial aconteceria mais, assim, a gente consegue abranger pessoas de qualquer lugar, então pessoas que estão fora do país você consegue atender, as idades também não interfere, porque eu tenho pacientes de 16, mas eu tenho pacientes de 62 anos, então acho que não muda muita coisa não. (Flor)

No entanto, Flor enfatizou a necessidade de ter uma percepção aguçada durante os atendimentos *online* para captar nuances não verbais dos pacientes.

Eu acho que você não perde no aspecto de analisar o teu paciente, porque como eu falei, você precisa ter uma boa articulação para você conseguir pegar coisas que não são ditas, que não são vistas, e isso fica muito claro no atendimento *online* também, por exemplo, pacientes deprimidos, eles nem vão sair da cama para atender você, eu tenho pacientes que nem escovam os dentes para falar comigo. Isso eu consigo fazer, e isso eu consigo perceber que ele não tá bem, então essa percepção do “ah, no presencial você tem uma percepção total”, isso é verdade, mas no *online* você não perde tanto, mas a tua percepção tem que estar bem aguçada também para você não perder pontos. Então eu não vejo pontos ruins no atendimento *online*, acho que o vínculo você consegue estabelecer perfeitamente, só que você também tem que dar uma quebra de gelo inicialmente, não o paciente fazer isso, e para o atendimento de adolescente eu já não acho tão benéfico, porque eu acho que o adolescente ele precisa, às vezes, de um pouco mais de incisão, assim, para o vínculo terapêutico, e para a infância eu acho que nem tem como, então, mas de resto. (Flor)

Em linhas gerais, Flor avalia de maneira positiva a modalidade de atendimento *online*,evidenciando sua habilidade em estabelecer conexões terapêuticas eficientes e sublinhando a importância da adaptabilidade em diversos contextos terapêuticos. Os relatos compartilhados proporcionam uma visão abrangente das experiências dos psicólogos, explorando aspectos tanto pessoais quanto profissionais e tecnológicos em meio às transformações do cenário de atendimento, impulsionadas pela pandemia e pela transição para práticas *online*. Diante desse novo paradigma do trabalho contemporâneo, os profissionais de Psicologia enfrentam o desafio de integrar habilidades adaptativas, cuidado psicológico atento e a busca constante por estratégias eficazes. Essa integração visa não apenas aprimorar a qualidade dos serviços oferecidos, como também preservao próprio bem-estar desses profissionais em um ambiente de trabalho em constante evolução.

No entanto, fica claro que o preço pago pelos profissionais é alto.Parte superior do formulário Ana Paula compartilha a pressão de manter uma presença constante nas mídias sociais, mesmo em dias em que não se sente bem. Destaca a dualidade de ter que mostrar uma imagem positiva, mesmo quando não está se sentindo assim.

Quanto estar *online*, o tempo todo demanda muito da gente. E às vezes, por exemplo, você não está no dia legal, mas todo você grava *stories* sorrindo, falando como está sendo o seu dia, o que você vai fazer no seu dia, mostrando o seu café da manhã. Mostrando o exercício do dia. Mas é um dia que talvez você não esteja bem para isso. E nem todo dia, mesmo sendo psicólogo, mesmo sendo profissional da saúde. Às vezes, a gente não está bem para isso. Para aparecer assim. Um dia que está de saco cheio. Cara, mas eu preciso aparecer. Porque minha página... Então, eu vejo que tem dois lados. (Ana Paula)

Ana Paula destaca uma faceta desafiadora da presença *online*, revelando que o custo emocional pago pelos profissionais é significativo. Ela compartilha a pressão que enfrenta para manter uma presença constante nas mídias sociais, mesmo nos dias em que não se sente bem. Essa situação ressalta o conflito entre a necessidade de manter uma imagem positiva para a audiência na *internet* e a autenticidade emocional dos profissionais, evidenciando os desafios emocionais inerentes a essa dinâmica.

Outro desafio dito pelos profissionais é destacado por Sônia; ela diz que há uma exposição constante, trazendo a ideia da mídia social como vitrine, relatando também que há demanda de pessoas por respostas em horários não convencionais, como à noite ou de madrugada. Ela observa que, muitas vezes, essas mensagens ocorrem durante crises emocionais.

E a exposição 24 horas, porque tem pessoas que mandam mensagens de noite, de madrugada, então é o tempo todo ligado nisso (...) É engraçado, aparece muita gente de madrugada. Eu acho que daí é quando a pessoa está mal, às vezes momentos que bate alguma crise, e depois eles te procuram. (Sônia)

Em consonância com Sônia, Karine menciona a dificuldade em estabelecer limites de horário, especialmente com o uso do *WhatsApp*, destacando a importância de definir limites, reconhecendo a complexidade de separar o profissional do pessoal,principalmente quando se trata de emergências. Outro ponto destacado é que o “estar disponivel *online*” não é contabilizado como horas de trabalho, embora deveria ser. Ela enfatiza a importância do contato pelo *WhatsApp* para manter o vínculo terapêutico.

O limite também em relação a horários no *WhatsApp*, então parece, às vezes, que você trabalha realmente. Por isso que eu falei que eu não sei contabilizar quantas horas eu trabalho, porque o *WhatsApp*, terçafeira de manhã, às vezes eu pego e fico só respondendo *WhatsApp*, e é isso que faz. Então, eu estou colocando que a noite, a partir de um certo momento, eu não respondo nada, no final de semana, se eu ver que não é uma crise, que a pessoa consegue aguentar, eu espero segunda-feira. Só que é um limite que eu ainda tenho uma certa dificuldade, eu acho, envolvendo o cliente em si (...) Eu não consigo ver a possibilidade de separar o profissional do pessoal, porque realmente se alguém tiver alguma crise, se precisar, se for emergência, e eu não estiver com o celular profissional, aí também não adianta. Então, eu não consigo separar (...) Eu não vou cortar isso, porque eu acho que é importante para o vínculo terapêutico também (...) Muita gente entrou e manda a mensagem pelo *WhatsApp* questionando tudo, para explicar como funciona (...) realmente que tem clientes às vezes que quer todo horário em relação ao *Meet.* Teve uma até que ficou brava, porque eu falei que não podia e não iria atender ela sábado à noite ou domingo de manhã. (Karine)

Kátia traz pontos semelhantes aos de Karine, ao destacar a falta de limites, mencionando a recepção de mensagens de pacientes a qualquer hora do dia, inclusive de madrugada. Ressalta que esse fato pode ser problemático, pois não há um horário de funcionamento claro.

Você não tem limite. Você atende do mundo todo (...) éuma loucura. Às vezes, três horas da manhã, você acordou e no outro dia tá lá uma mensagem de um paciente, querendo saber sobre o trabalho. Como que é seu trabalho. E isso até é um problema, né? Porque não existe limite. Não tem tanto mais um horário de funcionamento.

Esse ambiente imbricado de trabalhogera profissionais que nunca conseguem efetivamente descansar, gerando exaustão e cansaço. Deucy compartilha sua experiência de exaustão e a necessidade de estar sempre disponível. Ela destaca que está buscando se cuidar e encontrar um equilíbrio: “Mas eu estava muito cansada, tinha que estar ali, disponível... mas eu estou me consertando”.

Para o autor Han (2015)a sociedade contemporânea é marcada pelo excesso de informações e comunicação instantânea, contribuindo para a fadiga mental e estresse. Seu conceito de "sociedade do cansaço" pode ser aplicado à sobrecarga mental resultante do uso excessivo das mídias sociais e jornadas de trabalho exaustivas, que muitas vezes exigem uma constante atenção, interação e desempenho. Acultura contemporânea da produtividade e da comunicação constante gera uma sobrecarga mental, a incessante busca por eficiência, sucesso e visibilidadecontribui para uma fadiga psicológica generalizada.Han (2015, p.18) explica sobre esse fenômeno.

O excesso de positividade se manifesta também como excesso de estímulos, informações e impulsos. Modifica radicalmente a estrutura e economia da atenção. Com isso se fragmenta e destrói a atenção. Também a crescente sobrecarga de trabalho torna necessária uma técnica específica relacionada ao tempo e à atenção, que tem efeitos novamente na estrutura da atenção. A técnica temporal e de atenção multitasking (multitarefa) não representa nenhum progresso civilizatório. A multitarefa não é uma capacidade para a qual só seria capaz o homem na sociedade trabalhista e de informação pós-moderna. Trata-se antes de um retrocesso. A multitarefa está amplamente disseminada entre os animais em estado selvagem. Trata-se de uma técnica de atenção, indispensável para sobreviver na vida selvagem.

Esse custo da visibilidade *online* gera aos profissionais um grande desgaste emocional, ressaltando a necessidade de autocuidado e delimitação de limites. No entanto, esses temas podem ser sensíveis aos recém-formados, pois, por ainda estarem imaturos, sentem-se compelidos a aceitar tudo a fim de se consolidarem na profissão. Portanto, esses relatos refletem a complexidade da prática *online* na área da Psicologia, destacando a necessidade de estabelecer limites claros, encontrar maneiras de preservar o bem-estar dos profissionais e lidar com as expectativas e demandas constantes das mídias sociais e dos pacientes.

**Benefícios e malefícios das mídias sociais**

As narrativas dos profissionais de Psicologia destacam a presença expressiva das mídias sociais como ferramenta estratégica na divulgação e promoção de suas práticas clínicas. Ana Paula ressalta que as mídia sociais possibilitam uma rápida visibilidade e quebram barreiras físicas, proporcionando o alcance a pessoas de diferentes lugares. Ela destaca que a modalidade*online* serve como um cartão de visita, permitindo que as pessoas avaliem seu estilo e abordagem.

Elas tornam você conhecido de uma forma muito rápida. E rompem algumas barreiras. As barreiras físicas (...) Mais do que a mídia social, que a mídia social é mais realmente um primeiro contato. Um cartão de visita ali. E as pessoas veem e te avaliam o seu jeito, o que você posta, o que é, e tudo mais. A gente se torna mais conhecido, é uma ótima ferramenta para ter um alcance maior do que o físico, você alcança mais pessoas, mais pessoas conhecem você. A chance as pessoas se identificarem com você é maior. Se você alcança mais pessoas, tem mais probabilidade das pessoas se identificarem ou não com você. Tem essa questão de realmente romper com o físico. Você pode conhecer pessoas de vários lugares. Isso pode se tornar muito bom. Porque às vezes você consegue ter acesso a lugares que você não tem como estar em São Paulo agora, mas no *online* tem como e alguém de lá quer que eu atenda. Então, é legal, realmente dá para fazer isso. Então, eu acredito que esses são os maiores benefícios. (Ana Paula)

Alex concorda com a posição de Ana Paula, enfatizando o potencial de projeção alcançado por meio das mídias sociais e apontando que pessoas de outras cidades podem conhecer e acompanhar seu trabalho. Essa visibilidade *online*, segundo ele, contribui para atrair pacientes de locais distantes: “Benefícios, é onde você consegue se projetar, as vezes pessoas de outra cidade que estão vendo o seu trabalho, e isso traz paciente de fora, é uma forma dessas pessoas estarem acompanhando meu trabalho” (Alex).

Ieda também destaca a diversidade geográfica de seus pacientes *online*, evidenciando a capacidade de atender pessoas de várias partes do país.

E é legal que a gente tem pessoas de vários lugares do país. Então... eu tenho pessoas que eu atendo de Recife (...) de Minas. Então até... aqui do Sudeste também, de São Paulo também. Então a gente acaba tendo assim de tudo, eu vejo que tem bastante predominância ali no Nordeste e aqui do Sudeste no máximo, nunca atendi ninguém do Sul. (Ieda)

Maria enfoca a possibilidade de atender pacientes fora do país, ampliando significativamente seu alcance e oportunidades.

Olha, eu acho que o benefício é justamente, te proporciona falar com pessoas do mundo inteiro, né, por exemplo. No *online* eu atendo pessoas até fora do país, brasileiros que estão fora do país e que viu no *Instagram*, que se identificou de alguma forma e falou quero fazer terapia e faz, né. Então eu acho uma oportunidade muito legal, porque presencialmente, quando você atende presencial, eu acho que é mais difícil você conseguir, eu acho que, lotar a sua agenda, né, colocar a sua agenda cheia, porque as pessoas presencialmente precisam ir até você, no *Instagram*, você tá ali e você, qualquer pessoa pode ver, então eu acho isso muito positivo. (Maria)

Flor também aponta benefícios como a amplificação da prática, possibilitando o atendimento remoto a pessoas de qualquer lugar. Ela destaca a importância de permitir que os pacientes conheçam o profissional antes de marcar uma consulta, enfatizando a transparência e a liberdade na escolha do terapeuta.

Eu acho que de benefícios que ela traz é essa amplificação, porque, assim, o atendimento remoto possibilitou a gente atender gente de qualquer lugar, de qualquer país, o que, tipo assim, isso é fantástico, isso realmente é uma coisa muito benéfica da *internet.* Outros pontos, assim, eu acho que a conexão de, tipo, o paciente ter hoje a liberdade de saber se ele vai querer se tratar com você ou não, porque ele pode te conhecer antes de marcar uma consulta com você, então eu acho que isso é um ponto muito positiv. Porque por exemplo, se eu for marcar hoje uma consulta médica, eu vou procurar um médico, eu quero saber o que ele faz, até para saber se eu vou gostar da consulta dele ou não. Se eu vou participar de uma entrevista, eu procurava também um entrevistador, não era só ele que ia me procurar, eu também queria saber quem era ele. Então, eu acho que essa questão da busca, do conhecer, do saber um pouco dos bastidores, da vida da pessoa, eu acho que é um dos benefícios. Fora o conhecimento que você pode proporcionar para as pessoas, então, coisas simples, tipo, sono, gente, dormir é importante, higiene do sono, uma coisa básica, você pode passar esse tipo de conhecimento facilitado para as pessoas sem, sei lá, para eles não precisarem pagar uma consulta no Psiquiatra para receber um panfleto de saber como dormir, então, esse acesso à informação. (Flor)

Os psicólogos destacam a influência significativa das mídias sociais na visibilidade e expansão de suas práticas profissionais. Ana Paula e Alex ressaltam as mídias sociais como uma vitrine inicial, permitindo que potenciais pacientes avaliem seus estilos e abordagens. Eles concordam que o ambiente *online* proporciona notoriedade rápida, ultrapassando barreiras físicas e conectando-se a uma audiência mais ampla. Essa exposição na *internet* quebra barreiras geográficas, permitindo atendimento a públicos em diferentes lugares, inclusive internacionais, como evidenciado por Ieda e Maria. Além disso, Flor destaca benefícios adicionais, como a amplificação da prática e a capacidade de oferecer atendimento remoto globalmente. A transparência na escolha do terapeuta e a facilidade de compartilhar conhecimento são consideradas vantagens, tornando a prática *online* não apenas uma ampliação da visibilidade profissional, como também uma oportunidade única para interagir com uma audiência diversificada.

Enquanto isso, a psicóloga Sônia reforça a ideia de que, ao contrário do meio acadêmico, onde a audiência é limitada, as mídias sociais oferecem uma plataforma ampla para se conectar com um grande número de pessoas. Ela sugere que esse alcance pode resultar na atração de pacientes, destacando a capacidade de se posicionar e diferenciar-se dos demais profissionais.

Pensa cem pessoas, eu não sei, mas eu acho que um texto no meu acadêmico nunca foi lido por cem pessoas, mas na rede social é muito fácil de ser lido por cem pessoas. Eu acho que chega paciente, às vezes chega. Você conseguir se posicionar, se diferenciar dos outros profissionais, acho que seriam esses os benefícios. (Sônia)

Karine, por sua vez, destaca benefícios mais relacionados às trocas e reflexões que ocorrem nas interações *online*, ressaltando a importância do contato com as pessoas. Sua ênfase está nas conexões e no suporte emocional que pode ser oferecido por meio das mídias sociais. “Benefício são os contatos com as pessoas, as trocas que acabam tendo. Poder ajudar de alguma forma, que for com reflexão, entre as pessoas, eu acho que ficaria mais nessas questões, ou então quando acaba surgindo um cliente por meio dela também” (Karine).

Kátia enxerga vantagens na capacidade de propagar informações relevantes, contribuindo para a vida das pessoas e destaca o poder das mídias sociais em disseminar conhecimento e criar comunidades identificáveis.

A vantagem, né, você consegue chegar em mais pessoas, então seu trabalho passa a ser mais conhecido, e você, não só por isso, você consegue ajudar mais pessoas. Então, às vezes, uma pessoa escutando um *podcast* ou lendo um post meu ou o *story* de uma caixinha de pergunta do meu Instagram, pode, sei lá, ter um insight e mudar alguma coisa na vida dela. Seja pra começar um exercício físico, pra tomar uma decisão de terminar um relacionamento, isso pode acontecer. Então, eu acho que isso é muito legal, essa forma como as redes contribuem pra vida das pessoas nesse sentido de propagar informação, de fazer elas acharem um grupo ali que elas se identificam, que elas se sentem em casa. (Kátia)

Aline, embora não utilize tanto as mídias sociais, percebe o benefício na divulgação, ressaltando a oportunidade de mostrar suas práticas e chamar a atenção para o que está fazendo: “Olha, como eu não utilizo tanto, tanto, então, sim, eu consigo ver, mas não é tanta coisa. Acho que o benefício é isso, a divulgação. É você estar mostrando aquilo que você está fazendo, e chamando a atenção para isso” (Aline).

A ampliação do alcance geográfico, possibilitando uma visibilidade que transcende fronteiras físicas, incluindo o atendimento a pacientes de diferentes regiões e até mesmo internacionais, é destacada como uma vantagem significativa pelos profissionais. Além disso, a capacidade de diferenciação e projeção profissional por meio das mídias sociais emerge como um benefício valioso, influenciando a atração de pacientes e o estabelecimento de conexões sólidas. Os profissionais também ressaltam os aspectos mais humanos das interações *online*, enfatizando as trocas e o apoio emocional proporcionados por meio dessas plataformas.

Agora iremos nos debruçar, a fim de verificar os aspectos negativos, para que se possa explorar vários aspectos desafiadores associados ao uso dessas ferramentas na prática profissional, especialmente na área da psicologia. Aqui estão alguns pontos importantes destacados por eles:

Ana Paula expressa a exaustão associada à manutenção de uma presença constante nas mídias sociais. A pressão para assumir um papel e estereótipo nas plataformas, somada à busca pela gratificação imediata, pode gerar desgaste emocional.

Sinceramente é cansativo estar nas mídias sociais... estar nas mídias sociais é cansativo. Então eu não consigo, literalmente, manter um padrão, nas mídias sociais, algumas épocas eu estou mais ativa outras não. Agora é um momento que eu não estou muito ativa com a minha página e tudo mais. É um tempo que eu estou mais no *off.* Eu vejo o quanto é importante estar no social, nas midias sociais, porque hoje em dia parece que se você não está *online,* você não existe (...) É cansativo assumir um papel lá, assumir um estereótipo lá. Porque para estar numa midia social, você fala de estereótipos, você não fala do real. Então, como profissional, estar numa mídia social é difícil, tanto eticamente, porque não tem parâmetros éticos que falem isso, quanto pessoal. Quais são os limites pessoais meus de estar lá como profissional? (Ana Paula)

A narrativa de Ana Paula oferece uma visão crítica e sensível sobre os desafios éticos e pessoais enfrentados pelos profissionais ao navegarem no ambiente *online*, destacando a tensão entre as expectativas sociais e os limites individuais.O contraste entre o imediatismo *online* e a lentidão da vida real é outro ponto apontado como um desafio.

O quanto ser imediato, muitas vezes, essa gratificação faz a gente querer estar mais lá, e se tornar realmente bom. E o quanto, às vezes, isso é doentio na vida real. Porque na vida real a gente não tem a gratificação imediata. A gente não faz uma palestra num dia e no outro dia aparece 20 pacientes na sua porta, porque gostaram da sua palestra. É igual, por exemplo, você posta um *Reels* com 20 seguidores na mesma hora, não é assim na vida real, as coisas são bem diferentes, as coisas levam tempo para acontecer (...) a gente fica um pouquinho impaciente com o real. Porque o real não é imediato. Às vezes a gente busca estar sempre no *online*, porque está no real que as coisas são mais lentas, a gente não banca. (Ana Paula)

A psicóloga Ana Paula ainda complementa:

O profissional que quer o imediatismo e o paciente que também quer o imediatismo, ele quer a solução agora. Ele não quer entender que é um processo, ele quer a receitinha do bolo, ele quer a receita mágica pra curar o sofrimento dele... é porque ele também não banca. Tem muitas pessoas que o *online* realmente, ele tira as barreiras físicas. Então você conhece pessoas do mundo inteiro. Mas tem muitas pessoas aí que, ah, cara, eu encontrei um psicólogo lá que tem 40 mil seguidores, se tem 40 mil seguidores, é um bom profissional, vou marcar um horário com ele, ele vai resolver meu problema. Não busca conhecer a fundo, às vezes ver o currículo desse profissional, conhecer melhor ele pra saber se ele realmente é um profissional qualificado (...) Mas ela quer pra agora, então eu não tenho tempo de ficar pesquisando se o profissional é bom ou não, ele vai me dizer isso se ele resolve o meu problema. A gente tá querendo encaixar o mundo virtual no real, então as pessoas precisam me reconhecer e reconhecer o meu valor agora, precisa ter resultado agora. (Ana Paula)

Enquanto isso, Alex fala sobre a mercadorização da Psicologia. Ele destaca a crítica sobre a transformação do serviço terapêutico em produto, com a promoção de técnicas isoladas e a abordagem da psicoterapia como um produto comercializável. Isso, por vezes, pode distorcer a integridade do processo terapêutico.

A profissional Karine aborda o impacto emocional da comparação constante e da autocobrança nas mídias sociais.

