

**A GESTÃO DE CARREIRA E A CONCILIAÇÃO VIDA PESSOAL-
PROFISSIONAL: ESTUDO DE CASO
CAREER MANAGEMENT AND WORK-LIFE BALANCE: CASE STUDY**

Marta Neves¹ e Filipa Martinho²

¹ISLA Santarém; ²ISLA Santarém

martaneves89@gmail.com; filipa.martinho@islasantarem.pt

Resumo

Este projeto incide sobre a gestão de carreira e a conciliação vida pessoal-profissional dos Enfermeiros do Hospital Distrital de Santarém. Com as mudanças demográficas e económicas dos últimos anos, os riscos psicossociais têm-se revelado fatores de relevo no bem-estar dos profissionais de diversas áreas, pelo que se sucederam inúmeros estudos em seu redor. A profissão de enfermeiro é uma profissão exigente, não só a nível profissional por todos os fatores que a caracterizam, mas também a nível pessoal, gerando assim um conflito entre a vida familiar e profissional.

Encontrar um equilíbrio entre essas duas dimensões não é fácil, pelo que, cada vez mais, as pessoas tendem em optar por se dedicar mais a uma das dimensões, deixando a outra para segundo plano. No entanto, ambas as dimensões são importantes para a vida de uma pessoa e para o seu equilíbrio emocional.

Com a entrada das Mulheres no mercado de trabalho após a revolução industrial, no século XIX, o conceito de família também sofreu alterações. Enquanto, anteriormente a esse acontecimento, a Mulher apenas se dedicava às tarefas domésticas e educação dos filhos, esta passou a ter um papel ativo na família na obtenção de rendimentos assim como o Homem. Do lado financeiro teve um impacto positivo, porém do lado psicológico, foi tendo impactos desgastantes dado que a mulher passaria a ter dois papéis, a de trabalhadora e de cuidadora do lar/família.

Com a evolução da sociedade em torno do conceito “família” e as oscilações demográficas que conduziram às instabilidades laborais, as famílias começaram a deparar-se com o grande dilema e verem-se na eminência de ter de escolher entre a conceção de uma família ou o investimento numa carreira. Contudo, ambas as componentes são importantes para a realização pessoal de cada indivíduo, e por essa razão, a literatura aponta uma competição direta e recíproca entre os dois grupos de exigências (família e trabalho) pelo que o trabalho interfere com a família (conflito trabalho-família) e a família interfere com o trabalho (conflito trabalho-família).

O conflito trabalho-família refere-se às exigências do trabalho, como por exemplo o tempo e carga de trabalho, que interferem com a capacidade dos indivíduos responderem às suas responsabilidades familiares. Este tipo de conflito afeta a família ao prejudicar tanto o seu funcionamento como o do próprio indivíduo. O conflito família-trabalho refere-se às características das responsabilidades familiares, como por exemplo o tempo necessário para os compromissos com a família, que interferem com a capacidade de resposta às exigências profissionais. Este tipo de conflito toma muitas vezes a forma de baixa produtividade, absentismo elevado e maior turnover ou rotatividade de pessoal.

O conflito entre a vida profissional e a vida familiar tem sido associado a vários efeitos disfuncionais ligados à diminuição do bem-estar familiar e profissional, a queixas físicas e psicológicas, a cansaço, stress, menor disponibilidade para a família e a insatisfação com o trabalho e com a vida em geral.

De uma forma geral, esta conciliação trabalho- família depende do tempo que cada pessoa dedica a cada uma das partes, pelo que a problemática deste projeto assenta nessa preocupação, o tempo dedicado em cada dimensão (trabalho/família) e qual o seu impacto.

Este projeto tem como objetivo estudar de que forma a conciliação da vida familiar pode afetar a vida profissional dos enfermeiros, assim como vida profissional interfere com a vida familiar, pretendendo-se verificar se a conciliação família – trabalho tem impacto na progressão de carreira.

A presente investigação encontra-se dividida em duas grandes partes, a primeira corresponde à revisão da literatura e a segunda à investigação empírica. Na primeira parte realizou-se uma

pesquisa bibliográfica para definir os valores morais do trabalho, Carreira, Riscos psicossociais, o Conflito trabalho-família, as origens e efeitos. Por conseguinte, na segunda parte são apresentados os objetivos e a metodologia adotada, caracterizando a amostra e suas principais funções para a investigação e onde os resultados obtidos serão alvo de discussão.

O instrumento de recolha de dados foi o inquérito por questionário a um grupo de 100 enfermeiros do Hospital Distrital de Santarém.

O questionário é composto por 21 perguntas, 11 sobre variáveis individuais e 10 sobre variáveis situacionais. Sendo que as variáveis