E aí também começou a me pegar muito a comparação, né, dentro das mídias sociais, e também essa questão de gatilho em si (...) vira e mexe eu pego um rancinho da plataforma, porque se dedica ali fazendo uma arte, uma postagem, e aí depois não dá pra continuar. Depois você posta e não tem retorno, não é nem retorno de cliente, é retorno de visualização, mas eu não sei, o cliente chegou até as pessoas e aí desanima bastante (...) Dentro do *Instagram* tem muita gente que fala, “ah eu consegui lotar minha agenda em seis meses, cobrando o valor do CRP” e a realidade que eu vejo, pelo menos a minha realidade é totalmente diferente disso. Eu gosto de conversar sobre pra até me ajudar a colocar meu pezinho no chão e não ficar me comparando porque as realidades são diferentes. E o *Instagram*, os casos de sucessos, realmente às vezes fala nossa, quero igual, só que o igual também é uma construção que não vai ser igual. Os malefícios é a autocobrança que acaba surgindo, a comparação que também acaba surgindo, outros pontos que vem nessa questão mais emocional mesmo, de um peso que acaba sendo estar tentando sempre se encaixar, se adequar àquilo que é colocado. Trazendo de alguma forma sua autonomia, sua autenticidade. Só que em contrapartida você tem que encontrar dentro dessa autenticidade algo que, você sempre tem que ter algo a ser compartilhado, a ser trazido enquanto reflexão. Teve até um dos posicionamentos que falaram de pegar o celular e falar tranquilo sobre alguma coisa, uma reflexão que trouxe do dia. Mas a gente trabalha todo dia, não vai ter uma reflexão bonitinha todos os dias. Porque para mim não é autêntico da minha parte, se eu fizer isso. Então, a dificuldade das consequências seria realmente o se encontrar dentro das mídias sociais, dentro dessas exposições, dentro da autossabotagem que às vezes também acontecia. (Karine)

A psicóloga Sônia também comenta sobre isso“A cobrança de você estar nesse lugar, de estar cumprindo metas e estar cumprindo formas de exportar o trabalho e a exposição 24 horas”. A busca incessante por resultados imediatos e a comparação com casos de sucesso podem gerar ansiedade e desânimo. O tempo necessário para criar uma presença autênticanas mídias digitais é ressaltado como um desafio significativo. Ana Paula, Ieda, Maria e Kátia dizem:

Mas eu não uso incessantemente as mídias sociais como forma de divulgação no meu trabalho. Porque me faz mal, eu já percebi que me faz mal como pessoa. Porque eu fico refém, eu realmente fico refém da gratificação imediata. E entro num ciclo de cobrança. Então eu decidi que eu não vou estar 100% *online* sempre (...) Como malefícios, eu vejo um pouco dessa questão da gratificação imediata, que é boa, mas também é ruim. Porque a gente se torna refém da produção de conteúdo. Porque a gente precisa estar produzindo conteúdo o tempo inteiro. Porque se a gente não produzir o conteúdo, tem ainda a opção que você pode flopar. Se você não manter a mesma produção que você mantém todos os dias pode ser que você flope. Então menos pessoas vão te ver e aí você pode não se tornar mais visto, então, pode ser que num dia ruim você se force a produzir um conteúdo para não flopar. (Ana Paula)

Então, eu via que aquilo não estava me fazendo muito bem, eu ficar olhando aqueles *instas* de psicólogos que produziam bastante conteúdos e tal. Porque eu ficava meio que me comparando, sabe? Eu tenho que fazer isso e um pouco mais. Eu vejo que é algo que a gente vai ter que acabar entrando né?! (Ieda)

O malefício é justamente essa questão de se comparar, você olha e fala, nossa, talvez eu deveria ter mais resultados, às vezes você faz um *post,* você acha que, nossa, aquele *post* vai ter bastante curtida e não tem, mas fala pro público, mas será que o que eu fiz de errado? Aí tem que analisar, será que não é o que meu público quer, será que a forma que eu escrevi não tá legal, será que o título não foi chamativo, então assim, é um impacto muito além da profissão Psicologia em si, né. (Maria)

Tem a questão de que existe muita comparação. Então, essa é uma dificuldade, né, até mesmo pra mim, porque eu não estou isenta de me comparar com outras pessoas. É claro que eu me comparo com psicólogas com 15 anos de formada, mas isso não é bom? Então, eu acho que esse é um lado negativo das mídias sociais, porque a gente pode fazer muita coisa boa, mas dá pra fazer muita coisa ruim, muito estrago também. Quando você se compara, você fica se diminuindo, e aí, às vezes, você não mantém seu trabalho ali na rede, e aí tudo que você está pensando, querendo ou não, acontece, né? (Kátia)

Como resultado dessa constante comparação, Maria destaca a sobrecarga decorrente da gestão independente das mídias sociais, envolvendo a criação de conteúdo, interação com seguidores e a administração da clínica. A solidão da clínica é transferida para as mídias sociais, acrescentando um aspecto emocional desafiador.

E é muito sozinho, né, a clínica é um pouco mais sozinha, mas aí nas mídias sociais também, se bem que tem profissionais que tem equipe que ajuda e tal, mas se não tiver acaba ficando bem sobrecarregado, né, daí você atenta. Você faz todas as questões da clínica, tem que pensar em post, tem que pensar na legenda, tem que pensar na arte, nossa, é difícil. (Maria)

Outro ponto citado foram os desafios éticos e plágios de conteúdo das mídias. Ana Paula menciona a falta de parâmetros éticos claros para profissionais nas mídias sociais, levantando a questão do plágio. A entrevistada disse que um homem plagiava a dissertação de uma doutora mulher e tinha um *Instagram* com muitos seguidores, enquanto a profissional criadora do conteúdo não tinha visibilidade. O plágio pode não apenas prejudicar a originalidade do trabalho, como também gerar desvalorização profissional. Kátia relatou a experiência de ter seu conteúdo plagiado, destacando também a desvalorização profissional associada a essa prática. A comparação constante com outros profissionais pode levar à diminuição da autoestima e do reconhecimento do próprio trabalho.

Um outro problema que eu vejo é a questão de que parece que as mídias sociais é terra de ninguém, mas não é, né? Mas parece. Eu, recentemente, passei por um... Recentemente, não, faz muito tempo, mas recentemente eu tomei uma atitude em relação a isso. Tinha uma pessoa que me plagiava, então, literalmente, ela copiava tudo do que eu escrevia nas caixinhas de pergunta, ela não mudava nem vírgula nem ponto, e ela repostava no *Instagram* dela sem me dar os créditos. E eu vi, isso já faz um ano que eu vejo e eu não faço nada. A pessoa já, ela tinha me silenciado, mas eu ainda conseguia ver por que tinha gente que me mandava. Então, eu sei que isso acontece, e eu acho que isso é muito ruim, porque querendo ou não, a gente se sente desvalorizado. É claro que você olha pra cópia e muita gente pode pensar “nossa, ela tá copiando, é porque ela gostou”, mas isso não é legal, isso não tá valorizando meu trabalho, porque ela tá pegando e fazendo como se fosse dela. Por quê? Porque as pessoas acham que é terra de ninguém, mas não é. A gente tem que fazer algo em relação a isso, então tem que ter muito cuidado também nas mídias sociais. (Kátia)

Outro acréscimo aos pontos negativos é trazido por Flor, que observa o acesso irrestrito à informação nas mídias sociais pode levar à proliferação de pseudociências. A falta de capacidade de discriminação entre conteúdo confiável e enganoso pode impactar negativamente os pacientes.

Um contraponto, eu acho que a parte negativa é justamente isso, porque o acesso à informação, como as pessoas são normalmente leigas, eles não sabem muito discriminar se isso presta, se isso não presta, então, a parte ruim é que o *pseudociências* ganham força, porque eles vendem muito bem. Se você tem uma arte bonitinha, se você fala bonitinho, às vezes você acaba vendendo só por isso, como eu já vi, tipo, lembro de uma moça mesmo que é *coach psicanalista,* umas coisas meio que sabe isso, confronta-se. Então, eu acho que essa questão da discriminação do que é bom e do que não é bom, assim, de informação, acho que isso é uma das coisas bem ruins, assim. (...) E já ouvi muitos absurdos, assim, em sessões, tipo, ai, a *coach psicanalista* fez uma live falando sobre energias quânticas, não sei o quê, então, umas coisas assim que é péssimo, e que mexe com os pacientes, né, porque conecta com a dor deles, então, isso é bem ruim, eu acho. (Flor)

Aline ressalta a sensação irrealista criada pelas mídias sociais, em que os recortes da vida são compartilhados. A discrepância entre a expectativa gerada pelas postagens e a realidade da jornada profissional pode distorcer a percepção da audiência.

E o malefício é, temos o recorte, do recorte, do recorte. Essa é a realidade. Então, passa ali, né, por exemplo, olha, to defendendo meu TCC. Aí você tem a fotinha linda,maravilhosa, toda sorridente. Mas ninguém tem noção do perrengue que foi para chegar até ali. Todo mundo olha ali, aí, que bacana, que legal. Tá, mas e aí? Eu acho que isso também acaba dando uma sensação irrealista para as pessoas, porque fica nessa questão de estar vivenciando essa realidade, e que não é uma realidade. Eu falo sempre da expectativa-realidade. Então, assim, o Instagram é só uma expectativa, porque é o recorte, do recorte, do recorte. Então, acho que isso seria o malefício, sabe. (Aline)

Os relatos dos profissionais de Psicologia evidenciam diversos desafios relacionados ao uso intensivo das mídias sociais na prática clínica. Destaca-se a ênfase nos desafios emocionais e no impacto na saúde mental dos profissionais, ressaltando a necessidade de priorizar o bem-estar psicológico diante das exigências das plataformas *online*. A ausência de parâmetros éticos claros nas mídias sociais revela a urgência de estabelecer limites éticos e profissionais para os psicólogos, considerando as complexidades da interação *online*. A discussão sobre a proliferação de pseudociências destaca a importância da conscientização sobre a ciência psicológica de modo ético. Enquanto os desafios específicos da prática *online*, como a dificuldade em equilibrar a gratificação imediata com a natureza mais lenta do processo terapêutico real, oferecem reflexões valiosas. Esses pontos combinados proporcionam uma visão abrangente dos desafios enfrentados pelos profissionais de Psicologia, sublinhando a necessidade de estratégias reflexivas e de manejo para promover uma prática clínica online mais equilibrada e sustentável, tema explorado no capítulo seguinte sobre saúde mental e subjetividade profissional.

Ao comparar o panorama positivo e negativo do impacto das mídias sociais na prática clínica dos profissionais de Psicologia, observa-se uma dualidade de desafios e benefícios. De um lado, a ampliação do alcance geográfico, a visibilidade além das fronteiras físicas, a diferenciação profissional e a diversidade na prática clínica destacam-se como vantagens significativas. A disseminação de informações, a criação de comunidades identificáveis e o apoio emocional *online* também contribuem positivamente para a vida das pessoas.Por outro lado, os desafios emocionais, o impacto na saúde mental dos profissionais, a ausência de parâmetros éticos claros e a proliferação de pseudociências representam obstáculos substanciais.

O resultado final aponta para a necessidade de abordagens reflexivas e estratégias de manejo eficazes para enfrentar os desafios emergentes. Priorizar o bem-estar psicológico, estabelecer limites éticos, promover a conscientização, além de buscar um equilíbrio entre as vantagens e desafios da prática clínica online são elementos cruciais para construir uma abordagem mais equilibrada e sustentável nas mídias sociais. Isso reforça a importância de um compromisso contínuo com a saúde mental e subjetividade dos profissionais de Psicologia ao incorporar as dinâmicas das plataformas online em suas práticas clínicas.

**Impressões Gerais**

Aqui foi possível verificar como os profissionais da área lidam com esses aspectos do trabalho em seu dia a dia da profissão. Esse assunto pode ser visto como um tema repleto de dualidade ao apresentar temas positivos e negativos das mídias sociais.A discussão sobre mídias sociais e plataformização apresentada neste capítulo trouxe à tona questões profundas sobre a natureza da comunicação e da interação humana na era digital. Fiquei especialmente impactado pela análise das implicações psicossociais das mídias sociais, incluindo seu papel na construção da identidade e na promoção da cultura do espetáculo. Em muitos aspectos, encontrei paralelos entre as experiências compartilhadas pelos profissionais da Psicologia e asminhas, além dos desafios de se manter autêntico e íntegro em um mundo cada vez mais orientado pela imagem e pela visibilidade.

Apesar da nossa primeira impressão de autovalorização das mídias, fui surpreendida com um conhecimento ainda analógico: as indicações. Ou seja, os profissionais de Psicologia dizem que seus trabalhos, consolidação do consultório, tiveram muito mais impacto do *networking* do que das mídias sociais em si. É relevante ter essa informação, pois ela vai na contramão do que se é vendido *online*, o que gera o questionamento: a quem se destina esse argumento? Que o sucesso, uma agenda cheia, só virá se houver a produção de conteúdo *online*. Claro, que a visibilidade, a expansão de fronteiras, são temas relevantes e significativos de serem pensados, no entanto, os profissionais aqui entrevistados a associaram à problemáticas e não apenas benefícios.

Outro tema significativo foi a quantidade de vezes que a palavra autenticidade foi trazida por esses profissionais, mais especificamente vinte e duas vezes, ressaltando a importância de ser autêntico, verdadeiro e balizado em seus próprios gostos, interesses, e não em roteiros predeterminados de sucesso e *scripts* de atuação. Isso demonstra o quanto os sujeitos desejam ser criadores da sua própria história ou demonstra um “mantra” presente na área da publicidade em Psicologia das mídias sociais e repetidos por nossos entrevistados?O aspecto que me chama a atenção é a necessidade de ser autêntico e apropriar-me da minha própria história. Este foi um caminho essencial para mim, possibilitado pela escrita e vivência da presente dissertação. Pode-se associar que, em um mundo tão formatado, ser verdadeiro consigo mesmo é um ato de rebeldia e resistência. Espero que os profissionais que desejam o mesmo consigam alcançar a autenticidade, ao apropriarem-se de sua própria história e, a partir desse ponto, construírem o futuro. Além disso, espero que este trabalho os ajude nesse processo, mostrando-lhes que não estão sozinhos.

Diante desse contexto, é ressaltado por Gaulejac (2014) que o indivíduo é moldado subjetivamente por sua biografia pessoal e pela história familiar e social. Além disso, o autor destaca uma das características fundamentais da espécie humana, que é a capacidade de cada indivíduo agir e realizar um trabalho sobre si mesmo. Isso possibilita a auto constituição identitária, permitindo que o sujeito se constitua como indivíduo. Gaulejac (2014) elucida: “Essa singularidade do funcionamento psíquico está no fundamento da capacidade do homem de mudar não a história passada, mas sua relação com essa história,isto é, a maneira como ela é atuante para ele, e com isso, desenvolver sua função de historicidade” (p. 34). Ainda, “Nesse sentido, o indivíduo é o produto de uma história na qual ele procura se tornar o sujeito” (p. 63).

A partir dessas compreensões e apropriações, os sujeitos poderão atuar de modo mais significativo nas mídias sociais e plataformas digitais, considerando especialmente os aspectos de saúde e subjetividade do trabalhador, que será o foco do próximo capítulo.

1. **SAÚDE E SUBJETIVIDADE DO TRABALHADOR**

Falar sobre saúde não se resume à ausência de doença; ao contrário, refere-se a uma condição resultante da interação entre o indivíduo e seu ambiente social e de trabalho. Dejours (2018)afirma que a saúde mental está intrinsicamente ligada ao contexto laboral e às relações interpessoais no ambiente de trabalho. Ele ressalta a importância de considerar fatores psicossociais, como as relações no trabalho e as condições organizacionais, na construção da saúde do trabalhador. Ao abordarmos saúde e sociedade, é necessário também mencionar Canguilhem (2009), que enfatiza: “É para além do corpo que se deve olhar para se julgar o normal e o patológico para este corpo. O que adoece não são apenas partes do corpo a sua totalidade. Há um adoecimento um mal-estar, que se estende para além dos limites do corpo, que esta na sociedade”.Ele ressalta que não é suficiente olhar apenas para o corpo isoladamente; é necessário considerar o contexto social mais amplo.

Canguilhem (2009) argumenta que o adoecimento e o mal-estar não se restringem às limitações físicas do corpo; esses fenômenos têm extensões para além do corpo individual e estão enraizados na sociedade. Problemas de saúde não são apenas questões físicas; eles têm dimensões sociais que influenciam e são influenciadas pelo contexto em que ocorrem. O autor Gaulejac (2014) sinaliza que individualizar o sofrimento como algo restrito ao sujeito é inadequado, pois tira a responsabilidade social das coisas, levando os sujeitos a lidarem com os problemas de modo individual e não coletivo.

No Brasil, o entendimento abrangente de saúde, incorporando o contexto de trabalho como uma dimensão significativa, foi solidificado na década de 1990 com a implementação do Sistema Único de Saúde (SUS), resultado da Reforma Sanitária Brasileira. Esse marco histórico coincidiu com a promulgação da Constituição de 1988, que estabeleceu a saúde como um direito de todos e uma responsabilidade do Estado. A institucionalização desse conceito foi concretizada por meio da Lei Orgânica da Saúde nº 8.080/90. A qualidade de vida é influenciada por diversos elementos, abrangendo condições satisfatórias de alimentação, habitação, educação, transporte, lazer e acesso a bens e serviços essenciais que desempenham um papel crucial na promoção da saúde. Além disso, é um direito fundamental de cada trabalhador assegurar um ambiente laboral seguro, capaz de preservar a saúde e prevenir doenças ou óbitos (Bier et al, 2014).

Anteriormente, havia uma negligência em reconhecer a importância do trabalho na construção das subjetividades e na integração social. Aspectos relacionados às mudanças contemporâneas no cenário de trabalho, como globalização, flexibilização e precarização social, frequentemente eram subestimados como potenciais influenciadores nos riscos à saúde dos trabalhadores. Seligmann-Silva (2011) destaca que, sem uma abordagem que considere essas dimensões sociais e econômicas, a compreensão dos processos de saúde-doença é limitada e superficial. Isso abrange não apenas a compreensão geral desses processos, mas também a compreensão dos fatores relacionados à saúde mental e física dos trabalhadores.

A subjetividade na Psicossociologia refere-se à construção singular de significados, valores e percepções que um indivíduo elabora em relação a si mesmo, ao trabalho e ao ambiente ao seu redor. Gaulejac (2014) enfatiza que a subjetividade é moldada por fatores sociais, culturais e organizacionais, destacando a importância de compreender como esses elementos influenciam a forma como os indivíduos percebem e vivenciam suas experiências no trabalho.

Em resumo, na Psicossociologia do Trabalho, saúde e subjetividade são conceitos interligados que consideram a complexa interação entre as dimensões individuais e sociais. A saúde é vista como um estado que reflete não apenas aspectos físicos, como também a qualidade das relações e condições psicossociais no ambiente de trabalho. A subjetividade, por sua vez, é entendida como uma construção pessoal influenciada por diversos fatores contextuais, sendo fundamental para compreender a forma como os indivíduos se relacionam com o trabalho e o ambiente social.Posto isso, os achados da pesquisa sobre saúde e subjetividade estão apresentados abaixo.

**Esgotamento, sobrecarga, estresse e adoecimento no trabalho**

Neste capítulo, adoto uma abordagem que entrelaça vivências reais de profissionais da área da saúde com *insights* teóricos, proporcionando uma imersão mais profunda nas complexidades enfrentadas por esses trabalhadores no contexto contemporâneo. Ao apresentar uma série de relatos que abrangem desde as demandas crescentes por sucesso profissional até as dificuldades enfrentadas na conciliação entre trabalho e vida pessoal, busco contextualizar as nuances da saúde e subjetividade do trabalhador. Essas narrativas são pontuadas por análises teóricas que ampliam a compreensão das dinâmicas psicológicas e organizacionais presentes nesse cenário, proporcionando uma visão abrangente das experiências vivenciadas pelos profissionais de saúde. Este mergulho na intersecção entre relatos práticos e reflexões teóricas visa não apenas ilustrar os desafios enfrentados, mas também promover uma reflexão crítica sobre as narrativas contemporâneas da saúde e subjetividade no contexto do trabalho na área da saúde. Os participantes compartilharam momentos em que sentiram e/ou passaram por esgotamento, sobrecarga no trabalho e estresse ao longo do exercício da profissão de psicólogo. Os depoimentos destacam os desafios enfrentados pelos profissionais de Psicologia em relação à carga de trabalho, sobrecarga mental e às complexidades do equilíbrio entre vida profissional e pessoal.

Ana Paula menciona a ansiedade associada à corrida constante e à pressão para alcançar objetivos na sua profissão. Essa ansiedade pode derivar da busca por resultados imediatos e do ritmo acelerado das mídias sociais. “Ansiedade, talvez. Ansiedade, sim. Algumas coisas acabam nos dando ansiedade e tudo mais... eu acredito que é mais a ansiedade mesmo do fazer, do correr para chegar a algum lugar e tudo mais” (Ana Paula).

Outro aspecto citado foi a sobrecarga mental e a diversidade de tarefas realizadas. Sônia fala sobre isso, especialmente ao conciliar o mestrado com a prática clínica. Assim, a necessidade de realizar diferentes tipos de trabalho simultaneamente pode ser desafiadora, principalmente quando essas funções também envolvem zeladoria, produção de conteúdo e burocracias.

Às vezes acaba sobrecarregando muito, principalmente mentalmente, assim, de ter várias coisas diferentes pra fazer. Sabe, no mestrado eu tenho que sentar e escrever, na clínica eu tenho que pegar e estudar, então assim, são tipos diferentes de trabalho e isso acaba sobrecarregando um pouco. (Sônia)

Inclusive, Deucy menciona a demanda de tempo e esforço associada à gestão de mídias sociais, incluindo a criação de conteúdo e o engajamento com a audiência. Essa tarefa adicional pode contribuir para a sensação de sobrecarga.

Então parece que tem dias que bate onze, e no outro dia bate seis, e acontece. E às vezes eu nem estou mais fazendo outra coisa, de *Instagram* porque exige tempo, postar no *story*, você quer tirar meia hora fazendo, é um trabalho à parte. Hoje em dia eu fico "ah, não vou me envolver muito”. (Deucy)

Outro aspecto relevante é descrito por Karine, em que a psicólogafala sobre sua rotina extensa, inclusive almoçando na clínica e realizando diversas atividades entre atendimentos. A perda de tempo é evidenciada pela falta de um domingo livre, destacando a intensidade da jornada.

Eu almoço na clínica, eu limpo a clínica, que é o dia que eu falei, já vou até aqui, eu estou deixando pelo menos duas horas de almoço. Nesse intervalo eu limpo a clínica, almoço e vou fazendo o que dá para fazer, prontuário, registro de sessão, até terminar os atendimentos e vim para casa. (…) se eu tivesse o domingo livre eu acho que eu já começaria a ficar perdida às vezes assim. (Karine)

Essas informações de sobrecarga podem ser explicadas pela fala de Flor, em que elarevela a dificuldade em estabelecer limites, resultando em jornadas prolongadas. A paixão pela profissão pode contribuir para a resistência em definir limites claros.Aline também compartilha sua agenda intensa, adaptando-se aos horários dos pacientes da área da saúde. Essa flexibilidade pode gerar uma carga adicional de trabalho.

Como eu comentei no ano passado era das 9h e até às 22h, mas pra esse ano eu já consegui reduzir dois e isso é bem difícil pra mim também porque eu tenho essa dificuldade de justamente por eu gostar, eu não ligo. E isso é um problema, né? Então eu tive que começar a ligar porque o preço começou a chegar, comecei a ficar muito exausta. (Flor)

Aí, à tarde, eu vou até sete, ou oito horas da noite. Na terça, eu vou até as nove. Na terça, eu começo à tarde, não atendo de manhã, eu fico com o período da manhã para eu poder estudar, montar a sessão, fazer as coisas. E aí, à tarde, a pauleira, eu vou até as nove horas da noite. Na quarta, de manhã, eu atendo *online*, e à tarde, a presencial. Aí, à quarta, eu começo uma hora e vou até oito horas da noite também. E à quinta, que é o dia inteiro. Na quinta, que eu começo, aí, tenho paciente seis horas, sete horas. Por que o que que acontece? Como, de certo modo, eu acabo conhecendo o pessoal da área da saúde, né, que trabalhava ali, eu sei que tem os plantões, então, eu acabo atendendo o pessoal antes deles entrar em plantão, né? A, vou, bateu a escala no plantão aí? Então, vamos fazer antes. A gente faz das seis às sete e que tá tranquilo, que fica livre. (Aline)

Outro dado trazido pelos participantes foi a frustração financeira e odesgaste com pacientes. Ieda compartilha essa frustração financeira e emocional associada à fase inicial da clínica, em que o esforço parecia superar os benefícios percebidos. O desgaste ao tentar fazer os pacientes compreenderem a importância da psicoterapia também é destacado.

Olha, eu já me senti. Porque isso foi mais no começo. O processo da clínica é bem demorado para você conseguir ter uma renda fixa, que consiga se manter e tal. Então às vezes é frustrante você estar conseguindo os pacientes, não está conseguindo ter a sua renda. Às vezes parece que não vale a pena. Mas ali você com a supervisão, com a sua terapia, você consegue ter um suporte para conseguir compreender bem isso. Parece que eu estou me esforçando mais do que recebendo. E não é só questão financeira, mas também questão de teve época que eu tive pacientes que não compreendia muito bem como funcionava a psicoterapia. E era bem desgastante conseguir mantê-los ali. Fazer eles compreenderem a importância. Então, parece que eu estava dando e não recebendo. (Ieda)

Além disso, Kátia expõe o impacto que os atendimentos tiveram em sua qualidade de vida pessoal. Ela relata ter sonhos frequentes relacionados aos pacientes e ao manejo do caso. A dificuldade em desligar-se do trabalho pode prejudicar a vida pessoal.

Eu não dormia porque eu sonhava com os meus pacientes. Eu dormia e acordava, sabe? Eu ficava sonhando com o paciente, eu ficava pensando no que eu ia levar para ele na sessão. Eu não parava de pensar no caso. Eu não relaxava em nenhum momento. (Kátia)

Esses depoimentos evidenciam a complexidade da profissão de Psicologia, envolvendo não apenas a prestação de serviços terapêuticos, como também desafios relacionados à gestão do tempo, equilíbrio emocional e manutenção da qualidade de vida.Os motivos encontrados de sobrecarga foram em maior número ligado ao excesso de trabalho, seja pela vivência de vários papéis dentro da área com acúmulo de funções, até perpassando a jornadas de trabalho de onze, treze e quinze horas diárias. Esse trabalho extenuante pode ser explicado por outras demandas às quais eles se sentem impelidos, como captação de clientes, manutenção dos pacientes em processo terapêutico, preocupação com execução do trabalho e sustento.

Rumin (2020, p. 68), diz “a sensação de autoeficácia que pode encorajar otrabalhador a submeter-se a compromissos mais extremos de trabalhoaté que desenvolva patologias decorrentes da sobrecarga,demonstrando que o desgaste da força de trabalho”, tal afirmação faz correlação com os possíveis motivos da jornada de trabalho extenuante. O trabalhador se sente responsável pelo seu sucesso, assim, sacrifica-se para obtê-lo; caso contrário, não existirá na sociedade, não será reconhecido e, por fim, não terá outra saída a não ser o aniquilamento (Gaulejac, 2007).

Os enlaçamentos desses autores tornam possível o pensamento sobre o quanto esse adoecimento perpassa a construção social e contribui para um questionamento sobre *workaholic*, em que os sujeitos são viciados em trabalho, pois o resultado que trazem, as relações compostas fazem parte dos seus moldes identitários, ou seja, uma tentativa de pertencimento e construção de si (Braz, 2020). Será a extenuante carga horária de trabalho um projeto a ser profissional para si e para o outro?

A partir dessas considerações, identifica-se o potencial adoecimento dado nesse ambiente de cobranças, alto produtivismo e sobrecarga.Paschoalin (2020, p.329) fala: “A convivência com oestresse e com a sobrecarga física e psicológica (…) são fatores quecontribuem para o adoecimento mental no trabalho”.

Após o entendimento das sobrecargas, este tópico busca relatar os modos de adoecimento que aconteceram com os participantes durante a atuação na área clínica.Os relatos dos profissionais de Psicologia evidenciam a complexidade e os desafios enfrentados ao longo de suas carreiras. Ana Paula compartilha a difícil escolha de priorizar as necessidades financeiras sobre a saúde mental em determinada fase da vida. Essa decisão reflete desafios financeiros enfrentados pelos profissionais, em que o sustento muitas vezes se sobrepõe às próprias necessidades emocionais.

Eu precisaria de terapia naquela fase da minha vida, mas eu precisava me bancar financeiramente primeiro, né, então, a necessidade financeira se sobressaiu. A necessidade psicológica de terapia naquele momento, né, eu precisava pagar aluguel, pagar aluguel de consultório, precisava pagar conta de água, luz, energia, internet, compras, né, comida, né, então, tinha muita coisa que eu precisava fazer primeiro, né, antes de colocar terapia ali para o meu psicológico, então, naquele início. Então, eu fui atrás disso, e assim que eu consegui me estabelecer minimamente, eu comecei, voltei para terapia, né, e aí foi uma coisa muito boa que me ajudou bastante naquele momento, né, que me estruturou psicologicamente para lidar com algumas coisas, né, e para elaborar o que eu tinha vivido, também dar um lugar, né, para aquilo. Então, nesse aspecto foi isso. (Ana Paula)

Sônia e Alex destacam o impacto físico e psicológico da sobrecarga de trabalho. Sônia menciona o bruxismo e problemas dentários decorrentes do estresse, enquanto Alex destaca a angústia e tensão associadas ao trabalho no CRAS.

Nossa, que eu desempenho hoje, não. Quando eu desempenhei no CRAS, sim (...) quando eu desempenhei no CRAS eu fiquei, eu engordei muito. Engordei muito, eu, porque daí eu conciliava o CRAS e a clínica, né? E daí eu tive, eu comecei a ter, essa coisa, esse problema foi até hoje, eu não acredito que eu tive isso. Eu tive tanta tensão que eu comecei a ter, o bruxismo, e o bruxismo quebrou um dente, rachou um dente, E deu um problema que eu tive que fazer canal. Por exemplo, eu lembro, ano passado, 2021, em março, que foi o auge da pandemia aqui, e eu estava muito, eu fiquei, assim, muito mal, assim, por estar só em casa. Foi tudo contexto de só piora da pandemia, e daí eu atendendo *virtual*, assim, e todos os meus pacientes muito zoados, assim, muito mal também. E daí foi difícil, assim, lidar com pessoas que não estavam bem, não estando bem também, sabe? Isso foi muito difícil. (Sônia)

Olha, eu acho que o adoecimento, ainda não, está quase lá. Assim, o adoecimento a gente pensa no viés patológico, tive depressão, tive ansiedade, mas para além do CID, do DSM, da patologia, da fisiografia. Na clínica, no primeiro momento, eu ficava muito ansioso, eu ficava perdido, mas hoje, não. Hoje é um trabalho que eu vou com um prazer imenso, mas no CRAS é angústia, é ansiedade, é tristeza, é frustração, é raiva, é revolta. É um sentimento de aversão, não chega a ser adoecimento, mas é um pé na porta, e para entrar num quadro, pode evoluir para algo patológico. (Alex)

Além disso, Deucy enfatiza a importância de estabelecer limites para evitar exaustão, reconhecendo a necessidade de pausas e férias para prevenir o estresse e o *burnout[[44]](#footnote-45)*, uma prática crucial para manter a saúde mental ao longo dos anos.

Quando eu fico muito cansada, eu fico dislexa, isso semana passada eu vi realmente, se eu não tirar eu vou de fato pifar. Nossa, começando com quatro anos, imagina 20 anos, como que fica a nossa profissão, a nossa saúde mental? A gente trabalha muito, então se eu não realmente colocar limite, ferias, pausas, para um estresse, *burnout*, é muito fácil. (Deucy)

Outro estressor é a comparação e pressão financeira; Maria compartilha sua experiência de pressão associada à baixa de pacientes na clínica. A comparação com outros profissionais e a busca incessante por pacientes podem impactar negativamente o estado emocional.

Foi um período que eu tive mais baixa de paciente e o que que aconteceu? Eu fiquei com horários muito vazios, assim, então eu fiquei assim bem, e aí só dentro de casa e com aquela comparação de eu preciso de mais paciente, eu preciso captar mais paciente, e tentando fazer conteúdo, tentando fazer um monte de coisa, mesmo assim ainda não vinha. Então eu tive um período que como eu tava com menos paciente, eu lembro que eu ficava assim “aí meu Deus, agora o que que eu faço?” Aí eu me sentava no sofá, já tinha feito um monte de coisa, ficava pensando, não, eu não posso ficar sentada, eu tenho que ir lá, tenho que fazer alguma coisa. Então tanto é que nesse período eu comecei até a fazer academia, pra sair de casa, pra mudar um pouco esse clima, então nesse sentido eu vi que eu precisava fazer alguma coisa, senão eu ia ficar depressiva assim pela forma que tá, né? Porque na clínica é isso, você não tem paciente, você também tem comparação, tipo, eu preciso de paciente, eu não tenho um salário fixo, então eu tenho que ter esse paciente, então é difícil. (Maria)

As participantes Flor e Kátia relatam experiências com *burnout* e depressão. As demandas perfeccionistas de Kátia a levaram a um esgotamento significativo, enquanto Flor menciona períodos de esgotamento após eventos estressantes em sua vida pessoal.

Teve dois marcos. Eu sou uma pessoa que já tenho um histórico de um pé em *burnout*, porque eu não tenho limite, isso é parte do meu funcionamento. Quando eu tava no meu estágio na organização, eu tive um quadro de *burnout*, foi muito feio, muito, muito, muito feio, mas realmente assim, era uma coisa enlouquecedora. E na clínica teve no final do ano passado, porque a minha avó tava adoecendo, e ela adoecendo, eu atendendo, aquela coisa acontecendo, foi horrível, horrível, horrível. Eu tava muito esgotada, porque era muito difícil pra mim me desconectar, então foi um quadro que eu tava num esgotamento gigantesco, assim, muito, muito, muito grande. E quando foi final de outubro desse ano, eu também tive, nossa, eu não tinha forças assim, nem pra comer, era uma coisa horrível. E depois do falecimento da minha avó, eu passei períodos muito, muito, muito apáticas, cheguei a fazer contato com psiquiatras pra cogitar entrada de medicação e coisas assim, porque eu tava entrando no quadro depressivo. Mas eu consegui reverter, dando uns ajustes na rotina, mudando algumas coisas, mudando horários, então, sim. (Flor)

Eu não lembro ao certo quando, mas eu também dei uma deprimida. Eu não cheguei a entrar num quadro depressivo, mas eu tive episódio, quando eu comecei a atender, eu comecei a ter as minhas dificuldades de aquilo. Eu não dormia, eu ficava me cobrando muito. Então por eu exigir tanto de mim, eu ficava assim, pra você ter noção. No começo, as primeiras sessões assim, eu levava, juro pra você, três horas pra preparar uma sessão. Por quê? Porque eu queria que a sessão fosse perfeita. Então, sei lá, se eu tinha dez pacientes, quanto tempo eu não tava levando pra preparar a sessão desses três pacientes. Isso me desgastava muito, né? Porque, tipo assim, tava na hora de dormir, mas não, eu não vou dormir enquanto eu não terminar essa sessão aqui. E aí eu ia dormir ainda, ficava me preocupando com o paciente. E aí isso tudo me fez adoecer. Tinha dias que eu não conseguia levantar da cama, que eu mandava mensagem pra paciente desmarcando a sessão, porque a sessão tava preparada, perfeita, mas aí ficava aquilo, né? Perfeito entre aspas. Ah, ó, eu acho que ainda não tinha dado o meu melhor, é melhor eu desmarcar com ele pra eu ter mais tempo pra próxima. (Kátia)

A psicóloga Aline destaca a dificuldade em tirar férias devido à responsabilidade com pacientes em estado crítico. A pressão financeira também é mencionada como um fator que torna difícil o descanso adequado.

Ano passado, eu não tirei férias em dezembro. E não tirei, eu até tinha pensado em tirar uma semana. Só que eu aí, eu acabei abrindo agenda, para uma paciente. Acabei abrindo agenda, não, porque eu tinha horário disponível, então, eu entro em contato uma paciente e eu aceitei. E aí, eu me peguei com uma com todo plano já de suicídio, já veio com histórico de internação psiquiátrica, tentativa de suicídio, estava novamente. E eu falei, ah, férias? Não. Não deu, né? Então, eu vim nessa pauleira. Aí, quando chegou em setembro, eu estava, assim, morta. Agosto, na verdade, eu percebi que eu estava morta. Eu falei, não, não dá. Aí, eu tirei uma semana em setembro, fiquei totalmente *off.* E aí, quando foi agora em outubro, eu avisei todo mundo, né? Eu falei, olha, não vou pegar paciente novo, porque esse ano, em dezembro, eu vou tirar uns dias. Eu falei, os pacientes que eu tenho hoje, eu sei que eu consigo manejar e sair em dezembro tranquilamente. Com certeza. Se eu abrir agenda, né, eu preciso me responsabilizar com quem entra, não adianta. Aí, abro agenda, entra, tá lá. E ideação suicida, eu vou falar, não, problema seu, não tem como. Então, em outubro, eu falei, chega, não vou. Aí, teve paciente saindo, indo pra alta, outros indo pra mensal. Aí, até a secretária brinca, ela falou, olha, tá com horário, tem um paciente aqui. Eu falei, não, não, não quero, não vou, porque eu preciso tirar um tempo pra mim. Então, eu negociei comigo agora em dezembro, que a última semana de dezembro e 1º de janeiro, eu vou estar de recesso. Meu, tem um lado ruim, né, porque se eu não trabalho, eu não ganho. Então, mas aí, eu fui me programando pra isso, me planejando pra isso. Aí, eu falei, eu preciso saber que, sim, se eu não trabalho, eu não ganho, mas eu também, esgotada, não consigo trabalhar. (Aline)

Esses depoimentos ressaltam a importância de cuidados com a saúde mental dos profissionais de Psicologia, a complexidade de conciliar o aspecto financeiro com o emocional, além da necessidade de estabelecer limites e buscar apoio quando necessário. O reconhecimento de sinais de esgotamento e ações preventivas são essenciais para o bem-estar desses profissionais.Entre os adoecimentos encontradosestá a sobrecarga de trabalho, exposta através de uma rotina dupla de trabalhos em diferentes locais para complementar a renda. Também foi elencada a apatia, sintomas depressivos, esgotamento e *burnout*. Assuntos da vida pessoal também interferiram nesse adoecimento, seja pelo falecimento de um parente, paciente ou problemas de relacionamento amoroso, entendendo assim o quanto é indissociável o pessoal do profissional. Outro fator citado foi a pandemia de Covid-19. Esse acontecimento se deu no momento de entrada no mercado de trabalho da maioria dos participantes, ou seja, um ambiente de incertezas próprias do início da clínica somado a uma pandemia global, aumentando exponencialmente a ansiedade e outras patologias.

Paparelli, Sato e Oliveira (2011, p.124) comunicam:

Os elementos presentes na organização e no ambiente do trabalho (divisão do trabalho, conteúdo das tarefas, ritmo de trabalho, relações de poder, condições ambientais, formas de avaliação e controle, hierarquias etc.) são entendidos como “fontes laborais de tensão”, que provocam o desgaste que se manifesta por diferentes configurações.

Com esse entendimento, somam-se outras experiências dos participantes desde a problemática de não colocarem limites para a jornada profissional, sufocando os espaços de descanso e lazer, assim, passando do limite de atividades laborais. Causando por vezes os sintomas acima citados, além de dislexia e falta de atenção resultantes dessa vivência. Outro aspecto encontrado foi o isolamento social ocasionado pelos atendimentos *online*. Dessa maneira, o profissional trabalha por vezes da sua própria casa, limita seu contato social à família e aos casos atendidos – em sua maioria de sofrimento.

Qual é o resultado dessa articulação de sobrecarga, isolamento e problemas pessoais na subjetividade do profissional? Esse rearranjo estrutural do trabalho ocasiona em sujeitos sem tempo para conversarem sobre tais aspectos, seja pela distância física ou indisponibilidade de agenda. Como superar e repensar essa individualização do sofrimento? Onde os profissionais se responsabilizam por não terem sucesso, pacientes, por não renderem e até mesmo por não controlarem os acontecimentos da vida – totalmente diferente do discurso reproduzido.

Vasconcelos e Faria (2008, p.461) agregam esse pensamento:

Assim como o comportamento, a carreira, o desempenho, os erros e as glórias dependem exclusivamente do sujeito, também o são o sofrimento e as doenças mentais, tomadas como responsabilidade e culpa única deste mesmo sujeito (...) Assim como a competência e a formação de carreira passam a ser vistos pelo ambiente corporativo como responsabilidade única do sujeito, o sofrimento e a doença também estão relacionados aos mais frágeis, marcando uma cisão entre os fortes e os fracos, os talentosos e não talentosos, os potenciais e não potenciais. Diante disso, o silêncio e a busca exclusiva por soluções rápidas (medicamentos) têm dominado o “mundo” corporativo, especialmente favorecido pela evolução científica da farmacologia.

Nenhum dos participantes relatou tomar medicamentos; no entanto, comentaram sobre o contato com psiquiatras e a realização de psicoterapia como meio de superação dos problemas.

**Motivos do adoecimento e** **afastamento**

Neste tópico, os participantes compartilharam as possíveis causas que atribuem ao processo de sofrimento ou adoecimento que tiveram durante alguma etapa de sua carreira.As experiências compartilhadas pelos profissionais destacam desafios externos que impactam diretamente a prática clínica e a saúde mental. Ana Paula aborda as pressões das mídias sociais: a busca por mais seguidores e o desejo de produzir conteúdo de alta qualidade podem contribuir para uma autocobrança excessiva, e a exposição *online*, que pode intensificar padrões perfeccionistas.

Cobrança excessiva interna, né, que é o movimento que eu já tenho de me cobrar, então, quando eu tava ativamente nas mídias sociais, eu me cobrava muito em fazer alguma coisa bem feita, em: “ai, não tá bom o suficiente ainda, então, vou excluir, ou, ai, vou produzir conteúdo pra semana inteira, e, ai, mas esse conteúdo não tá bom ainda, vou fazer um melhor porque vai ter mais alcance de pessoas, vai alcance de... vai alcançar mais pessoas, vai fazer isso, vai fazer aquilo, ai, eu preciso de mais seguidores, né, pra poder fazer tal coisa, então, eu”... Então, contribuía muito pro meu lado patológico, que era o de se cobrar ainda mais, né, então, de ansiedade, de querer correr e ter as coisas imediatamente, né, então, eu acho que o social contribuiu muito pra... Com esse... É quase como se desse as mãozinhas pra um lado patológico. (Ana Paula)

Enquanto isso, Sônia relata o impacto emocional intenso de acompanhar pacientes em momentos de perda, como a morte do pai de uma paciente por Covid-19. Isso destaca a vulnerabilidade emocional dos profissionais em situações desafiadoras.

Nossa, foi bem intenso, assim. Eu lembro que nessa época uma paciente minha perdeu o pai por covid. E eu lembro que eu não conseguia nem dormir a noite, assim, porque daí mexe muito, assim, né? Tipo, de estar com uma paciente numa situação dessa, sabendo que isso poderia estar acontecendo com qualquer pessoa ao meu redor. (Sônia)

Outra dificuldade relacionadas ao ambiente de trabalho é apontado por Alex, como desafios relacionados à baixa remuneração, falta de condições adequadas de trabalho e excesso de demanda, destacando como esses fatores podem gerar angústia, frustração e desmotivação. “Olha, toda aquela série de fatores que eu elenquei, aliás, de eu estar fazendo um trabalho muito difícil, com todos os desafios da baixa remuneração, da carência de condições de trabalho, às vezes até do excesso de demanda” (Alex).

Como uma estrátegia de bem-estar, Deucy destaca a importância de buscar terapia para lidar com os desafios emocionais da prática clínica. A entrevistada também enfatiza a necessidade de pausas para evitar o esgotamento, ressaltando que o autocuidado é essencial para manter a qualidade do trabalho.

Entrei na terapia, vou levar esse negócio tá feio. Entender que eu preciso pausar, eu preciso pausar, porque entra muito naquela ideia, se eu não atendo, não entra dinheiro. A gente tem sempre que fazer o nosso pezinho de meia com dinheiro, pois cada mês é de um jeito. Essa instabilidade para mim, surfo nela, porém, eu não estava conseguindo tirar dias para mim, pera. Então, eu já entendi que já influência demais, está tranquilo, mas se eu não entender que eu preciso desse tempo, vai prejudicar meus atendimentos, e eu também não vou me resgatar no meio desse trabalho. O cansaço, esse dislexo, eu estava me desconectando muito fácil, acabava o atendimento, desconectava, estava mais pesado. Eu percebi muito isso, a gente trabalha, trabalha, trabalha, como nosso trabalho é muito abstrato, me dava a sensação de que eu não estava trabalhando, uma coisa meia assim, sabe? Daí precisou vir um cansaço, um estresse imenso semana passada, para eu ver que a bola cresceu e eu nem vi, eu levei um susto. Eu falei, nossa realmente, eu não parei (..) Dezembro, continuei, janeiro, continuei, se eu tirar dez dias eu não vou morrer de fome, vou continuar pagando o que precisa ser pago. (Deucy)

No entanto, ainda há impacto da instabilidade financeira na prática profissional; Ieda compartilha a dificuldade de manter pacientes e a dependência de plataformas *online* devido à instabilidade financeira na prática clínica. Essa realidade reflete o impacto das condições econômicas na estabilidade profissional.

E além disso, eu não estava conseguindo manter meus pacientes. Então, e aí, com receio, de também não consegui viver mais de clínica desistir, não consegui mais investir na plataforma. Porque no momento, esse é o único meio que eu consegui pacientes. Na plataforma, ou encaminhamentos de colegas e do meu supervisor. Porque de outra forma, não está, não vem. (Ieda)

Maria compartilha a instabilidade na clínica devido a um acontecimento pessoal.

Então por conta do casamento, de um monte de coisa que eu tinha para planejar, eu fiquei muito tempo sem postar. E aí quando eu voltei, que eu casei, que eu tava tentando restabelecer uma nova rotina, então também eu senti que eu precisava desse tempo pra voltar a postar, então eu comecei a voltar a postar. Aos poucos foi entrando, aos poucos o paciente foi entrando em contato, então foi um tempo até eu ter um número X pra eu falar, não, todo dia eu tenho uma coisa pra fazer, eu vou lá, eu sei que eu tenho esse horário, eu vou atender esse paciente. Academia também me ajudou muito, foi mais um horário que eu saí de casa, porque eu tava muito fechada ali dentro de casa, precisando fazer coisas e não tendo paciente, então acho que juntou que eu precisava desse tempo mesmo pros pacientes entrarem em contato, que eu comecei a postar, e também a academia, acho que ajudou muito. (Maria)

Evidenciando a interligação entre subjetividade e contexto social, Kátia discute como a cultura brasileira, marcada por pressões para produção e sucesso financeiro, pode afetar a saúde mental dos profissionais. Comparando com experiências em outros países, ela destaca a necessidade de repensar as expectativas culturais em relação ao trabalho.

A política do nosso país é muito problemática ainda, e isso interfere muito na gente. E aqui no Brasil, e eu vejo isso até com pacientes que eu atendo fora, como é diferente, porque aqui no Brasil existe uma cobrança muito grande em você estar produzindo, você tem que fazer, tem que trabalhar muito, você tem que ganhar muito dinheiro, que não sei o quê, não sei o quê, não sei o que lá. Quando você vai pra um outro país, e isso eu uso como referência uma paciente da Alemanha que eu atendo, cara, pra ela, ela não tem cobrança em cima dela, só que ela não sabe lidar bem com isso, porque tudo que ela aprendeu, né, no trabalho anterior dela, era aquela coisa caótica, você tem que produzir muito, eu quero resultado, vai na minha mão, e lá não tem isso, e aí ela fica assim, parece que eu não tô fazendo um bom trabalho. Só que não tem nada a ver, é como a gente aprende, então isso, querendo ou não, adoece as pessoas, o nosso cenário adoece as pessoas, e eu acho que cada vez mais vai existir demanda e procura pela Picologia, ainda mais no *online.* (Kátia)

Ainda, Aline faz uma reflexão sobre a sociedade contemporânea, caracterizada pela automatização e pelo ritmo acelerado, em que as pessoas muitas vezes não conseguem dedicar tempo para refletir sobre si mesmas. “Olha como que a gente está numa sociedade delicada, como a gente realmente está vivendo um automático, e não consegue parar e olhar pra si” (Aline).

No contexto do impacto das mídias sociais na saúde mental dos profissionais de saúde mental, é fundamental explorar estratégias que permitam uma gestão saudável das pressões e expectativas *online*.Considerando as situações emocionalmente desafiadoras que os profissionais enfrentam em sua prática clínica, explorar estratégias e políticas que promovam um ambiente de trabalho que valorize o bem-estar emocional pode ser crucial para garantir que os profissionais recebam o suporte necessário para lidar com as demandas da profissão.

Esses relatos evidenciam os desafios enfrentados pelos profissionais de Psicologia, tanto no âmbito pessoal quanto profissional, destacando a pressão interna, a intensidade emocional envolvida no trabalho terapêutico e as demandas do contexto social e digital. O reconhecimento desses desafios é crucial para promover a saúde mental e o bem-estar desses profissionais.Os motivos de adoecimentos relatado por eles corrobora com o tópico de adoecimento, o que chama atenção é o entendimento sobre o quanto a diferença cultural impacta na visão de homem, em específico trabalho.Ferreira (2020, p.22) questiona:“Onde localizar o adoecimento? No indivíduo ou no contexto social que expropria este valor?”

A respeito do afastamento laboral, os participantes contaram sobre os modos de enfrentamento ao adoecimento acima citados durante a atuação na área clínica.Os relatos das profissionais mostram diferentes estratégias e abordagens para lidar com os desafios na prática clínica. Ana Paula destaca a maleabilidade dos horários na clínica, reconhecendo a importância da flexibilidade para gerenciar o atendimento de pacientes que exigem maior continência ou acolhimento. Essa abordagem permite ajustes para garantir o melhor suporte possível.

Não, consegui realizar minhas atividades. Às vezes, né, pela clínica ser muito maleável os horários. Né... Então, ah, né, hoje eu não tenho como... Às vezes a gente sabe que tal atendimento de tal pessoa vai ser um atendimento mais pesado, que demanda uma continência maior, um acolhimento maior e tal dia a gente às vezes não está bem para isso. Né... Então, às vezes a gente... Aí a gente maneja esse paciente para tal outro dia. (Ana Paula)

Sônia compartilha sua estratégia de continuar forte investindo em sua própria saúde, incluindo a busca por terapia. Essa abordagem destaca a importância do autocuidado e do suporte profissional para enfrentar os desafios da prática clínica.

Não, não me afastei, mas eu continuei forte, assim, por exemplo, com terapia, com, é, investindo na minha própria saúde, assim, sabe? Mas eu acho que se eu não tivesse isso eu teria que ter me afastado, porque não tava legal mesmo. (Sônia)

Ana Paula e Sônia mencionam o manejo estratégico de pacientes, reconhecendo a necessidade de se preparar emocionalmente para atendimentos mais desafiadores. Isso ressalta a importância de considerar o próprio estado emocional ao planejar a agenda. Ieda, Maria, Flor e Kátia relatam que continuaram trabalhando, apesar dos desafios. Isso ressalta a resiliência e a dedicação dos profissionais de saúde mental em manter suas atividades, mesmo quando enfrentam dificuldades.

A psicóloga Flor menciona mudanças de comportamento e ajustes nos horários da agenda. Além disso, destaca a importância de encaminhar pacientes quando percebe que já não tem mais competência para atuar. Essas mudanças refletem uma adaptação consciente para preservar a qualidade do atendimento. Flor também compartilha que experimentou um estado de apatia gigantesco, indicando um reconhecimento consciente de seu estado depressivo. Esse fato destaca a importância do autoconhecimento na gestão da saúde mental.

Mudança de comportamento, mudança de horários na agenda, tive que encaminhar alguns pacientes, isso ainda tá acontecendo agora, então eu tô encaminhando uma galera ainda, tô encaminhando alguns casos que eu acho que eu já não tenho mais competência pra atuar, e acho que isso também é bem importante, mas basicamente eu pisei assim, com o pé bem grande, num quadro depressivo, porque eu tava num estado de apatia gigantesco. (Flor)

Esses relatos destacam estratégias e atitudes adotadas pelos profissionais para lidar com as adversidades. A flexibilidade na gestão de horários, o investimento na própria saúde, a busca por suporte terapêutico e a conscientização sobre os próprios limites emergem como elementos importantes para manter o equilíbrio e a continuidade do trabalho terapêutico.

Parte superior do formulário

Os participantes da pesquisa, em sua maioria, relataram adoecimento durante sua atuação na área; no entanto, não conseguiram se afastar do trabalho por variados fatores. Segundo Faiman (2020, p.375), o afastamento do trabalho acontece:

Quando incapacitam, mesmo que temporariamente, a pessoa de seguir realizando suas atividades profissionais. A linha divisória a partir da qual se define que alguém sofre de um transtorno que impede (ou não) a continuidade do trabalho nem sempre é clara. Sofrimento, angústia, medo e dificuldades relacionadas às funções mentais fazem parte da vida comum, mas podem, em algumas situações, configurar um transtorno em que se fazem necessários tanto o tratamento como o afastamento do trabalho.

Apesar de não se afastarem, eles buscaram alguns métodos de enfrentamento para que essa situação melhorasse como desmarcações de atendimentos, ajustes na rotina, encaminhamento de pacientes. Esse assunto volta-se a temas já discutidos como o de autorresponsabilização, seja por não querer estar com problemas no trabalho ou por não conseguir se desvencilhar dos rendimentos dos atendimentos, ou seja, mesmo adoecido esse profissional precisa se expor e lidar com outras demandas de sofrimento. Quem cuida de um cuidador adoecido? Reitero a importância de um ambiente acolhedor e não naturalizado dos problemas citados, para que o sujeito possa ser promotor de saúde para si, para seus pacientes e sociedade, rompendo a ótica individualizada de lidar com problemas, pois o achado da entrevista demonstra que os profissionais estão adoecidos.

**Rede de Apoio**

Os conceitos fundamentais desenvolvidos por Dejours (2018), especialmente no que diz respeito à interação entre trabalho e saúde mental, apresentam interessantes correlações com a pesquisa, que explora a construção de redes de apoio pelos psicólogos em sua prática clínica. Dejours (2018) ressalta a conexão intrínseca entre o trabalho e a saúde mental. A pesquisa pôde investigar como as condições específicas da prática clínica dos psicólogos, como a natureza solitária da profissão, influenciam sua saúde mental. A construção de redes de apoio pode ser examinada como uma estratégia para atenuar o sofrimento psíquico associado a essas condições.

Assim, os participantes trouxeram informações sobre a rede de apoio como uma estratégia ao sofrimento da atuação da clínica, em específico a solidão. Os achados encontram-se abaixo. Os relatos destacam a relevância da construção de uma rede de apoio para os profissionais de Psicologia que atuam na prática clínica.

Ana Paula enfatiza a solidão na prática clínica, que pode ser mitigada por meio de terapia, supervisão e participação em grupos de estudo. Ela menciona que a prática clínica pode ser solitária, especialmente quando os psicólogos não buscam terapia ou supervisão. Isso destaca a importância de espaços para compartilhar angústias e compreender melhor o papel do terapeuta. O compartilhamento de experiências, angústias e sucessos cria um espaço de compreensão mútua.

Os professores já diziam isso, que é muito solitário trabalhar na clínica. E eu acredito que sim, de certa forma, é solitário. Mas se torna mais solitário quando o psicólogo não faz uma terapia, não faz uma supervisão. Porque aí ele não deposita as angústias dele em algum lugar. Não olha para elas. E aí fica nesse mundo de terapeuta. E se fecha nesse mundo. Então, acaba se tornando mais solitário ainda. Então, fazer terapia, estudar, fazer a supervisão acaba tirando o psicólogo um pouco dessa solidão que é estar no consultório. É porque a gente acaba dando um lugar para as angústias que a gente tem também. Entendendo algumas outras questões. Entendendo o nosso fazer, entendendo o nosso papel. E aprendendo a lidar com o nosso papel de terapeuta (...) tenho as supervisões, que eu considero uma grande rede de troca. E aí tem o curso que eu faço, que também é uma grande rede de trocas, porque a gente coloca muito, às vezes, exemplos clínicos práticos, como o fazer do psicólogo, como também o sentimento que a gente tem no fazer. Então se torna um grande aliado para essa troca. Às vezes, a gente sempre... Às vezes, a gente tem também o familiar e a amizade. Não que talvez compartilhe o que aconteceu, mas compartilhar como a gente está. Tipo, nossa, hoje o dia foi muito pesado, hoje, todas as minhas energias foram sugadas, porque eu tive que dar muito suporte. Eu tive ser muito continente de alguém. E agora eu preciso que alguém esteja no meu continente aqui também. Então, às vezes, tem muito desse... De a gente compartilhar como a gente se sente. E eu tenho, né, amigos, quem compartilha, às vezes, dos familiares, também esse espaço de troca. Ou, às vezes, também de falar, olha, eu estou pensando em fazer tal coisa aí, porque eu quero chegar em tal lugar. Porque eu estou achando legal tal coisa. E pedir ajuda, pedir opinião, pedir... Né... Alguma coisa do teu. Realmente alguma troca ali de, ah, o que você acha disso? Me ajuda a pensar em alguma coisa diferente. Um caminho para chegar lá. Ou me ajuda a dar forma para essa ideia aqui que eu estou. Né... Isso é muito bom, isso torna a gente menos solitário também. (Ana Paula)

A participação em grupos de estudo, mencionada por Sônia e Alex, é destacada como uma fonte significativa de troca de experiências. Esses grupos oferecem um espaço para discutir casos práticos, desafios profissionais e sentimentos relacionados ao trabalho.

Daí quando eu saí da universidade, logo em seguida começou a pandemia, né? E daí, assim, eu fiquei uns dois meses, um mês e meio assim, perdidassa. O que que eu estou fazendo? O que que eu vou fazer agora? Mas assim, eu sempre tive muito apoio da minha mãe, assim, né? No sentido de toma seu tempo, mas não no sentido de me deixar acomodada também, mas de não me pressionar. Vai, você tem que trabalhar agora, você tem que fazer isso e aquilo (...) O grupo de estudo é um espaço que acaba sendo mais de vivências, assim, né? Tem, por exemplo, supervisão, já mais coisas de caso e tal. Mas é um espaço, com certeza, muito importante pra mim. Mas em relação a amigos, assim, eu vejo que eu não tenho muito espaço, sabe, de trocas profissionais, assim. É, eu acho que acaba sendo mais isso, o grupo de estudo, é... O grupo de estudo, é, acho que isso também. (Sônia)

Quando eu fui atender em (nome da cidade), eu mandei mensagem para quase todos os psicólogos de (nome da cidade),. Eu mandei mensagem no número e tal, eu fui ali trocando ideias,vamos construir uma rede, sabe aquela coisa de romper com essa ideia neoliberal, individualista, de ah eu sou seu concorrente, vou ganhar mais pacientes do que você. Alguns não responderam, outros trocaram de número e eu não achei o número, mas uma amiga foi muito solicita, ela foi até o meu consultório, ficamos batendo um papo ai, a gente tem uma parceirinha legal, então para mim, isso é muito revolucionário, a gente está cuspindo na cara do sistema, sem querer querendo. O que mais ajuda mesmo é você ter um suporte de um escritório de contabilidade, pra você não ter que ter uma cabeça muito forte com a parte burocrática, imposto e tal. (Alex)

Alex também destaca a importância de romper com a competição entre psicólogos e promover parcerias. A colaboração e a troca de ideias entre profissionais podem ser fundamentais para criar uma rede mais forte e ajudar uns aos outros em desafios clínicos. Alexpropõe uma abordagem de rompimento com a perspectiva neoliberal, incentivando parcerias, encaminhamentos e trocas entre profissionais. Essa visão colaborativa desafia a ideia de concorrência individualista.

Romper mesmo, com essa perspectiva neoliberal da concorrência, a gente começar a fazer essas parcerias. Às vezes até de encaminhamento, de supervisões, de troca de ideias. Porque às vezes o trabalho clínico é muito solitário, né? Eu no meu consultório com o meu paciente, com a minha agenda, com o meu *Instagram*. Então, esse grupo, ele é justamente o pontapé. É um chute na canela do neoliberalismo, trazer essa galera que está com a gente no grupo para compor uma clínica mesmo, mas uma clínica que se torne parceria. Não são várias portinhas onde todos são concorrentes, mas várias portinhas onde todo mundo se ajuda. Olha, eu estou com um caso assim, vamos compartilhar. Então, para mim, essa rede é essencial, é o que compõe o lastro da clínica. Hoje, se eu achar um cara que está clinicando sozinho, tipo eu clínico sozinho, não tenho rede, não conheço ninguém, eu desconfio desse cara. (Alex)

Muitos profissionais enfatizam a importância da supervisão e da terapia pessoal como formas de lidar com as pressões emocionais e desafios da profissão. Isso não só proporciona um espaço para expressar angústias, como também contribui para o desenvolvimento profissional.

Eu faço terapia pessoal, né? Mas eu não faço supervisão, eu não tenho assim, nenhuma pessoa assim que eu converso sobre assim, no *Instagram*, vem uma psicóloga, vai e comenta, por exemplo, alguma coisa que eu postei e aí a gente tem umas trocas assim, nesse sentido, mas eu não tenho nada assim, de apoio assim, específico pra isso. Familiar, geralmente eu não tenho muito contato com isso porque na minha família não tem mais ninguém assim que é empreendedor no *Instagram*, assim, né? Então às vezes eles comentam, ah, eu vi que você postou, sei o quê, mas não é nada assim de troca assim, do ambiente das mídias sociais. Eu acho que é muito solitário essas questões assim, por mais que tenha um monte de gente no Instagram, tem um monte de gente que às vezes nem, não tem uma equipe, não sabe às vezes que a outra pessoa também passa por dificuldade, né? Porque a gente olha e parece que só a gente tem dificuldade, né? Então acho que essas trocas de quem tá no meio, nesse mesmo meio, é interessante pra trocar essas vivências, né? Angústias, como que foi, como que tá sendo, né? Então eu acho que seria importante sim. (Maria)

Muitos profissionais mencionam a supervisão como uma forma essencial de apoio profissional. Ela oferece a oportunidade de discutir casos, receber orientações e sentir-se apoiado por colegas mais experientes.

E também tem essa troca com a supervisão, que é com outros profissionais. Porque ajuda muito a gente... Porque às vezes a gente se sente muito sozinho na profissão.; Então, parece que é uma competição. Principalmente na clínica. Tem muitos profissionais da clínica. Então, parece que é uma competição pra ver quem consegue o paciente, mas não é assim, dá pra gente se apoiar. Então, é muito legal participar de supervisão, porque a gente consegue dar um apoio ali pro outro e ver que o outro está passando pela mesma dificuldade que a gente. E a gente se sente mais confortável, de ver que a gente não está sozinho. Então, é bem legal, mas eu gosto muito.; Sim, muitas vezes. Desde que euiniciei, tanto meu namorado quanto meus pais me deram apoio. Sempre deram suporte, sempre me pediu para continuar. Às vezes eu quis desistir, eles falaram não, continua... tem meses. Então, sempre deram suporte para eu conseguir me manter ali. (Ieda)

Considerando os relatos de solidão e do peso emocional na prática clínica, os conceitos de sofrimento psíquico de Dejours (2018, p. 39) podem ser aplicados “Tal é o paradoxo do sistema que dilui as diferenças, cria o anonimato e o intercâmbio enquanto individualiza os homens frente ao sofrimento”. Desse modo, a construção de redes de apoio, por meio de terapia pessoal, supervisão e participação em grupos de estudo, pode ser interpretada como uma estratégia de enfrentamento para lidar com esse sofrimento.A ênfase na escuta e na fala como mecanismos terapêuticos pode ser relacionada à necessidade percebida pelos psicólogos de terem espaços para compartilhar angústias.

Sônia destaca a importância do esporte como uma estratégia de bem-estar que a ajudou durante a pandemia. O cuidado físico pode ter um impacto positivo na saúde mental.

Naquela super sofrimento, crise de ansiedade e tal, eu mergulhei, assim. O esporte me salvou, eu não tenho dúvida nenhuma disso, sabe? Claro, com terapia também, mas assim, o que me salvou, mesmo no dia a dia, era o esporte. Daí eu fazia muito, vários tipos de esporte, e isso me deixava muito bem.; Eu tenho o espaço de grupo de estudo, que eu vejo que é o meu principal espaço no momento. Tem terapia também, supervisão. Mas acaba sendo assim, mais um espaço mais... (Sônia)

Vários profissionais destacam também o apoio de amigos, familiares e parceiros. Essa rede de apoio se torna fundamental para fornecer suporte emocional, compartilhar angústias e celebrar conquistas.

Minha rede de apoio é a (nome da amiga). Não sei se ela falou isso de mim nessa pergunta, mas eu só tenho ela, assim. É claro que tem as pessoas que eu me formei, mas, assim, as pessoas que eu me formei, que eram minhas amigas mesmo, elas estão em áreas diferentes da minha. Né? Então, uma tá na área social, a outra não tá na área da Psicologia, então eu não tenho tanta gente, assim, pra eu conversar, né? Falar sobre isso, ter projetos com essa pessoa, pra eu desabafar minhas angústias. Não tenho, eu só tenho a (nome da amiga). E graças a Deus que eu tenho ela, pelo menos. Porque senão seria muito difícil ter passado por esse processo todo (...) Mas eu acho que, assim, tendo ela tá o suficiente pra mim. Claro que também tenho o meu noivo, que sempre quando eu tô angustiada com alguma coisa da clínica, ele me ajuda, ele me escuta, me acolhe. E eu acho que minha rede é boa, assim (...) A terapia, supervisão, exatamente, todas essas coisas, né? É o que dá mais segurança pra gente, pra gente ver que, sei lá, você tá fazendo bem seu trabalho, você tá no caminho certo, não é o fim. (Kátia)

Rede de apoio eu tenho muito o (nome do noivo) então, tipo assim, ele me ajuda muito em casa, porque às vezes não dá tempo de gerenciar todas as coisas, então às vezes ele me ajuda fazendo uma comida pra mim, coisas assim, isso me ajuda muito. Na psicologia eu tenho a (nome da amiga), que é minha parceira, então ela é uma pessoa que me ajuda demais, em vários pontos, foi uma grande conquista pra mim, a amizade dela, eu conheci ela pelo *Instagram*, então eu acho que o *Instagram* possibilita muito essa troca. Eu faço supervisão também, que também eu acho que ajuda, agora eu dei uma pausa, mas eu pretendo retornar, e a minha rede de apoio, acho que assim, família. E eu acho que uma coisa que me ajuda muito é a academia, porque é o momento que eu vou e desligo minha cabeça, que eu consigo me reorganizar, que eu consigo desconectar, então me ajuda bastante. (Flor)

Os psicólogos entrevistados destacam diversas fontes de suporte, incluindo terapia pessoal, supervisão, grupos de estudo, amigos, familiares e até mesmo mídias sociais como o *Instagram*. Para além da troca com pares, eles demonstram a grande importância do apoio de amigos e familiares, seja para compartilhar angústias, problemas ou serem escutados. Esse fato sugere uma abordagem multifacetada para enfrentar os desafios da prática clínica. A construção de uma rede de apoio sólida emerge como um tema central para profissionais da Psicologia, levando-os a explorar estratégias eficazes em suas comunidades profissionais. Os desafios e oportunidades inerentes a esse processo instigam uma reflexão sobre como fortalecer laços e superar obstáculos na busca por apoio mútuo. Ao compartilhar experiências e recursos, os psicólogos percebem benefícios tangíveis que transcendem as fronteiras individuais, criando um ambiente propício ao crescimento profissional e ao enfrentamento conjunto de desafios.Além disso, a importância do reconhecimento no trabalho, destacada por Dejours (2018), pode ser explorada ao analisar como os psicólogos valorizam o compartilhamento de experiências e trocas com colegas na construção de suas redes de apoio.

**O que gostam no trabalho**

Os relatos dos profissionais destacam diversos aspectos envolventes e motivadores na prática clínica, fornecendo *insights* sobre o que eles valorizam em seu trabalho. Ana Paula expressa uma adaptação ao longo do tempo, revelando inicialmente uma certa dificuldade com adolescentes, porém gradualmente desenvolvendo afinidade. Essa capacidade de se identificar e criar vínculo com diferentes faixas etárias é um aspecto dinâmico da prática.

Os adolescentes que eram um público que eu sentia um pouco mais de dificuldade em trabalhar, né, e adultos, né, jovens adultos. E foi um público que eu fui aprendendo a trabalhar ali e eu fui gostando, fui gostando bastante, né, de trabalhar com esses adolescentes e tudo mais e com o tempo foi aparecendo público infantil. Eu ainda gosto de trabalhar com o público infantil, né, acho muito legal, mas eu gosto bastante dos adolescentes.Mas a gente vai se identificando com o público, a gente vai criando afinidade em trabalhar com o público, né, então vai se descobrindo. (Ana Pula)

O vínculo e cuidado são destacados por Sônia como aspectos prazerosos da profissão; o envolvimento emocional e a capacidade de se conectar com os pacientes são elementos fundamentais para a prática clínica. Sônia também menciona a alegria de se sentir desafiada na prática clínica. O aprendizado contínuo, o estudo constante e a resolução de novos desafios são aspectos que mantêm os profissionais em movimento.

Nossa, estar com pessoas, estar com pessoas e criar esse vínculo, e criar esse vínculo de cuidado, assim, eu acho que é uma coisa que é muito gostoso na nossa profissão (...) Gosto, gosto também de ter uma, gosto, assim, uma faca de dois gumes, assim, de ter uma maior liberdade de horários, assim, né, porque isso também a gente vê que, no final das contas, isso pode ser, né. Mas é uma coisa que eu gosto. E eu acho que isso de se sentir desafiado, apesar de ser desconfortável em muitos momentos, tipo, por exemplo, na clínica, o tempo todo aparecendo demandas que a gente, às vezes, não teve contato ainda. Então, é um trabalho bem desafiador. (...) Eu tenho que estudar muito, então, assim, isso me desafia bastante também. E isso acaba me colocando em movimento, né, eu acho que isso é bom também, em algum tempo. (Sônia)

Alex traz uma perspectiva singular, destacando que uma parcela significativa de sua clínica é baseada em amor. A capacidade de sentir afinidade com os pacientes é crucial para ele, dando ênfasena importância de cuidar bem de pessoas que ele genuinamente gosta.

Pelo menos a minha prática clínica é muito sobre amor. A minha clínica é 30% técnica e 70% amor. Mas isso é uma questão até pessoal mesmo. Eu não consigo cuidar bem de uma pessoa que eu não gosto. Quando eu vou atender um paciente, a primeira coisa que eu observo é até que ponto eu sou capaz de amar? Tem paciente que eu sinto que eu sou capaz de me afeiçoar pelo caso, de me ver feliz, sabe? Sei que é um caso que vai evoluir bem, analisando esse tipo de vínculo, mas se é aquele paciente que o cara tá falando e eu tô olhando no relógio, cara, eu encaminho. Então, pra mim, perder um paciente é um processo complicado. (Alex)

Karine expressa sua satisfação na organização financeira e, principalmente, no atendimento direto. A capacidade de ver progresso nos pacientes e sentir que o trabalho faz sentido são fontes de satisfação.

É que incrível que parece, mas eu gosto da parte de atender em si. Eu gosto principalmente quando eu consigo colocar bastante atendimento no mesmo dia, juntos, então, de terminar o dia e falar nossa, as sessões foram boas, teve o ver os processos de cada uma, os progressos. Eu acho que a parte que eu realmente mais gosto é de sentir que tem, que a partir disso eu consigo sentir que meu trabalho faz sentido pra mim, que tá dando certo, que tá indo tudo bem. Então, o que eu mais gosto é do atendimento. E aí vai uma outra coisa que eu gosto bastante é da organização financeira, mas é porque eu gosto de planilha, porque é pra cada coisa. (Karine)

A psicóloga Flor revela uma paixão contínua pela área desde sua formação, demonstrando um compromisso constante com o aprendizado, mesmo quando recursos financeiros eram limitados.

Olha, na verdade, eu meio que me apaixonei assim, pela área. Então desde que eu me formei, aí realmente eu gostei muito, então tipo assim, nunca parei de estudar. Eu não tinha também na época dinheiro pra fazer pós, mas eu estudava assim, pelo que tivesse na internet ali, *YouTube*, fontes confiáveis eu tava me dedicando. (Flor)

Enquanto isso, Maria destaca a gratificação nas primeiras sessões ao conhecer novas histórias e testemunhar a transformação inicial de pacientes em sofrimento intenso para um estado de reestruturação.Kátia expressa sua preferência por uma abordagem que envolva psicoeducação e transparência. Ela valoriza a compreensão do paciente sobre o processo terapêutico e a capacidade de fornecer informações claras.

Ah, eu, nossa é difícil, mas eu gosto assim de, das primeiras sessões, são sessões que eu fico muito animada. Assim, as primeiras sessões de conhecer uma nova história, de explicar meu trabalho. Geralmente são pacientes que estão em sofrimento muito intenso. Então assim, principalmente nesses primeiros momentos, eu consigo ver muita diferença, é um paciente que chega e quase não consegue falar da história, de como que foi a perda. E aí depois esse paciente já começa a se reestruturar, mas esse começo assim, eu gosto muito, para mim é muito gratificante de ver essa diferença, assim, do começo dos atendimentos. (Maria)

Tipo assim, porque eu vejo as vantagens e eu também vejo as desvantagens. Não tem como a gente ignorar isso. Mas pra mim é bom porque tem a questão de que eu gasto menos, eu tenho um conforto, o meu paciente também tem. Às vezes até demais, né? E aí a gente tem que até chamar atenção, porque às vezes vai fazer sessão deitada e não é para ser assim. Mas acaba que essa seria uma desvantagem. Mas para mim, de modo geral, eu gosto muito porque eu me sinto até mais segura, você acredita? A oportunidade de eu poder estar em vários lugares, não saindo da minha casa, né? Para mim isso não tem preço. E eu gosto também da facilidade. (Kátia)

Por fim, Aline destaca a satisfação ao ver os pacientes progredindo, especialmente na fase de manutenção de ganhos. Além disso, reconhece a importância de envolver as famílias no processo terapêutico.

É a alta. Eu acho, eu acho que na verdade, quando eles entram, principalmente na manutenção de ganhos, né? A hora que você pega um paciente que entra ali, às vezes com ideação suicida, com risco de vida mesmo, e aí você vê isso evoluindo, e ele trazendo objetivos, ele trazendo coisas que ele gostaria de fazer, fazendo planos, acho que, para mim, isso faz muita diferença. E uma coisa que eu também estou descobrindo é fazer reunião familiar. Porque é o quanto a gente entender que não adianta eu atender esse meu paciente. Ele está envolvido ali, em um meio, e se muitas vezes eu não psicoeducar essa família, não psicoeducar essas pessoas que estão ao redor dele, eu vou ficar patinando, porque ele sai bem da sessão, só que ele tem mais convívio com essas pessoas do que comigo, e aí na semana seguinte ele volta da mesma forma ou até pior. Então eu tive que entender que não, a terapia acontece quando a sessão acaba. Então, se a terapia acontece quando a sessão acaba, eu preciso estar, de certa forma, reunindo também quem está ao redor para entender esse processo. E aí eu tenho feito muito reunião familiar, de chamar a família todo mesmo, vem todo mundo, vamos lá, é marido, é irmão, é filho, é mãe, pai, o que tiver ao redor, que mora junto, ou que não mora, que tem mais contato, vamos.

Esses relatos refletem a diversidade de experiências e preferências entre os psicólogos, destacando o vínculo emocional com os pacientes, o desafio constante na prática clínica, a satisfação na evolução dos atendidos e a apreciação por diferentes aspectos da profissão. Cada profissional enfatiza o que mais lhe traz realização e como esses elementos contribuem para seu engajamento e crescimento na área. Os pontos apontados pelos profissionais foram de suma importância para análise, destacando que encontrar um equilíbrio saudável entre desafios que promovem o crescimento e momentos gratificantes na prática clínica é essencial para a satisfação profissional. Os profissionais podem buscar esse equilíbrio ao estabelecer metas realistas, desenvolver estratégias de enfrentamento eficazes para desafios inevitáveis e cultivar momentos de reflexão e celebração para reconhecer conquistas e progressos.

Na análise dessas experiências, ao examinar as narrativas à luz dos conceitos de Dejours (2018), torna-se evidente como as emoções, a identificação com o trabalho e a criação de vínculos emocionais se alinham com as perspectivas do autor sobre a subjetividade contexto do trabalho. Para o Dejours (2018, p. 62), a satisfação no trabalho perspassa por:

As satisfações concretas dizem respeito à proteção da vida, ao bemestar físico, biológico e nervoso, isto é, à saúde do corpo. Estas satisfações concretas analizam-se em termos de economia psicossomática, segundo duas linhas diretrizes: subtrair o corpo à nocividade do trabalho e permitir ao corpo entregar-se à atividade capaz de oferecer as vias melhor adaptadas à descarga da energia. Isto é: fornecer atividades físicas, sensoriais e intelectuais segundo proporções que estejam em concordância com a economia psicossomática individual. As satisfações simbólicas: desta vez, trata-se da vivência qualitativa da tarefa. É o sentido, a significação do trabalho que importam nas suas relações com o desejo. Não é mais questão das necessidades como no caso do corpo, mas dos desejos ou das motivações. Isto depende do que a tarefa veicula do ponto de vista simbólico.

A citação de Dejours (2018) nos ajuda a entender melhor as experiências dos psicólogos, dividindo a satisfação no trabalho em duas partes: a concreta e a simbólica. No lado concreto, trata-se da preocupação com a proteção da saúde física e mental. Isso se relaciona com as histórias dos psicólogos que compartilharam como lidam com desafios emocionais e físicos em sua prática clínica. Por exemplo, quando Sônia menciona a importância do vínculo e do cuidado, ela está falando sobre a satisfação concreta de se sentir bem ao se conectar emocionalmente com os pacientes, o que contribui para seu bem-estar psicológico. E quando, Flor diz que ir a academia, fazer atividade física é um fator protetivo para ela.

Por outro lado, as satisfações simbólicas se referem ao significado e sentido do trabalho. Isso é evidente nas histórias dos psicólogos ao expressarem o prazer em ver o progresso dos pacientes, ou como Alex fala sobre sua prática ser 70% baseada em amor. Aqui, a satisfação vai além das necessidades básicas e se relaciona com a realização pessoal e emocional ao proporcionar ajuda significativa aos outros.

Assim, ao trazer esses conceitos para as entrevistas dos psicólogos, podemos compreender como a satisfação deles no trabalho é moldada tanto por aspectos tangíveis, como o cuidado físico e emocional, quanto por aspectos mais subjetivos, como o significado e propósito que encontram em suas práticas clínicas. Isso mostra que a satisfação no trabalho é uma mistura única de cuidar da saúde e encontrar sentido nas experiências diárias.

**Realizações e reconhecimento profissionais**

Dejours (2018) ressalta que o reconhecimento no ambiente de trabalho vai muito além da simples remuneração financeira, sendo intrinsecamente ligado à valorização das competências e contribuições individuais dos trabalhadores. Para ele, o reconhecimento é uma dimensão crucial na construção da subjetividade e da identidade profissional, destacando que a ausência dessa valorização pode desencadear problemas de saúde mental, resultando no que ele chama de "adoecimento psíquico" proveniente do sentimento de desvalorização.

O autor argumenta que o trabalho desempenha um papel fundamental na formação da identidade de cada indivíduo. A valorização das contribuições no ambiente de trabalho é considerada essencial para a construção de uma identidade profissional positiva. Dejours introduz o conceito de "sofrimento psíquico no trabalho", relacionando-o a situações em que o trabalhador se percebe desvalorizado, ignorado ou subutilizado. Nesse contexto, o reconhecimento emerge como uma ferramenta crucial para a promoção da saúde mental no ambiente profissional.

Além disso, Dejours (2018) destaca a importância do diálogo e da participação ativa dos trabalhadores nas decisões relacionadas ao seu trabalho. Para ele, a capacidade de expressar opiniões e contribuições é vista como uma forma significativa de reconhecimento, fortalecendo não apenas a autoestima dos profissionais, como também o ambiente de trabalho como um todo. Essa interação ativa e a possibilidade de contribuir para as decisões são consideradas elementos fundamentais para cultivar um ambiente laboral saudável e promover o reconhecimento mútuo entre os membros da equipe.

Os relatos dos profissionais revelam aspectos gratificantes e realizadores em suas práticas clínicas. Ana Paula compartilha seu sucesso em alcançar a autossuficiência financeira em sua clínica, conseguindo pagar todas as despesas, incluindo supervisão, cursos e contas do consultório e da casa. Esse fato evidencia um aspecto de realização pessoal e profissional. A psicóloga aborda a natureza dinâmica e incerta da prática clínica, comparando-a a uma montanha-russa. A habilidade de se adaptar a diferentes fluxos de trabalho ao longo do ano é fundamental para o sucesso na prática privada.

Mas está indo, né, então eu comecei em março, mas em julho eu conseguia pagar minhas contas sozinha, todas as minhas contas sozinhas, né, contando supervisão, cursos, né, e tudo mais, mais as contas do consultório e da casa, eu conseguia me bancar já. A gente vai aprendendo também ao movimento da clínica, então ter a clínica é viver numa incerteza muito grande, né, porque, principalmente o começo, porque as coisas não são fixas, né, muito pelo contrário. As coisas são como andar numa montanha russa, né, nenhum mês é igual ao outro, as coisas são diferentes, o movimento é diferente em algumas épocas, né, então, né, final do ano o movimento aumenta bastante, começo de janeiro o movimento diminui (...) então, tem essas questões que a gente vai aprendendo também esse movimento, né, para que a gente possa se organizar de alguma forma, né, então é uma incerta, é viver o incerto, principalmente o início. (Ana Paula)

Vários profissionais expressam satisfação ao testemunhar a evolução de seus pacientes. Observar pequenas mudanças e sutilezas ao longo do tempo é descrito como extremamente gratificante, fornecendo um senso de propósito na prática.

É ver a evolução de cada paciente. Eu acho que é a coisa mais gratificante que tem. Então, a gente vê as pequenas sutilezas que às vezes o paciente ainda não percebeu. Mas é muito gratificante ver a evolução de cada paciente. E às vezes há uma mudança nos pequenos detalhes que nem o paciente percebe. Então você pega numa fala dele uma coisa que há meses ele nunca cogitaria falar. E ele não percebe, é como se fosse, tipo, normal (...) E aí ele vai mudando. Então ele vai se tornando consciente do próprio comportamento, vai se tornando consciente do modo como ele funciona na vida. E ver o paciente fazendo esse movimento é muito bacana. Porque você vai vendo a parte doente do paciente diminuindo e a parte sadia dele quase que florescendo ali. (Ana Paula)

Sônia destaca a importância de criar vínculos e receber reconhecimento social, seja através da interação com alunos durante uma aula ou ao estabelecer conexões mais profundas com os pacientes. Essa dimensão social é vista como impagável.

O que que me realiza? Nossa. Me realiza ter reconhecimento de que tá funcionando. Me realiza estar com pessoas, assim, me realiza estar com pessoas, conhecer pessoas e criar vínculos, assim. Tipo, ontem na UEM, foi meu primeiro dia dando aula, né? Dando aula do estágio de docência, assim. Mas eu saí de lá conversando com muitas pessoas e as pessoas querendo saber meu nome e eu querendo saber o nome delas, nesse sentido de se conhecer e daí trocando contatos, assim. Daí, por exemplo, à noite uma menina me mandou mensagem perguntando umas outras coisas e tal. Então, acho que para mim isso é impagável, assim. Acho que não importa o trabalho que eu for fazer, mas isso pra mim é uma coisa muito importante, assim, de criar vínculos e vínculos bons, mesmo que vocês não sejam profissionais, mas assim, criar vínculos bons. Eu gosto de estar com pessoas e acho que isso é o que me realiza. E é engraçado porque na Psicologia a gente cria vínculos muito profundos, no sentido de caramba, a gente sabe muitas coisas que talvez só a gente saiba, né? Então, a gente acaba criando vínculos, assim, né. Eu vejo que eu consigo me conectar com os pacientes quando eu sou eu. Quando eu consigo estar com a roupa que eu me sinto bem, quando eu consigo rir de uma piada que eu iria rir em outras situações. Então nesse sentido, assim. (Sônia)

O participante Alex ressalta a importância da espontaneidade e relações genuínas na clínica. Sua abordagem contemporânea, que foge do tradicional formato "neutro", destaca a relevância de ser autêntico para estabelecer conexões significativas.

O que me realiza mesmo é a clínica. Mas de uma forma mais específica, me realiza a qualidade das relações que eu venho estabelecendo aqui. E olha como eu venho observando a melhoras dos pacientes através justamente dessa relação. Uma relação íntegra, genuína, espontânea, me realiza muito. E num primeiro momento, é uma coisa que eu achei que não ia dar certo. A gente vem da academia muito formatado, sabe? Não é aquela coisa. Você tem que atender assim e você tem que ser neutro. Você não pode espirrar na frente do paciente. Está ali, firmão. É, sim. William Bonner. Eu nunca consegui fazer uma clínica da forma que eu estou falando aqui, lembrei, ele é até normal. Não é todo mundo que dá conta, né? Porque tem gente que é o cara formatadinho, cavanhaquinho freudiano, cabelinho no gel. Eu não faço perfil, não dou conta. É uma coisa subjetiva, eu não sou esse cara business. Então, realmente, tem paciente que vem, faz uma ou duas sessões. Ai o meu cachorro está com febre e não vai dar pra eu ir mais. E eu, tabom. Mas tem paciente que se identifica, principalmente os mais jovens. O paciente fala, porra, mano, você é da hora. Fala umas gírias, fala uns palavrões. Não, eu ia lá no outro psicólogo e eles só falavam um uhun, mas aqui eu troco uma ideia, falei mal da igreja, do Estado. Não valeu, mano. E essa é uma proposta clínica muito contemporânea. (Alex)

Enquanto isso, Karine menciona a realização ao ver o progresso dos clientes e o retorno financeiro que possibilita visualizar um futuro desejado. Essa combinação de progresso pessoal e profissional é um motivador significativo.

O que me realiza é a questão de ver os progressos dos clientes e aí pensando mais em mim, voltando assim, é o que ele tem me proporcionado, financeiramente falando. Eu falei que eu venho de um progresso, então, até a questão, eu tenho um gasto muito alto com a clínica, mas não é como um espaço em si, né, de pagar imposto, é de deslocamento, é da pós-graduação, que é um valor mais elevado, mas fora isso eu estou conseguindo ir conseguindo visualizar um futuro possível dentro daquilo que eu queria. Então, o retorno financeiro, mesmo que não seja das blogueirinhas, ainda assim o retorno financeiro que já entrou de acordo com aquilo que eu esperava quando eu decidi, por exemplo, ir para a clínica. E a base que eu tinha era de uma bolsa da residência, né, então, foi aí que eu fiz o meu cálculo financeiro da minha escolha, então, se em dois anos eu estiver conseguindo isso, não estava conseguindo isso no final do ano passado, mas se em dois anos eu conseguisse aquilo, tipo, seria melhor que eu terminasse a residência e aí eu iria me ver em um espaço vazio, e isso daí me gerava sofrimento antes mesmo de viver. (Karine)

Kátia destaca a evolução do paciente como um indicador crucial de sucesso. Além disso, ela encontra realização na capacidade de atender pessoas de diferentes lugares, proporcionando acessibilidade e ampliando seu contato com diversas realidades.

O que me realiza? Tá, vamos lá. Acho que várias coisas. A primeira é você ver a evolução do paciente, né? Não tem como fugir disso. Pra mim, esse é o resultado de todo o processo terapêutico. Você precisa ver a evolução pra você sentir que você tá fazendo um bom trabalho, que você tá no caminho certo. Só que eu também tive que aprender muita coisa em relação a isso. A terapia, ela é colaborativa, não dá só pra eu fazer e o paciente não fazer. O meu bom resultado vai vir dessas duas pessoas. Então, eu posso sim estar fazendo um ótimo trabalho, dando vários instrumentos pro paciente, e ainda assim, não ter um bom resultado. Porque ele não tá usando as coisas, ou ele não tá se engajando no processo. Isso pode acontecer, mas quando a gente vê, né? Claro que aí você tem que conversar com o paciente, tem toda essa questão pra trazer ele de volta. Mas quando você vê que é um paciente que tá ali engajado e você tá vendo a evolução dele, pra mim isso é o que mais me deixa realizada, porque de fato eu estou atingindo o objetivo do meu trabalho, que é ajudar as pessoas a melhorarem. A outra coisa que me realiza muito é isso de eu posso estar com as pessoas de onde eu quiser. Claro que eu não posso estar lá na Europa e atendendo como psicóloga, porque o CRP não vale. Mas eu posso estar em outro lugar aqui do Brasil e validar o meu CRP nesse estado e atender pessoas de qualquer lugar. O fato é, essa acessibilidade, isso me realiza, porque eu não fico limitada. E eu gosto de estar sempre entrando em contato com pessoas diferentes, de lugares do mundo diferente, me pra eu também ter mais conhecimento sobre. Eu acho que assim, essas duas coisas são as que mais me realizam. (Kátia)

Deucy destaca a beleza do trabalho quando percebe que os clientes estão quebrando paradigmas e ampliando suas visões sobre os problemas. A sensação de animação e realização vem da observação das transformações no processo terapêutico.

Hoje o que mais me realiza é o vínculo do processo, que está muito longe. Quando eu percebo que o cliente está quebrando alguns paradigmas, digamos assim, é muito recompensador, quando consegue ampliar a visão do problema e entende que ele é capaz de se posicionar diferente daquilo, diante da vida, de situações difíceis que se passaram. Nossa, isso dá um animo, sabe? Nossa, todo esse trabalho, pós, supervisão, esse cansaço, está tendo aqui a beleza da coisa, sabe? Posso dizer que isso. (Deucy)

A psicóloga Ieda revela seu prazer em pesquisar e estudar casos. Essa busca por aprofundamento e conhecimento sobre os casos contribui para sua realização profissional. “Eu gosto muito de pesquisar sobre os casos. Eu gosto muito de estudar os casos. Nesse caso, eu gosto bastante de me aprofundar, pesquisar, ler alguma coisa sobre eu acho que ajuda bastante” (Ieda). Maria destaca a realização ao ver pacientes que, inicialmente, chegam paralisados e em intenso sofrimento, conseguindo se reestruturar psicologicamente e dar novos passos. A transformação dos pacientes é um ponto chave.

É ver essa transformação, assim, eles conseguirem se reestruturar psicologicamente, então quando eu vejo que esse paciente tá conseguindo dar novos passos, porque eles chegam muito paralisados, assim. A terapia do luto pega um público que chega muito paralisado, um sofrimento muito intenso, não conseguindo nem falar de um futuro, é muito assim, é uma sessão muito pesada, assim, eu diria. Então assim, eu me sinto realizada, quando eu começo, vejo eles conseguindo construir, né, novos passos, dar novos passos, então isso pra mim, nossa, é muito, muito importante. (Maria)

Flor expressa uma paixão profunda ao ver as vidas das pessoas sendo transformadas, especialmente quando elas atingem metas significativas, como melhoras no humor, rotina e relações.

Eu acho que é a questão de você conseguir mudar vidas, no sentido de você ver a pessoa chegando com uma ideia e você ajudando-a a transformar aquela ideia desadaptativa numa coisa mais funcional, conseguir ver as minhas pacientes conseguindo cumprir as metas, conseguir ver elas tendo melhoras significativas de humor na rotina, nas relações, com o corpo. Isso tipo assim, eu fico arrepiada porque pra mim não tem preço que pague e eu sou completamente apaixonada por isso. (Flor)

Aline compartilha sua satisfação ao atender idosos, superando estereótipos relacionados à idade. A experiência positiva com esse grupo populacional também resulta na indicação de familiares, contribuindo para a expansão de sua clientela.

Eu amo atender idoso, porque eu atendi idoso já na enfermagem. Então, de certa forma, eu tô um pouco mais habituada em trabalhar com idoso. E eu vejo que é uma área que o pessoal tem resistência, eles não gostam. Eu até ouvi de um profissional assim “aí, Aline, já tá na reta final, já não tem muito o que fazer”. Eu falei, olha como cada uma enxerga diferente, né, porque eu já acho que tem tanta coisa e que eles se limitam por conta da idade. E aí, eu acho que isso acabou abrindo portas, porque aí eu comecei realmente atendendo um pouco mais de idoso. E idoso vem trazendo, né, porque o idoso foi indo pra alta, ele foi indicando o filho, a filha, a nora, a neta, e a coisa foi fluindo assim. (Aline)

Esses relatos destacam a diversidade de fatores que contribuem para a realização dos profissionais na prática clínica, desde aspectos financeiros até transformações psicológicas e vínculos interpessoais. Cada profissional encontra sua própria fonte de satisfação e significado na jornada terapêutica. Cada um deles expressa suas motivações e realizações na prática clínica, destacando aspectos como independência financeira, conexões emocionais com os pacientes, evolução e transformação dos clientes, e a importância de uma abordagem autêntica e espontânea.

A teoria de Dejours (2018) sobre reconhecimento no ambiente de trabalho proporciona uma base sólida para entender os fatores que contribuem para a satisfação e realização profissional dos psicólogos na prática clínica. O autor destaca a importância do reconhecimento na construção da identidade profissional. Os relatos dos psicólogos refletem a busca por reconhecimento não apenas financeiro, mas também pela valorização das competências individuais. O reconhecimento contribui para uma identidade profissional positiva, influenciando diretamente o bem-estar psicológico, quando isso não acontece, o sofrimento psíquico no trabalho se torna inerente. Os profissionais mencionam a satisfação ao testemunhar a evolução dos pacientes, destacando como a ausência de reconhecimento pode impactar negativamente não apenas no ambiente de trabalho, mas também na saúde mental dos profissionais.

Outro ponto relacionado a Dejours (2018), está na participação ativa dos trabalhadores nas decisões relacionadas ao trabalho está alinhada com a importância destacada pelos psicólogos em ter a capacidade de expressar opiniões e contribuições. Esse envolvimento ativo é percebido como uma forma significativa de reconhecimento, promovendo um ambiente de trabalho saudável. Os relatos dos profissionais destacam diferentes aspectos que contribuem para sua realização, incluindo a autonomia financeira, a evolução dos pacientes, a capacidade de atender pessoas de diferentes lugares e a paixão pelo trabalho. A transformação das relações de trabalho e na promoção de ambientes mais saudáveis também pode ser relacionada aos relatos dos psicólogos sobre a transformação e evolução dos pacientes. A capacidade de contribuir para a mudança e crescimento dos clientes é uma fonte significativa de realização profissional. Dejours (2018, p.166) explica esse fenômeno:

A questão crucial reside no par contribuição/retribuição. A retribuição em forma de salário, de vantagens materiais, por um lado, e de reconhecimento social, de reconhecimento do mérito, de reconhecimento de identidade e de originalidade, por outro; esta retribuição, portanto, está à altura da contribuição que o sujeito di à sociedade, à empresa, a seus próximos, àqueles que encontram em suas relações sociais? Se esta retribuição é conveniente em relação à contribuição e às implicações dela provenientes em termos de sofrimento ou até de doença, então os problemas de saúde, de sofrimento e de doença adquirem um sentido nas relações sociais, o que contribui para mobilizar o sujeito em direção às coisas da cidade, na medida em que seus próprios interesses identificam-se com as grandes questões tratadas no espaço público.

Assim, a retribuição adequada, tanto em termos materiais quanto em reconhecimento social, é fundamental para o bem-estar do trabalhador. Se a retribuição é apropriada em relação à contribuição e às implicações dessa contribuição, incluindo possíveis sofrimentos ou doenças associadas, então os problemas de saúde e sofrimento ganham significado nas relações sociais. Essa adequação na retribuição contribui para mobilizar o sujeito, levando-o a se envolver nas questões da sociedade, especialmente quando seus interesses pessoais estão alinhados com as grandes questões tratadas no espaço público.

**Impressões Gerais**

A exploração da saúde e subjetividade do trabalhador neste capítulo ressoou profundamente comigo, pois evidenciou as complexidades e desafios enfrentados pelos indivíduos em seus ambientes de trabalho. Ao considerar as questões de saúde mental no contexto do trabalho, fui levada a refletir não apenas sobre a importância da autocompaixão e do autocuidado, mas também sobre as estruturas sociais e econômicas que contribuem para o estresse e a alienação no local de trabalho.

Dentre os participantes, houveram achados semelhantes, como a dificuldade em garantir estabilidade financeira no início da clínica, a dificuldade em diferenciar tempo de trabalho e tempo de descanso/lazer, a insegurança profissional do início de carreira e os altos custos exigidos pela formação (estudos, supervisão, custos com clínica etc.), sobrecarga de tarefa, prolongamento de jornada laboral etc. Essas informações corroboram com a individualização da classe de trabalhadores e autorresponsabilização sobre o sofrimento e sucesso. Tais elementos proporcionam um afastamento dos profissionais, tornando a solidão relatada por eles cada vez mais real e difícil de ser quebrada, seja por richas de abordagens, áreas de atuação ou busca por sobrevivência no mundo capitalista.

Destacamos ainda um individualismo imposto pelos próprios participantes (característica da sociedade neoliberal), haja vista que muitos nos relataram que nunca haviam pensado ou conversado com outros profissionais sobre essa temática. Tais questões descortinam um contexto para o qual devemos lançar nossas atenções, frente às mudanças, à intensidade e ao ritmo acelerado dos acontecimento. Somado a isso, temos o uso das mídias sociais que reitera essa aceleração.

Em meio às reflexões acerca das narrativas compartilhadas pelos participantes, é imperativo resgatar minha presença nesse contexto analisado. Como psicóloga, autônoma discente e pesquisadora, alinho-me às experiências descritas, pois, assim como os profissionais em foco, enfrento desafios similares na busca por equilíbrio e sucesso nesse cenário profissional. A tensão entre a necessidade de estabelecer uma base financeira estável, a constante negociação entre tempo dedicado ao trabalho e momentos de descanso, a ansiedade típica do início de carreira e os custos significativos associados à formação e à administração clínica são fatores presentes em minha trajetória.

No entanto, é fundamental reconhecer que, como pesquisadora, encontro-me também imersa na análise crítica desses desafios, visando contribuir para uma compreensão mais profunda das dinâmicas que permeiam a saúde e subjetividade do trabalhador na contemporaneidade. Nesse diálogo entre minha história e o universo explorado, busco não apenas compreender as singularidades do percurso individual, mas também lançar luz sobre as tendências mais amplas que influenciam a experiência coletiva desses profissionais. Para que seja possível pensar estratégias para lidar com esses movimentos, afinal, não se pode demonizar o trabalho autônomo mediado pelas mídias sociais. É necessário, na verdade, conversar sobre as expectativas, as pressões, de modo crítico e não seguir as tendências lançadas virtualmente. Pois o discurso vendido é feito por alguém que lucra, e os psicólogos, em sua maioria, apenas o compram.

**CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Esta dissertação de mestrado buscou analisar a subjetividade e saúde dos empreendedores em Psicologia, através da análise da atividade de psicólogos clínicos recém formados em mídias sociais à luz da Psicossociologia do Trabalho.Recaptular os objetivos do trabalho é relevante para verificar se os mesmos foram atingidos ou não. O objetivo geral da presente pesquisa foi compreender como o discurso do empreendedorismo reverbera na subjetividade e saúde mental dos profissionais que se dedicam a essas atividades na área da Psicologia Clínica. Dados os temas discutidos ao longo do trabalho, é possível verificar que esse objetivo foi cumprido, pois os profissionais falaram sobre os temas de empreendedorismo e como isso impactava no seu dia a dia de trabalho, relações e intercorrências na saúde e subjetividade.

Quanto aos objetivos específicos, que eram: compreender os sentidos atribuídos pelos psicólogos às suas atividades, notadamente no que diz respeito aos impactos de seu trabalho em sua saúde e subjetividade; analisar os impactos da plataformização do trabalho na atividade e saúde de psicólogos que se utilizam de mídias sociais para divulgação de seus trabalhos; entender como é apreendido, desenvolvido e concebido o conceito de empreendedorismo pelos profissionais de Psicologia na área clínica e quais os efeitos disso para esses trabalhadores.Também é possível verificar que os mesmos foram atingidos, inclusive resultando em três capítulos: empreendedorismo na área da PsicologiaClínica; mídias sociais e plataformização; saúde e subjetividade do trabalhador. Cada capítulo conta com subcapítulos abordando os principais temas encontrados.

No capítulo sobre empreendedorismo na área da PsicologiaClínica, os profissionais compartilharam suas visões sobre o assunto, discutiram os benefícios e malefícios da proposta e como aplicam esses conceitos em seu dia a dia de trabalho. Um ponto destacado neste capítulo é o fato de que a maioria dos profissionais se intitula empreendedores, enquanto, na verdade, atuam como autônomos. Eles elencam benefícios dessa abordagem, mas não necessariamente do verdadeiro empreendedorismo.

No capítulo de mídias sociais e plataformização, os psicólogos relataram suas atuações utilizando esses meios, discutiram como divulgam seus trabalhos, quais plataformas utilizam e como lidam com as mídias sociais. Foi possível observar de forma massiva o quanto os profissionais se comparam a outros no mundo *online* e o desejo de autenticidade em sua atuação profissional e no dia a dia virtual. Outros aspectos relevantes encontrados foram a visibilidade *online* e a liberdade geográfica.

O capítulo sobre saúde e subjetividade do trabalhador mostrou que os profissionais da área enfrentam muitas particularidades, como cobranças intensas e a necessidade de lidar com aspectos pessoais e profissionais. No entanto, os profissionais destacaram os benefícios e fatores protetivos de estar na área, ressaltando a valorização dos pares e dos pacientes como um grande sentido para eles se sentirem realizados.

O estudo apresenta algumas limitações que merecem consideração. Em primeiro lugar, a amostra restrita de profissionais da Psicologia Clínica que participaram pode comprometer a generalização dos resultados para a comunidade mais ampla de psicólogos. Além disso, a pesquisa pode ter uma limitação geográfica, uma vez que os participantes estão concentrados na região Sul e Suldeste, respectivamente Paraná e São Paulo, impactando a representatividade e a aplicabilidade dos resultados em contextos diferentes. Adicionalmente, o estudo foi realizado em um período específico, com profissionais recém-formados, e mudanças nas dinâmicas de trabalho ao longo do tempo não foram abordadas, o que pode ser uma limitação temporal.

Realizar uma pesquisa de mestrado foi uma conquista pessoal significativa, marcada pela valorização do conhecimento e pelo desenvolvimento tanto pessoal quanto profissional. A jornada foi repleta de desafios, inicialmente com a mudança de cidade, seguida pelo envolvimento no trabalho com crianças autistas e, por último, enfrentando um episódio depressivo. Durante esse processo, questionei diversas coisas, inclusive a minha decisão de concluir o mestrado. No entanto, as mais de vinte horas de entrevistas realizadas para o presente trabalho, as mais de quatrocentas páginas de transcrição e a abordagem de inúmeros temas pessoais que foram compartilhados comigo, motivaram-me a seguir em frente. Afinal, descobri que, antes de ser psicóloga, sou, acima de tudo, humana.

Dessa forma, meu desejo é continuar contribuindo para o campo de trabalho, permitindo que os profissionais de Psicologia também se reconheçam como seres humanos. Isso implica compreender os desafios decorrentes do contexto social e político que permeia a área, valorizando a saúde e subjetividade desses profissionais e desenvolvendo estratégias para enfrentar os desafios discutidos ao longo da dissertação.Ademais, pretendo expandir meu impacto na área, promovendo a conscientização sobre a importância do equilíbrio entre vida profissional e pessoal, bem como incentivando a busca contínua pelo autoconhecimento. Acredito que, ao compartilhar minha experiência e aprendizado, posso inspirar outros profissionais a enfrentarem seus próprios desafios e a se reconectarem com a essência humana que permeia a prática da Psicologia.

Ao encerrar este trabalho, é necessário não apenas refletir sobre as descobertas, mas também propor ações concretas para lidar com as complexidades do empreendedorismo na Psicologia Clínica. Como pesquisadora, estou na posição privilegiada de direcionar sugestões que vão além da academia, alcançando os profissionais diretamente envolvidos.Uma iniciativa crucial que pode ser realizar em conjunto com o Conselho Regional de Psicologia (CRP) e Conselho Federal de Psicologia (CFP), é promover diálogos e workshops no âmbito regional, estadual e se possivél nacional, proporcionando espaços seguros para os psicólogos discutirem abertamente as implicações do empreendedorismo em sua saúde mental e subjetividade. Estimular a conscientização sobre práticas sustentáveis, incluindo estratégias para equilibrar a pressão empreendedora com a preservação da saúde emocional, seria uma abordagem acolhedora e significativa. Além disso, é necessário enfatizar a responsabilidade ética dos psicólogos, destacando a necessidade de uma atuação comprometida com a integridade, transparência e cuidado para consigo e com os pacientes, podendo ser incorporado em iniciativas de desenvolvimento profissional contínuo. O estímulo à autorreflexão sobre as práticas empreendedoras e seu impacto na qualidade dos serviços prestados deve ser uma prioridade.

Como mulher, pesquisadora crítica e psicóloga com contas a pagar, reconheço que minha voz desempenha um papel crucial na discussão sobre o impacto do empreendedorismo na Psicologia. Acredito firmemente na importância de compartilhar minhas experiências pessoais e *insights* para contribuir com a construção de uma compreensão mais ampla e empática dentro da nossa comunidade profissional.Ao utilizar mídias sociais e construir a presente dissertação, busco criar espaços abertos e inclusivos para que colegas de profissão possam se sentir à vontade para compartilhar suas próprias experiências e desafios. A ideia é incentivar a formação de uma comunidade de apoio onde a troca de vivências não seja apenas encorajada, mas também celebrada como um sinal de coragem e humanidade.

Entendo que muitos de nós, enquanto psicólogos autônomos, enfrentamos uma série de desafios que vão além do ambiente clínico. A pressão por resultados e a necessidade de equilibrar a vida profissional com as responsabilidades financeiras muitas vezes podem ser esmagadoras. No entanto, quero reforçar que enfrentar esses desafios não é um sinal de fraqueza, mas sim uma demonstração de coragem e resiliência.Minha mensagem é clara: estamos todos juntos nessa jornada e, ao compartilhar nossas histórias e apoiar uns aos outros, fortalecemos não apenas nossa própria saúde mental, mas também a saúde da profissão como um todo. Além disso, proponho uma reflexão sobre a necessidade de uma mudança cultural na forma como o empreendedorismo é percebido na Psicologia. Desmistificar a ideia de que ser empreendedor significa sacrificar a saúde mental em prol do sucesso profissional é um passo fundamental. É necessário encorajar uma cultura que valorize não apenas a produtividade, mas também o bem-estar e a autenticidade. E claro, que tenha garantias e direiros, não apenas flexibilizações, terceirizações e duplas/ triplas jornadas.

Que este trabalho não seja apenas encarado como uma pesquisa, mas como um ponto de partida para uma discussão mais ampla e a implementação de medidas efetivas. Que cada palavra escrita e cada *insight* compartilhado sirvam como um chamado à ação e inspirem colegas, organizações profissionais e instituições a promoverem mudanças significativas. Estou comprometida em ser parte desse movimento contínuo em prol de uma Psicologia mais saudável e sustentável.

# REFERÊNCIAS

Abílio, L. C. Uberização: a era do trabalhador just-in-time? *Estudos Avançados*. 34 (Estud. av., 2020 34(98)), 111–126 [online]. 2020, v. 34, n. 98, pp. 111-126. https://doi.org/10.1590/s0103-4014.2020.3498.008

Abílio, L. C., Amorim, H., & Grohmann, R. (2021). Uberização e plataformização do trabalho no Brasil: conceitos, processos e formas. *Sociologias*, 23(57), 26–56. https://doi.org/10.1590/15174522-116484.

Abílio, L. C. (2021). Empreendedorismo, autogerenciamento subordinado ou viração? Uberização e o trabalhador just-in-time na periferia. Contemporânea – *Revista de Sociologia da UFSCar*, v. 11, n. 3, set. - dez., pp. 933-955.

Abílio, L. C. (2019). Uberização: Do empreendedorismo para o autogerenciamento subordinado. *Psicoperspectivas*, 18(3), 41-51. https://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol18-issue3-fulltext-1674.

Abílio, L. C. (2019). Entrevista, in Machado, *Dormir na rua e pedalar 12 horas por dia: A rotina dos entregadores por aplicativo*. BBC News Brasil. 22.05.2019. Disponível em https://www.bbc.com/portuguese/brasil48304340.

Amorim, H.; Grohmann, R.(2021). O futuro do trabalho: entre novidades e permanências. Textos para Discussão-TD63. *Saúde Amanhã*. Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz, julho.

Antunes, R. (2018). *O privilégio da servidão* [recurso eletrônico]: o novo proletariado de serviços na era digital / Ricardo Antunes. - 1. ed. - São Paulo: Boitempo, 2018. (Mundo do trabalho) recurso digital.

Antunes, R. (2009). *Os Sentidos do Trabalho: Ensaio Sobre a Afirmação e a Negação do Trabalho.*Ricardo Antunes. - [2.ed., 10.reimpr. rev. e ampl.]. - São Paulo, SP : Boitempo, 2009. -(Mundo do Trabalho).

Antunes, R. Praun, L. (2015). A sociedade dos adoecimentos no trabalho. *Serviço Social & Sociedade,* (123), 407–427.https://doi.org/10.1590/0101-6628.030.

Araújo, T. M. de., & Lua, I. (2021). O trabalho mudou-se para casa: trabalho remoto no contexto da pandemia de COVID-19. Revista Brasileira De Saúde Ocupacional, 46(Rev. bras. saúde ocup., 2021 46), e27. https://doi.org/10.1590/2317-6369000030720.

Avila,L. A.(2002). Psicanálise e mitologia grega. *Pulsional Revista de Psicanálise*, 14/15(152/153), 7-18.

Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70.

Bauman, Z. (2001). *Modernidade líquida*. 1. ed. Rio de Janeiro: Editora Jorge Zahar.

Bauman, Z. (2005). *Vida Líquida*. 1. ed. Rio de Janeiro: Editora Jorge Zahar.

Blanch, J. M. (2003). Trabajaren la modernidad industrial. In J. M. Blanch (Coord.). *Teoría de las Relaciones Laborales*. Fundamentos (13-148. 331-338. 343-350). Barcelona: Editorial UOC. ISBN 8484293947. p. 14.

Bleger, J. (1998).*Temas em Psicologia*: *entrevistas e grupos*. 2 ed. São Paulo: Martins Fontes.

Bock, A. M., Furtado, O., Teixeira, M. L. T. (2009). *Psicologias. Uma Introdução ao Estudo de Psicologia*. 14ed. Saraiva, São Paulo, SP, Brasil.

Borges, L. de O., Barros, S. C. (2020). Psicossociologia e saúde mental no trabalho*.* In Schmidt. M. L. G. (Org) *Dicionário temático de saúde/doença mental no trabalho: principais conceitos e terminologias*, 1 edição, 490 p. São Paulo. Editora FiloCzar.

Baggio,A.F., Baggio, D.K. Empreendedorismo: Conceitos e Definições. Rev. de Empreendedorismo, *Inovação e Tecnologia*, 1(1): p. 25-38. 2014. Disponível em: https://seer.imed.edu.br/index.php/revistasi/article/view/612. Acesso em: 10 dez 2022.

Bier, A. F., Bottega, C. G., Merlo, A. R. C. & Perez, K. V. (2014). *Atenção ao sofrimento ao adoecimento psíquico do trabalhador e da trabalhadora: cartilha para profissionais do Sistema Único de Saúde – SUS*. Porto Alegre: Evangraf.

Bradbury, R. (2012). *Fahrenheit 451*. São Paulo: Editora Biblioteca Azul.

Brasil. Constituição. (1988). *Constituição da República Federativa do Brasil*. Brasília: Senado Federal, 2020.

Brasil. CLT. (2017). *Consolidação das Leis do Trabalho*. Brasília: Senado Federal, 2017.

Brasil. (1990). Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. Brasília, DF. Recuperado de https://www.planalto.gov.br/ccivil\_03/leis/l8080.htm

Braz, M. V. (2020). Hiperatividade Laboral. In Schmidt. M. L. G. (Org) *Dicionário temático de saúde/doença mental no trabalho: principais conceitos e terminologias*, 1 edição, 490 p. São Paulo. Editora FiloCzar.

Braz, M. V., Casadore, M. M., & Hashimoto, F. (2020). Intervenção em psicossociologia: a construção da escuta e a implicação nas organizações. *Psicologia Em Estudo*, 25(Psicol. Estud., 2020 25), e48468. https://doi.org/10.4025/psicolestud.v25i0.48468.

Braz, M. V., & Silva, G. E. da. (2020). Entrevista Com Vincent De Gaulejac. *Psicologia Em Estudo*, 25, e48212. https://doi.org/10.4025/psicolestud.v25i0.48212.

Broide, J. & Broide, E. (2016). *A psicanálise em situações sociais críticas: Metodologia clínica e intervenções*. 2a Edição. São Paulo: Ed Escuta.

Casilli, A. A. (2020). Da classe virtual aos trabalhadores do clique: a transformação do trabalho em serviço na era das plataformas digitais. *MATRIZes*, 14(1), 13-21. https://doi.org/10.11606/issn.1982-8160.v14i1p13-21.

Canguilhem, G. (2009). *O Normal e o Patológico*. 6ª.ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária.

Carreteiro, T,C. Barros, V, A. (2021). Contribuições da Psicossociologia no Brasil. In: Bendassolli, P, F., Soboll, A, P. *Clínicas do Trabalho*. Belo Horizonte: Artesã.

Casadore, M. M. (2020). Identidade e Trabalho. In Schmidt. M. L. G. (Org) *Dicionário temático de saúde/doença mental no trabalho: principais conceitos e terminologias*, 1 edição, 490 p. São Paulo. Editora FiloCzar.

Casadore, M. M., & Hashimoto, F. (2012). Reflexões sobre o estabelecimento de vínculos afetivos interpessoais na atualidade. *Revista Mal Estar e Subjetividade*, 12(1-2), 177-204.Recuperado em 09 de janeiro de 2024, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S151861482012000100007&lng=pt&tlng=pt.

Clot, Y., Soares, D. H. P., Coutinho, M. C., Nardi, H. C., & Sato, L. (2006). Entrevista: Yves Clot. *Cadernos De Psicologia Social Do Trabalho*, 9(2), 99-107. https://doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v9i2p99-107.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (1971). Lei nº 5766/71 *– Criação do Conselho Federal e Regionais de Psicologia*. Recuperado de https://site.Cfp.org.br/wp-content/uploads/2008/08/lei\_1971\_5766.pdf.

Conselho Federal de Psicologia – (1962). Lei 4119/62 – *Regulamenta a profissão de psicólogo*.

Recuperadodehttps://transparencia.Cfp.org.br/wp-content/uploads/sites/15/2016/12/Lei-4119\_1962.pdf.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (1997). Resolução Nº 10, de 20 de outubro de 1997 - *EMENTA: Estabelece critérios para divulgação, a publicidade e o exercício profissional do psicólogo, associados a práticas que não estejam de acordo como os critérios científicos estabelecidos no campo da Psicologia*.

Recuperadodehttps://site.Cfp.org.br/wp-content/uploads/1997/10/resolucao1997\_10.pdf.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (1997). Resolução Nº 11, de 20 de outubro de 1997 - *EMENTA: Dispõe sobre a realização de pesquisas com métodos e técnicas não reconhecidas pela Psicologia*.Recuperado de http://www.crprj.org.br/site/wp-content/uploads/2016/03/resolucao1997-11.pdf.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (2000). Resolução Nº 03, de 25 de setembro de 2000 - *Regulamenta o atendimento psicoterapêutico mediado por computador*. Recuperado de https://www.crprs.org.br/upload/legislacao/legislacao40.pdf.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (2000). Resolução Nº 06, de 16 de dezembro de 2000 - *Institui a Comissão Nacional de Credenciamento e Fiscalização dos Serviços de Psicologia pela Internet.* Recuperado de https://site.Cfp.org.br/wp-content/uploads/2000/12/resolucao2000\_6.pdf>.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (2005). Resolução Nº 12, de 18 de agosto de 2005 - *Regulamenta o atendimento psicoterapêutico e outros serviços psicológicos mediados por computador e revoga a Resolução CFP N° 003/2000*. Recuperado de http://site.Cfp.org.br/wp-content/uploads/2005/08/resolucao2005\_12.pdf>.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (2012). Resolução Nº 11, de 21 de junho de 2012 - *Regulamenta os serviços psicológicos realizados por meios tecnológicos de comunicação a distância, o atendimento psicoterapêutico em caráter experimental e revoga a Resolução CFP N.º 12/2005*. Recuperado de https://site.Cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/Resoluxo\_CFP\_nx\_011-12.pdf.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (2018). Resolução Nº 11, de 11 de maio de 2018 *- Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação e revoga a Resolução CFP N.º 11/2012.* Recuperado de https://site.Cfp.org.br/wp-content/uploads/2018/05/RESOLU%C3%87%C3%83O-N%C2%BA-11-DE-11-DE-MAIO-DE-2018.pdf.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (2020). Resolução Nº 04, de 26 de março de 2020 *- Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19.* Recuperado de https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-4-de-26-de-marco-de-2020-250189333.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (2022). Nota Técnica Nº 1/2022/Soe/Plenária, de 21 de junho de 2022- *Nota Técnica sobre Uso Profissional das Mídias sociais: Publicidade e Cuidados Éticos*. Recuperado de https://site.Cfp.org.br/wp-content/uploads/2022/06/SEI\_CFP-0612475-Nota-Tecnica.pdf.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (2023). *Infográfico, quantos somos?* Recuperado de http://www2.Cfp.org.br/infografico/quantos-somos/.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (2023). Resolução Nº 3 *- Institui condições para concessão e registro de psicóloga e psicólogo especialistas; reconhece as especialidades da psicologia e revoga as Resoluções CFP nº 13, de 14 de setembro de 2007, nº 3, de 5 de fevereiro de 2016, e nº 8, de 25 de abril de 2019*. Recuperado de https://www.in.gov.br/web/dou/-/resolucao-n-3-de-16-de-marco-de-2022-386760566.

Conselho Regional de Psicologia do Paraná - CRP-PR. (2022). *Nota técnica Nº 02/2022/08-COF/08/GETEC - Orienta profissionais da Psicologia sobre uso de mídias sociais, publicidade e cuidados éticos, e revoga as Notas Técnicas CRP-PR n° 001/2018 e 002/2019.* Recuperado de https://transparencia.Cfp.org.br/wp-content/uploads/sites/9/2022/09/Nota-Tecnica-2-2022.pdf.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (2023).*Tabela de Referência Nacional de Honorários dos Psicólogos em Reais (R$) Valores Atualizados pelo INPC-IBGE até Maio de 2023\* para Vigência em 1º junho/2023.* Recuperado de :https://site.cfp.org.br/servicos/tabela-de-honorarios/.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (2022).*Volume 01: Formação e inserção no mundo do trabalho - Quem faz a psicologia brasileira?*. Recuperado de: https://site.cfp.org.br/censopsi-2022-cfp-divulga-os-resultados-da-maior-pesquisa-sobre-o-exercicio-profissional-da-psicologia-brasileira/#:~:text=O%20CensoPsi%202022%20%C3%A9%20o,1%25%20como%20pansexual%20ou%20assexual.

Conselho Federal de Psicologia – CFP. (2005). Código de Ética Profissional do Psicólogo. Brasília.

Conselho Nacional de Saúde – CNS. (1996). *Resolução Nº 196, de 10 de outubro de 1996 - provar as seguintes diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humano.* Recuperado de ttps://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/1996/res0196\_10\_10\_1996.html.

Dardot, P. Laval, C. (2016). *A nova razão do mundo*. 1. ed. São Paulo. Editora Boi Tempo.

Debord, G. (2007). *A sociedade do espetáculo*. 1. ed. Rio de Janeiro. Editora Contraponto.

Dejours, C.; e Bègue, F. (2010). *Suicídio e Trabalho: o que fazer?*. Brasília: Paralelo 15.

Dejours, C. (2018).*A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho*. 6 ed. São Paulo, Cortez.

Dejours, C., Pereira Lins Mesquita, C., Rodrigues Peyon, E., & Henriques Dias, T. (2023). Entrevista com o professor emérito Christophe Dejours. *Confluências | Revista Interdisciplinar De Sociologia E Direito*, 25(1), 6-17. https://doi.org/10.22409/conflu.v25i1.57912.

Denkin, B. L., & Balieiro, F. de F. (2023). Masculinidades e aconselhamento nas mídias digitais: subjetivação e empreendedorismo de si em páginas do Instagram*. Sexualidad, Salud Y Sociedad* (Rio de Janeiro), (39), e22308. https://doi.org/10.1590/1984-6487.sess.2023.39.e22308.a.pt.

Ding, K., Yang, J., Chin, M.-K., Sullivan, L., Demirhan, G., Violant-Holz, V., Uvinha, R., Dai, J., Xu, X., Popeska, B., Mladenova, Z., Khan, W., Kuan, G., Balasekaran, G., & Smith, G. (2021). Saúde mental entre adultos durante o bloqueio da pandemia de COVID-19: uma comparação transversal entre vários países. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18 (5), 2686. https://doi.org/10.3390/ijerph18052686.

Dolabela, F. Entrevista: Fernando Dolabela fala sobre empreendedorismo. Revista Ibero Americana de Estratégia, vol. 4, núm. 1, Universidade Nove de Julho. São Paulo, Brasil, 2005, p. 13-23. Disponível em: https://www.redalyc.org/pdf/3312/331227106002.pdf.

Dornelas, J, C, A.*Empreendedorismo: Transformando idéias em negócios*. 5ed, Rio de Janeiro. Elsevier.

Ehrenberg, A. *O culto da performance: da aventura empreendedora à depressão nervosa*. Tradução de Pedro F. Bendassolli, São Paulo: Ideias & Letras, 2010.

Enriquez, E. (1999).*Perda do trabalho, perda da identidade.* Cad. Esc. Legisl. Belo Horizonte, v. 5, n.9, p. 53-73, jul./dez.

Enriquez, E. (2009). *As solidariedades estão voltando...* Boletim da Universidade Federal de Minas Gerais. Recuperado de: https://www.ufmg.br/online/arquivos/012658.shtml.

Enriquez, E. (2014). O trabalho, essência do homem? O que é o trabalho?. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 17(spe), 163-176. https://dx.doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v17ispe1p163-176.

Facas, E. P. (2020). Sociedade da Performance e a falácia da liberdade no discurso neoliberal. In: Sousa- Duarte. Mendes, A. M. Facas, E. P. (Orgs), *Psicopolítica e Psicopatologia do Trabalho.* Porto Alegre: Editora Fi.

Faiman, C. J. S. (2020). Retorno ao trabalho após afastamento por transtorno mental. In Schmidt. M. L. G. (Org) *Dicionário temático de saúde/doença mental no trabalho: principais conceitos e terminologias*, 1 edição, 490 p. São Paulo. Editora FiloCzar.

Ferreira, J. B. (2020). Vida e morte no mundo do trabalho: neoliberalismo como patologia bio e necropolítica. In: Sousa- Duarte. Mendes, A. M. Facas, E. P. (Orgs), *Psicopolítica e Psicopatologia do Trabalho.* Porto Alegre: Editora Fi.

Ferreira, M. C. (2020). Contexto de Trabalho. In Schmidt. M. L. G. (Org) *Dicionário temático de saúde/doença mental no trabalho: principais conceitos e terminologias*, 1 edição, 490 p. São Paulo. Editora FiloCzar.

Figueiredo, V. C. N. (2020). Escuta clínica da servidão: em pauta o sofrimento de mulheres desempregadas. In: Sousa- Duarte. Mendes, A. M. Facas, E. P. (Orgs), *Psicopolítica e Psicopatologia do Trabalho.* Porto Alegre: Editora Fi.

Fleury, M. T. L., & Sampaio, J. (2002). *As pessoas na organização.* 6. ed.. São Paulo: Gente.

Foucault, M. (1999). *Vigiar e Punir: Nascimento da Prisão*. 20. ed. Petrópolis: Vozes.

Freud, S. (1901-1905). *Um Caso de Histeria, Três Ensaios sobre a Sexualidade e outros trabalhos*. ESB Vol VII. Rio de Janeiro: Editora Imago, 1977.

Freud, S. (1914-1916).*Introdução Ao Narcisismo, Ensaios de Metapsicologia e Outros Textos.* Vol XII. São Paulo: Editora Companhia das Letras, 2010.

Galeano, E. (2002). *Livro dos Abraços*. Porto Alegre: Editora L&PM.

Garcia, P. A. G.; Marziale, M. H. P.(2020). Esgotamento profissional e impactos na saúde mental. In Schmidt. M. L. G. (Org) *Dicionário temático de saúde/doença mental no trabalho: principais conceitos e terminologias*, 1 edição, 490 p. São Paulo. Editora FiloCzar.

Gaulejac,V*.* (2007). *Gestão como doença social. Ideologia, poder gerencialista e fragmentação social*. 3. ed. São Paulo: Editora Ideias & Letras.

Gaulejac, V. (2013).*A doença do management.* [Youtube]. Recuperado de htt[ps://www.youtube.c](about:blank)o[m/watch?v=P7B0Y15gS1E&t=1245s](about:blank).

Gaulejac, V. (2014). *A Neurose de classe: Trajetória social e conflitos de identidade*. São Paulo: Via Lettera.

Global AD. (2024, janeiro). Digital Brazil 2023. Recuperado de https://globalad.com.br/blog/digital-brazil2023/#:~:text=181%2C8%20milh%C3%B5es%20de%20pessoas,70%2C6%25%20da%20popula%C3%A7%C3%A3o.

Grohmann, R. (2020). Plataformização do trabalho: entre a dataficação, a financeirização e a racionalidade neoliberal. *RevistaEptic*, v. 22 n. 1, p. 106-122, jan/abr. https://seer.ufs.br/index.php/eptic/article/view/12188.

Han, B.-C.(2015). *Sociedade do cansaço*. 1. ed. Petrópolis, RJ: Editora: Vozes.

Hashimoto, F. (2018). Escuta psicossociológica: o encontro com o/do indivíduo no espaço do trabalho. *Revista Espaço Acadêmico*, 209(XVIII), 56-64.

Haroche, C. (2011). Maneiras de ser e de sentir na aceleração e a limitação contemporânea. *Cad. Metrop*., São Paulo, v. 13, n. 26, pp. 359-378, jul/dez. Recuperado de https://revistas.pucsp.br/index.php/metropole/article/view/14758.

Instituto Brasileiro De Geografia E Estatística - IBGE. (2020b). *Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua - PNAD Contínua*. Rio de Janeiro: IBGE. Recuperado de htt[ps://www.ibge.gov.br/estatisti](about:blank)c[as/sociais/populacao/9173-pesquisa-](about:blank) nacional-por-amostra-de-domicilios-continua-trimestral.html?t=destaques>.

Instituto Brasileiro De Geografia E Estatística - IBGE. (2023a). *Desemprego no Brasil, 4º trimestre de 2022.* Rio de Janeiro: IBGE. Recuperado de https:/[/www.ibge.gov.br/explica/desempr](about:blank)e[go.php](about:blank).

Instituto Brasileiro De Geografia E Estatística - IBGE. (2023b). *PNAD Contínua: taxa de desocupação é de 7,9% e taxa de subutilização, de 18,5% no trimestre encerrado em dezembro*. Rio de Janeiro. Recuperado de https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/36334-pnad-continua-taxa-de-desocupacao-e-de-7-9-e-taxa-de-subutilizacao-de-18-5-no-trimestre-encerrado-em-dezembro.

Instagram. (2023a). *Business da plataforma.* Recuperado de https://business.instagram.com.

Instagram. (2023b). *Criadores de conteúdo.* Recuperado de https://creators.instagram.com.

Karhawi, I. (2020). *De blogueira a influenciadora, etapas de profissionalização da blogosfera de moda brasileira*. 1. ed. Porto Alegre: Editora Sulina.

Karhawi, I., & Prazeres, M. (2022). Exaustão algorítmica: influenciadores digitais, trabalho de plataforma e saúde mental*. Revista Eletrônica De Comunicação, Informação & Inovação Em Saúde*, 16(4), 800–819. https://doi.org/10.29397/reciis.v16i4.3378.

Kehl, M. R. (2015). O espetáculo como meio de subjetivação*. Concinnitas* | ano 16, volume 01, número 26, julho. Recuperado de https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/concinnitas/article/view/20102.

Kemp, S. (2023). *Digital 2023: Global Overview Report. Electronics Hub*. Recuperado de https://datareportal.com/reports/digital-2023-global-overview-report.

Lasch, C. (1983). *A cultura do narcisismo: A Vida Americana numa Era de Esperanças em Declínio.* 1 ed. Rio de Janeiro. Editora Imago Ltda.

Lhuilier, D. (2006). *Cliniques du travail*. Toulouse: Érès.

Lhuilier, D. (2014). Introdução à psicossociologia do trabalho. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 17(spe), 5-20. https://dx.doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v17ispe1p5-19.

Lhuilier, D. (2017). O agir em Psicossociologia Do Trabalho. *Psicologia em Revista*, 23(1), 295-311. https://dx.doi.org/10.5752/P.1678-9563.2017v23n1p295-311.

Marx, K. (2010). *Manuscritos Econômico-Filosóficos.* 1. ed. São Paulo: Boi Tempo.

Marx, K. Engels, F. (1998). *Manifesto Comunista.* 1. ed. São Paulo: Boi Tempo.

Marx, K. (2013). *O Capital* - Livro I – crítica da economia política: O processo de produção do capital. Tradução Rubens Enderle. São Paulo. Editora Boitempo.

Michaelis. (2021).*Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa*. Editora Melhoramentos. 2021. Recuperado de https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/empreender/.

Michaelis. (2023).*Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa*. Editora Melhoramentos. 2023. Recuperado de https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/fetiche/.

Michaelis. (2023).*Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa*. Editora Melhoramentos. 2023. Recuperado de https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/psicopatologia/.

Minayo, M. C. S. (2000).*Pesquisa social: teoria, método e criatividade*. 17. ed. Petrópolis: Vozes.

Moura, Débora Ferreira, Moura, Higor De Sousa, Filgueiras, Graziela De Moraes Rubin, Freire, Sandra Elisa De Assis, Negreiros, Fauston, & Medeiros, Emerson Diógenes De. (2021). Fear of missing out (FoMO), mídias sociais e ansiedade: Uma revisão sistemática. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 11(3), 99-114. Epub 01 de diciembre de 2021.https://doi.org/10.26864/pcs.v11.n3.7.

Organização Mundial da Saúde – OMS. (2022). *Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo*. Recuperado de https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em.

Paparelli, R., Sato, L., & Oliveira, F. de. (2011). A saúde mental relacionada ao trabalho e os desafios aos profissionais da saúde. *Revista Brasileira De Saúde Ocupacional*, 36(Rev. bras. saúde ocup., 2011 36(123)), 118–127. https://doi.org/10.1590/S0303-76572011000100011.

Parellada, C. I. (2009, jan./jun.). Arte Rupestre no Paraná. *Revista Científica – Fap*, 4(1), 1-25. Recuperado a partir de http://periodicos.unespar.edu.br/index.php/revistacientifica/article/view/1592.

Poell, T.,Nieborg, D., Van Dijck, J. Plataformização (Platformisation, 2019 – tradução: Rafael Grohmann). *Revista Fronteiras – estudos midiáticos.* 22(1):2-10 janeiro/abril 2020. Unisinos – doi: 10.4013/fem.2020.221.01.

Prodanov, L. S., Montardo, S. P., Karhawi, I., Amaral, A., & Grohmann, R. (2023). Autenticidade, carisma e engajamento em plataformas: percepção de fatores de sucesso de influenciadores por usuários do Instagram. *Lumina*, 17(2), 42–61. Recuperado de https://periodicos.ufjf.br/index.php/lumina/article/view/38698.

Quadrado, A. D. (2006). Pós-Modernidade: que tempos são estes?. *Caligrama (São Paulo. Online)*, *2*(3). https://doi.org/10.11606/issn.1808-0820.cali.2006.64693.

Rebolo, F. Tutya, S.T.B. Balabuch, L. C. R. Antunes, D. O. Autoestima. In Schmidt. M. L. G. (Org) *Dicionário temático de saúde/doença mental no trabalho: principais conceitos e terminologias*, 1 edição, 490 p. São Paulo. Editora FiloCzar.

Receita Federal, (2023). *Relatórios MEIs.* Disponível em: http://www22.receita.fazenda.gov.br/inscricaomei/private/pages/default.jsf.

Resende, N. S., Melo, P. E. (2020). Diálogos sobre a escola em contexto de pandemia: contribuições do pensamento de Paulo Freire e do Construcionismo Social. *Pedagogia em Ação*, Belo Horizonte, v. 13, n. 1. Recuperado de http://200.229.32.43/index.php/pedagogiacao/article/view/23755.

Ribeiro, M. I. Fernandes, A.; Diniz, F. (2016). Propensão ao empreendedorismo em alunos do ensino superior: O caso de uma instituição pública do nordeste português. *Revista de Empreendedorismo e Gestão de Micro e Pequenas Empresas*, 1(2), 67-77. Recuperado de https://www.revistas.editoraenterprising.net/index.php/regmpe/article/view/82.

Rocha, M. Trevisan, N. (2020).*Marketing nas Mídias Sociais*. 1. ed. São Paulo: Saraiva Uni.

Rosenfield, C.; Mossi, T. W. (2020).Trabalho decente no capitalismo contemporâneo: dignidade e reconhecimento no microtrabalho por plataformas. *Sociedade e Estado,* 35(03), 741–764.https://doi.org/10.1590/s0102-6992-202035030004.

Rumin, C. R. (2020). Atividades Sazonais e impactos na saúde mental e trabalho. In Schmidt. M. L. G. (Org) *Dicionário temático de saúde/doença mental no trabalho: principais conceitos e terminologias*, 1 edição, 490 p. São Paulo. Editora FiloCzar.

Saramago, J. (2016). *O conto da ilha desconhecida.* Companhia das Letras, São Paulo, 2016.

Schmidt, S.; Bohnenberger, M. C. (2019). Perfil empreendedor e desempenho organizacional*. Revista de administração contemporânea*, 13(Rev. adm. contemp., 2009 13(3)), 450–467. https://doi.org/10.1590/S1415-65552009000300007.

Schultz, D. P.; Schultz, S. E. (2014).*História da Psicologia Moderna*. Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil. Tradução da 10ª edição norte-americana.

Schumpeter, J. A. (1961). Capitalismo, Socialismo e Democracia. Editora Fundo de Cultura S.A.

Seligmann-Silva, E. (2011). *Trabalho e desgaste mental: o direito de ser dono de si mesmo.* São Paulo: Cortez.

Seligmann-Silva, E. (2013). Precarização da saúde mental no trabalho precarizado. In: Ferreira, J. J.; Penido, L. De O.; Rezende, E. De A.; Martins, R. L. Saúde Mental no Trabalho: *Coletânea do Fórum de Saúde e Segurança no Trabalho no Estado de Goiás*. Cir Gráfica: Goiânia - GO. p. 283-331.

Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresa – SEBRAE. (2022). *Três em cada 10 MEI fecham as portas em até cinco anos de atividade no Brasil*. Recuperado de https://www.agenciasebrae.com.br/sites/asn/uf/NA/tres-em-cada-10-mei-fecham-asportas-em-ate-cinco-anos-de-atividadenobrasil,7dd6221f9f21a710VgnVCM100000d701210aRCRD.

Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresa – SEBRAE. (2020). *Qual a diferença entre MEI e profissional autônomo?*Recuperado de https://www.sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/artigos/qual-a-diferenca-entre-mei-e-profissional-autonomo,71560d01760f1710VgnVCM1000004c00210aRCRD.

Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresa – SEBRAE. (2023). *Brasil tem quase 15 milhões de microempreendedores individuais.*Recuperado de https://sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/artigos/brasil-tem-quase-15-milhoes-de-microempreendedores-individuais,e538151eea156810VgnVCM1000001b00320aRCRD.

Severino, A. J. *Metodologia do Trabalho Científico*. (2007). 23. ed. - São Paulo: Cortez.

Sibilia, P. (2003). Os diários íntimos na Internet e a crise da interioridade psicológica. Compós - Associação Nacional dos Programas de Pós-Graduação em Comunicação. Recuperado a partir de https://proceedings.science/compos/compos-2003/trabalhos/os-diarios-intimos-na-internet-e-a-crise-da-interioridade-psicologica?lang=pt-br.

Silva, G. E. da. (2018). Teletrabalho: nova configuração de trabalho flexível e possíveis efeitos à subjetividade e saúde mental dos teletrabalhadores. *Revista Espaço Acadêmico*, v. 18, n. 209, p. 44-55, 25 out. Recuperado de https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/44709/751375138432.

Silva-Junior, J. S. (2020). Medicina Do Trabalho – Contribuições Para Saúde Mental Do Trabalhador. In Schmidt. M. L. G. (Org) *Dicionário temático de saúde/doença mental no trabalho: principais conceitos e terminologias*, 1 edição, 490 p. São Paulo. Editora FiloCzar.

Soldera, L. M. (2016a). Breve compêndio conceitual e metodológico da Psicodinâmica do Trabalho e da Psicossociologia. *Cadernos De Psicologia Social Do Trabalho*, 19(2), 243-253. https://doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v19i2p243-253.

Soldera, L.M. (2016b). *Clínicas do trabalho: diálogos entre Psicossociologia e Psicodinâmica do Trabalho*. Tese de Doutorado em Psicologia, UNESP – Assis. Recuperado de https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/138328/soldera\_lm\_dr\_assis.pdf;jsessionid=9861EF2F2634C44DE26AA9EBAA2F6482?sequence=3.

Soldera, L. M. (2020). Entrevista Com Professor Dr. Ricardo Antunes (UNICAMP - CAMPINAS-SP). *Psicologia Em Estudo*, 25, e48193.https://doi.org/10.4025/psicolestud.v25i0.48193.

Souza, C, R. Carreteiro, T, C. (2016). Narrativas de Vida e o seu uso pela Psicossociologia.

*Clínica & Cultura*, v.5, n.1.

Sociedade Brasileira de Psicanálise de São Paulo - SBP SP. (2023).*A importância de Thomas H. Ogden na clínica psicanalítica contemporânea*. Recuperado de https://www.sbpsp.org.br/blog/a-importancia-de-thomas-ogden/.

Paschoalin, H. C. (2020). Presenteísmo e adoecimento no trabalho. In Schmidt. M. L. G. (Org) *Dicionário temático de saúde/doença mental no trabalho: principais conceitos e terminologias*, 1 edição, 490 p. São Paulo. Editora FiloCzar.

Universidade De São Paulo – USP. (2021). *Candidatos ao vestibular 2022 da USP podem conferir relação candidato/vaga dos cursos.* Jornal da USP. Recuperado de https://jornal.usp.br/universidade/candidatos-ao-vestibular-2022-da-usp-podem-conferir-relacao-candidato-vaga-dos-cursos.

UNICEF. (2022). *Muito Mais que Fake News*. Recuperado de https://www.unicef.org/brazil/media/19196/file/muito-mais-que-fake-news.pdf.

Vasconcelos, A. De., Faria, J. H. de. (2008). Saúde mental no trabalho: contradições e limites. *Psicologia & Sociedade*, 20(Psicol. Soc., 2008 20(3)), 453–464. https://doi.org/10.1590/S0102-71822008000300016.

Vinuto, J. A amostragem em bola de neve na pesquisa qualitativa: um debate em aberto. (2014).*Temáticas*, Campinas, SP, v. 22, n. 44, p. 203–220.https://doi.org/10.20396/tematicas.v22i44.10977.

# Zambon. (2021). *O empreendedorismo e suas características comportamentais: uma análise da percepção da atitude empreendedora em teses publicadas no Brasil de 2007 a 2019*. Tese de Doutorado em m Ciência, Tecnologia e Sociedade, UFSCAR - São Carlos. Recuperado dehttps://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/14001/O%20empreendedorismo%20e%20suas%20caracter%C3%ADsticas%20comportamentais%20-%20uma%20an%C3%A1lise%20da%20percep%C3%A7%C3%A3o%20da%20atitude%20empreendedora%20em%20teses%20publicadas%20no%20Brasil%20de%202007%20a%202019.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

# Zanelli, J. C.; Borges-Andrade, J. E.; Bastos, A. V. B. (2014). [Org.]. *Campo profissional do psicólogo em organizações e no trabalho*. Psicologia, organizações e trabalho no Brasil. 2. ed. Porto Alegre: Artmed.

**ANEXO A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Gostaríamos de convidá-lo(a) a participar da pesquisa intitulada “SUBJETIVIDADE E SAÚDE DOS EMPREENDEDORES EM PSICOLOGIA:ANÁLISE DA PRÁTICA DE PSICÓLOGOS CLÍNICOS EM MÍDIAS SOCIAIS À LUZ DA PSICOSSOCIOLOGIA DO TRABALHO”, que faz parte do Programa de Pós-graduação em Psicologia (PPI) da UEM, no nível mestrado. A pesquisa é orientada pelo professor Lucas Martins Soldera, da Universidade Estadual de Maringá.

O objetivo da pesquisa consiste em compreender como a proposta de empreendedorismo reverbera na subjetividade e saúde mental dos profissionais que se dedicam a essas atividades na área da Psicologia Clínica, especialmente aospsicólogos clínicos que utilizam as mídias sociais como meio para divulgação e trabalho. Sua participação é importante e ocorreria da seguinte forma: participando de uma entrevista previamente agendada, de forma remota pela internet (plataforma *Google Meet*).

Gostaríamos de esclarecer que sua participação é totalmente voluntária. Você pode recusar-se a participar, recusar a responder qualquer questão ou desistir a qualquer momento, sem que isto acarrete qualquer ônus ou prejuízo à sua pessoa. É importante que você garanta e guarde uma cópia deste documento. Por se tratar de uma entrevista remota, a metodologia não traz nenhum risco físico aos participantes. Porém, a situação dialogal proposta pela entrevista pode evocar algum tipo de material psíquico, como emoções e ansiedade, decorrentes da situação do trabalhador com seu trabalho.Acreditamos que essa situação expõe nosso público-alvo a um nível mínimo de risco, seguindo a Resolução 510/2016 CNS e 466/2012 CNS.

Mesmo assim, o pesquisador compromete-sea adotar todas as medidas cabíveis para proteger os participantes, garantindo assim a autonomia dos mesmos. Cabe a ele também se preparar para minimizar desconfortos que possam acontecer nessa interação. No entanto, caso algum desconforto seja evocado, a Universidade Estadual de Maringá dispõe de um Serviço chamado Unidade de Psicologia Aplicada (UPA). Acreditamos que esse órgão seja capaz de oferecer a continência necessária caso haja alguma sensibilidade em relação aos conteúdos trabalhados, apesar de acreditarmos na baixa probabilidade para tal.

Cabe, portanto, também ao pesquisador se preparar para minimizar desconfortos que porventura possam acontecer nessa interação remota da pesquisa e se atentar para a política de privacidade da ferramenta utilizada, alémde se resguardar sobre o armazenamento dos dados.Isso possibilitará oferecer a maior segurança possível aos participantes. Informamos ainda que as informações serão utilizadas exclusivamente para os fins desta pesquisa e serão tratadas com o mais absoluto sigilo e confidencialidade, visando preservar a identidade dos participantes.

Destacamos que os dados coletados e tabulados ficarão guardados dentro do Departamento de Psicologia da UEM, na sala 03 do bloco 118, até o prazo legal de 5 anos para seu devido descarte. O pesquisador proporcionará assistência imediata e se responsabilizará pela assistência integral aos participantes da pesquisa em relação a complicações e danos decorrentes da pesquisa. Além disso, o pesquisador assume o compromisso de arcar com os custos referentes a esses danos, sem onerar o SUS ou os planos de saúde.

Os resultados esperados baseiam-se na ideia de que a atual conjuntura sanitária, devido à pandemia de Covid-19, pode contribuir para diversas fontes de sofrimento, inclusive nas relações de trabalho. Tais aspectos possibilitarão ao participante uma maior reflexão acerca da realidade social no ambiente de trabalho e dos reflexos da pandemia em nossa sociedade.

Todos os participantes terão a garantia de acesso aos resultados apresentados pelos pesquisadores, e será disponibilizado um material escrito com livre acesso para consulta. Em caso de dúvidas ou necessidade de esclarecimentos adicionais, pode nos contatar nos endereços abaixo ou procurar o Comitê de Ética em Pesquisa da UEM, cujo endereço consta neste documento. Este termo deverá ser preenchido em duas vias de igual teor, sendo uma delas devidamente preenchida e assinada, entregue a você. Ressaltamos que você receberá uma cópia desse documento, devidamente assinada, e orientamos sobre a importância de guardar adequadamente tal documento para assegurar seus direitos.

Além da assinatura nos campos específicos pelo pesquisador e por você, solicitamos que todas as folhas deste documento sejam rubricadas. Isto deve ser feito por ambos (pelo pesquisador e por você, como participante ou responsável pelo participante de pesquisa) de forma a garantir o acesso ao documento completo.

Eu,………………………………………….................................................................... declaro que fui devidamente esclarecido e concordo em participar VOLUNTARIAMENTE da pesquisa SUBJETIVIDADE E SAÚDE DOS EMPREENDEDORES EM PSICOLOGIA: ANÁLISE DA PRÁTICA DE PSICÓLOGOS CLÍNICOS EM MÍDIAS SOCIAIS À LUZ DA PSICOSSOCIOLOGIA DO TRABALHO E DA SAÚDE MENTAL RELACIONADA AO TRABALHO coordenada pelo Prof. Lucas Martins Soldera.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Data:…………………..

Assinatura ou impressão datiloscópica.

Eu, Adrielle Tenorio Duarte Pelloso, declaro que forneci todas as informações referentes ao projeto de pesquisa supra nominado.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Data:..............................

Assinatura do pesquisador.

Qualquer dúvida com relação à pesquisa poderá ser esclarecida com os pesquisadores, autorizados a aplicar esse TCLE e a conduzir essa pesquisa, conforme o endereço abaixo:

Nome: Adrielle Tenorio Duarte Pelloso

Endereço: Rua Nilo Polo Ferrato, nº 446, casa B. Jardim Paris, Maringá-PR.

(18) 996150123 / [adrielletenorioduarte@gmail.com](mailto:adrielletenorioduarte@gmail.com)

Nome: Lucas Martins Soldera

Endereço: Avenida Itororó, 1388, apto 1003. Zona 2, Maringá-PR.

(44) 997425555/ [lmsoldera@uem.br](about:blank)

Qualquer dúvida com relação aos aspectos éticos da pesquisa poderá ser esclarecida

com o Comitê Permanente de Ética em Pesquisa (COPEP) envolvendo Seres Humanos

da UEM, no endereço abaixo:

COPEP/UEM

Universidade Estadual de Maringá.

Atendimento aos pesquisadores e comunidade de 2ª a 6ª feira, das 8h às 11h40 e 14h às

17h30.

Av. Colombo, 5790. UEM-PPG-sala 4.

CEP 87020-900. Maringá-Pr. Tel: (44) 3261-4444

E-mail: copep@uem.br

**ANEXO B - ROTEIRO DE ENTREVISTA**

Data de nascimento:

Gênero:

Estado civil:

Escolaridade:

Ano de formação em Psicologia e instituição:

Tempo de trabalho com psicologia clínica:

Carga horária de trabalho:

Data da entrevista:

1. Você poderia me contar um pouco de sua infância? Do que gostava de brincar, por exemplo?

2. Como era a relação com amigos e familiares?

3. Com o que seus pais trabalham ou trabalhavam?

4. O que te levou a prestar vestibular para o curso de psicologia?

5. Como foi a época da faculdade?

6. Me fale um pouco mais sobre as relações de amizades, o convívio (informal)

7. Você realizou algum trabalho/estágio não obrigatório durante a graduação? Como foi?

8. Como foi o decorrer da formação e por que a opção pela área clínica?

9. Como foi a entrada no mercado de trabalho após a formatura?

10. Como se sentiu? O que fez para se inserir no mercado de trabalho? Quais estratégias utilizou?

11. Você pode me contar sobre sua trajetória profissional? Da saída da faculdade até seu cargo hoje?

12. Hoje o que mais gosta no seu trabalho?

13. Hoje o que não gosta de fazer no seu trabalho?

14. Como é seu dia a dia de trabalho?

15. O que te realiza no seu trabalho atual?

16. Quais as principais dificuldades que encontra na sua prática profissional?

17. Quais as formas de divulgação do seu trabalho que utiliza?

18. Você faz uso das mídias sociais para divulgação do trabalho? Se sim, quais?

19. Como é para você utilizar essas ferramentas? Qual sua metodologia de uso dessas ferramentas?

20. Quais são as influências das mídias sociais no seu trabalho?

21. Quais benefícios e malefícios dessa ferramenta na sua opinião?

22. Qual sua opinião sobre empreendedorismo?

23. Como você definiria tal palavra?

24. Atualmente o empreendedorismo é um tema muito difundido em nossa sociedade. Porque você acha que isso ocorre?

25. Você se considera empreendedor na área de psicologia clínica?

26. Como você procura aplicar esse tipo de conhecimento no seu trabalho?

27. Quais pontos positivos e negativos desse discurso?

28. Qual a relação entre empreendedorismo e mídias sociais?

29. Você possui rede de apoio profissional e/ou espaço para trocas? Podem ser elas: relações familiares, amizade, psicólogo.

30. Já se sentiu esgotado por causa de seu trabalho? (Destrinchar o assunto)

31. Houve algum adoecimento advindo do trabalho?

32. Precisou se afastar? Como foi esse período para você?

33. Nesse esgotamento e/ou adoecimento quais foram os principais motivos para isso?

34. Como as mídias sociais podem ter contribuído para isso?

35. Como o empreendedorismo pode ter contribuído para isso?

36. Como você vê as perspectiva para o futuro dessa profissão?

37. Como as mídias sociais poderão compor esse cenário futuro?

38. Qual o papel do empreendedorismo nesse cenário?

39. Como você se vê nessa área de atuação daqui 5/10 anos?

40. Gostaria de acrescentar algo mais em relação às temáticas discutidas?

1. Assuntos tratados por Karl Marx eFriedrich Engels no livro Manifesto Comunista (versão original de 1848). “Por burguesia entende-se a classe dos capitalistas modernos, proprietários dos meios de produção social que empregam o trabalho assalariado. Por proletariado, a classe dos assalariados modernos que, não tendo meios próprios de produção, são obrigados a vender sua força de trabalho para sobreviver.” [↑](#footnote-ref-2)
2. Se relaciona com a ideia de que os indivíduos podem aplicar princípios empreendedores em suas próprias vidas, carreiras e desenvolvimento pessoal, tema muito abordado por autores da administração como: Peter Drucker, Tom Peters entre outros. No entanto,os autores Antunes e Gaulejac criticam essa proposta, pois ela está ligada a falta de direitos trabalhistas e uma massiva autoresponsabilização dos sujeitos . [↑](#footnote-ref-3)
3. Para Dardot e Laval (2016) em a “A nova razão do mundo” é entendido como: “(…) a característica principal a generalização da concorrência como norma de conduta e da empresa como modelo de subjetivação (…) pode ser definido como o conjunto de discursos, práticas e dispositivos que determinam um novo modo de governo dos homens segundo o princípio universal da concorrência. [↑](#footnote-ref-4)
4. Trabalhado estranhado é um termo cunhado por Karl Marx (2010) no livro Manuscritos econômicos-filosóficos de 1844 e mais comumente conhecido como trabalho alienado. Isso ocorre devido o sistema capitalista, onde os trabalhadores se sentem desconectados de seus trabalhos, suas produtividades e da sua própria humanidade. Assim, o trabalho não alienado busca ser promotor de ânimo a esses indivíduos. [↑](#footnote-ref-5)
5. Hoje, os trabalhadores autônomos são estimulados a se verem como empreendedores, Antunes no livro “O privilégio da servidão (2018, p. 195) escreve “incentivo ao empreendedorismo – uma espécie de empregador e assalariado de si próprio”. [↑](#footnote-ref-6)
6. “Produção de valores de uso socialmente necessários subordinou-se ao seu valor de troca”. Antunes (2018, p. 130) [↑](#footnote-ref-7)
7. Casadore (2020, p. 243), diz: “A, a relação homem-trabalho também seria responsável pela promoção de saúde ou processos de adoecimento de acordo com articulações ou incongruências entre os aspectos psíquicos individuais e a condição/organização do trabalho. [↑](#footnote-ref-8)
8. Antunes e Praun (2015) definem como: “Apresenta-se como processo contínuo, cujos mecanismos de imposição entrelaçam-se com as necessidades permanentes de valorização de capital e autorreprodução do sistema. Nesse sentido, a precarização é, por um lado, um fenômeno intrínseco à sociabilidade construída sob o signo do capital; por outro, uma forma particular assumida pelo processo de exploração do trabalho sob o capitalismo em sua etapa de crise estrutural, podendo, portanto, ser mais ou menos intensa, uma vez que não é uma forma estática. Nas épocas de crise - ainda mais quando esta tem um claro acento estrutural - o que se assiste é a sua intensificação”. [↑](#footnote-ref-9)
9. Antunes e Praun (2015) é descrito como: “Do ponto de vista de seu impacto nas relações de trabalho, a flexibilização se expressa na diminuição drástica das fronteiras entre atividade laboral e espaço da vida privada, no desmonte da legislação trabalhista, nas diferentes formas de contratação da força de trabalho e em sua expressão negada, o desemprego estrutural”. [↑](#footnote-ref-10)
10. Antunes e Praun (2015) escrevem: “Mecanismo de contratação, entre outros aspectos, deve-se ao fato de, ao dissimular as relações sociais estabelecidas entre capital e trabalho, convertendo-as em relações interempresas, viabiliza maior flexibilidade das relações de trabalho, impondo aos trabalhadores contratos por tempo determinado, de acordo com os ritmos produtivos das empresas contratantes, auxiliando também, de forma importante, na desestruturação da classe trabalhadora.” [↑](#footnote-ref-11)
11. Christophe Dejours é doutor em medicina, especialista em medicina do trabalho e em psiquiatria, e psicanalista. Ele pesquisa as relações entre saúde e trabalho, o conflito entre organização do trabalho e o funcionamento psíquico, o sofrimento gerado pelo trabalho e as defesas contra esse sofrimento, a relação entre subjetividade e trabalho, utilizando-se da metodologia da “Psicodinâmica do Trabalho” (Entrevista para Mesquita et al em 2022). [↑](#footnote-ref-12)
12. Professor Yves Clot, psicólogo do trabalho e pesquisador do CNAM, Conservatoire National des Arts et Métiers de Paris, nde é responsável pela grupo de pesquisa do Laboratório de Psicologia do Trabalho. Ele é autor do livro A função psicológica do trabalho. (Entrevista para Leni Sato em 2006). [↑](#footnote-ref-13)
13. Vincent de Gaulejac é sociólogo, professor emérito de Sociologia na Universidade Paris-Diderot 7, Doutor Honoris Causa, pela Universidade de Mons (Bélgica). É autor de cerca de 20 livros. Foi diretor do Laboratório de Mudança Social de 1981 a 2014, em Paris. É presidente e membro fundador da Rede Internacional de Sociologia Clínica (RISC), que conta com participantes de mais de 15 países. Seus trabalhos de pesquisa o levaram a explorar o Poder das Organizações, a Neurose de Classe, as Origens da Vergonha, A Luta pelos Lugares, O Custo da Excelência, A Sociedade Doente da Gestão ou ainda as Causas do Mal-estar no Trabalho e o Capitalismo Paradoxal. Pesquisador engajado, é um dos fundadores do ‘Clube dos Convivialistas’, participa do L'Appel des Appels6 e atua ativamente em programas de prevenção da radicalização violenta (Entrevista para Braz e Silva em 2018). [↑](#footnote-ref-14)
14. Tema tratado por Vincent Gaulejac (2007), “O gerenciamento apresenta-se como a arte de governar os homens e as coisas: de um lado, fazer a arrumação e dirigir; do outro, ordenar e arranjar. Temos aqui uma tecnologia política (…) ou seja, um conjunto de microdispositivos que não aparecem como fruto de uma concepção centralizada, de um sistema de dominação preestabelecidos, mas como um conjunto disparatado de tecnologias, de regulamentos, de procedimentos, de arranjos e de discursos que emergem em dado momento histórico. Embora concebidos em lugares diferentes e sem acordos prévios, esses elementos são portadores de características comuns e de uma similar concepção da ordem social.” [↑](#footnote-ref-15)
15. Segundo a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) “Art. 13 - A Carteira de Trabalho e Previdência Social é obrigatória para o exercício de qualquer emprego, inclusive de natureza rural, ainda que em caráter temporário, e para o exercício por conta própria de atividade profissional remunerada. (Redação dada pelo Decreto-lei nº 926, de 10.10.1969). [↑](#footnote-ref-16)
16. Art. 6º: São direitos sociais a educação, a saúde, a alimentação, o **trabalho**, a moradia, o transporte, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta Constituição. (Redação dada pela Emenda Constitucional nº 90, de 2015). [↑](#footnote-ref-17)
17. Transformação no mercado de trabalho, caracterizada pela ascensão de trabalhadores independentes que realizam tarefas sob demanda, geralmente por meio de aplicativos e plataformas online. Esse modelo destaca-se pela flexibilidade, com os trabalhadores atuando como autônomos ou freelancers, muitas vezes sem os benefícios e a segurança dos empregos tradicionais. [↑](#footnote-ref-18)
18. Fear of missing out ou medo de perder algo é o nome da síndrome que tem a ansiedade como um dos principais sintomas. A F.o.M.O pode ser definida como o medo de não conseguir acompanhar as atualizações e eventos, compelindo a pessoa a manter-se conectada às mídias sociais (Moura et al, 2021) [↑](#footnote-ref-19)
19. Objeto ao qual se atribui poder mágico ou sobrenatural e a que se presta culto. Qualquer objeto, geralmente peças do vestuário, ou parte do corpo que se acredita apresentar qualidades mágicas ou eróticas (Michaelis, 2023). [↑](#footnote-ref-20)
20. Ramo da medicina que se ocupa do estudo ou tratado sobre as perturbações e doenças mentais, tanto no que concerne à sua descrição e classificação como a seu mecanismo e evolução (Michaelis, 2023). [↑](#footnote-ref-21)
21. E um acessório de iluminação popular, especialmente utilizado em fotografia e produção de vídeos. [↑](#footnote-ref-22)
22. É uma palavra que se tornou bastante popular para descrever uma fotografia que uma pessoa tira de si mesma, geralmente com um smartphone ou câmera digital. [↑](#footnote-ref-23)
23. Ebook é uma abreviação de "livro eletrônico". Trata-se de uma versão digital de um livro, projetada para ser lida em dispositivos eletrônicos [↑](#footnote-ref-24)
24. Marketing é uma disciplina que engloba diversas atividades e estratégias voltadas para a promoção e comercialização de produtos, serviços ou ideias. [↑](#footnote-ref-25)
25. Branding é o processo de construção e gestão de uma marca com o objetivo de criar uma identidade única e diferenciada no mercado. Essa prática envolve o desenvolvimento de elementos visuais, como logotipos e design, juntamente com aspectos emocionais e perceptivos que definem a personalidade e os valores associados à marca. [↑](#footnote-ref-26)
26. Os designers são profissionais especializados na concepção e criação de soluções visuais para comunicar mensagens, ideias ou conceitos. Eles trabalham em diversas áreas, incluindo design gráfico, design de produto, design de moda, design de interiores, entre outros. [↑](#footnote-ref-27)
27. Copywriting é a prática de escrever textos persuasivos, muitas vezes com o objetivo de promover ou vender um produto, serviço ou ideia. Os profissionais de copywriting, conhecidos como copywriters, são especialistas em usar palavras de forma estratégica para cativar, persuadir e influenciar o público-alvo. Eles criam conteúdo que não apenas informa, mas também motiva a ação. [↑](#footnote-ref-28)
28. O termo "social media" (mídia social) também se refere a profissão ou carreira de gerenciamento de mídias sociais. Um profissional de mídias sociais é alguém responsável por criar, implementar e gerenciar estratégias de marketing e comunicação nas plataformas de mídias sociais em nome de uma pessoa, empresa ou organização. [↑](#footnote-ref-29)
29. Os algoritmos e dados fazem parte do que Couldry e Hepp (2017) chamam de dataficação da sociedade, envolvendo a crescente centralidade dos dados na vida cotidiana e, acrescentamos, no modo de produção capitalista, tanto em sua produção como em sua circulação, sendo, ao mesmo tempo, expressão de infraestruturas digitais, interações midiatizadas e capital financeirizado (Grohmann, 2020) [↑](#footnote-ref-30)
30. “O microtrabalho é um nível inusitado de parcialização da atividade: sem conhecimento do todo, eventual, cujas tarefas se dão em escala micro, sem vínculo algum (seja de tipo trabalhista, seja com um projeto maior), com reduzida capacidade de organização coletiva, trabalho instantâneo, contratado por tarefa ao minuto, o que determina mudanças importantes na temporalidade e espacialidade do trabalho (Rosenfield e Mossi, 2020). [↑](#footnote-ref-31)
31. Thomas H. Ogden é um psicanalista e autor renomado, conhecido por suas contribuições significativas para a teoria psicanalítica e por seus trabalhos sobre psicanálise contemporânea. Ele nasceu em 1941 nos Estados Unidos. Ogden é conhecido por desenvolver a teoria da "psicanálise intersubjetiva", que destaca a importância das relações interpessoais e do mundo compartilhado entre analista e paciente. Ele também é reconhecido por suas ideias sobre a natureza da mente humana, a compreensão do processo analítico e o papel do analista na psicanálise (Sociedade Brasileira de Psicanálise de São Paulo, 2023). [↑](#footnote-ref-32)
32. “Clínicas do Trabalho reúnem quatro abordagens diferentes do ponto de vista epistemológico, ontológico e metodológico. São elas: Ergologia, Clínica da Atividade, Psicossociologia e Psicodinâmica do Trabalho. Essa proposta clínica não visa formular uma disciplina lapidada no que se refere ao trabalho; ao contrário, para ela a construção teórica deve acontecer concomitantemente e a partir da prática, para que, na discussão e no diálogo estabelecido entre elas – e suscitado por suas diferenças – cada uma se desenvolva ao seu modo” (SOLDERA, 2016b). [↑](#footnote-ref-33)
33. É uma crítica ao exacerbado número de Pessoas Jurídicas (CNPJ) abertos para realizar trabalhos muitas vezes formais sem direitos trabalhistas. [↑](#footnote-ref-34)
34. Em 2022 (ano da pesquisa) o salário mínimo era de R$ 1.212,00. Desse modo a pesquisa indica que a renda média do Psicólogo era de R$ 7.272,00. [↑](#footnote-ref-35)
35. Marcado pela propriedade privada dos meios de produção, busca de lucro e livre mercado. (Marx (2013) - O Capital) [↑](#footnote-ref-36)
36. O termo fake news caiu no uso popular, principalmente depois das eleições presidenciais dos Estados Unidos em 2016. O então candidato Donald Trump usava o termo para se referir às notícias negativas produzidas sobre ele pela mídia. (Unicef) [↑](#footnote-ref-37)
37. Doctoralia é uma plataforma online que conecta pacientes a profissionais de saúde. Fundada em 2007, ela fornece um espaço onde usuários podem procurar por médicos, dentistas e outros profissionais da saúde, ler avaliações de outros pacientes, marcar consultas online e obter informações sobre serviços médicos. [↑](#footnote-ref-38)
38. "Maps Ads" pode se referir a anúncios publicitários exibidos em aplicativos ou plataformas de mapas, como o Google Maps. Muitas vezes, serviços de mapas incorporam recursos de publicidade para promover negócios locais, pontos de interesse e serviços próximos aos usuários. Esses anúncios podem aparecer enquanto os usuários navegam pelos mapas, procuram por locais específicos ou obtêm direções. [↑](#footnote-ref-39)
39. Electronics Hub, um site de informações eletrônicas. (https://www.electronicshub.org/) [↑](#footnote-ref-40)
40. Empresa de marketing digital com foco em negócios e reputação de marca. Os serviços abrangem Planejamento estratégico, Gestão de Mídia Online, E-mail Marketing, SEO, Social Mídia, Social Ads e Criação de Campanhas de Comunicação. (https://globalad.com.br/) [↑](#footnote-ref-41)
41. São recursos populares em plataformas de mídias sociais, como Instagram, Facebook e Snapchat. Stories são postagens temporárias, geralmente compostas por imagens ou vídeos curtos, visíveis por um período limitado, como 24 horas [↑](#footnote-ref-42)
42. É uma plataforma de prestação de serviços na área de Psicologia, fazendo o intermédio entre profissionais e pacientes. O valor de cada atendimento é ofertado por R$30,00. [↑](#footnote-ref-43)
43. Trata-se, de uma plataforma de serviços que atua como intermediária entre profissionais e pacientes. [↑](#footnote-ref-44)
44. O burnout é um estado de exaustão física, emocional e mental, frequentemente causado por estresse prolongado e sobrecarga de trabalho. [↑](#footnote-ref-45)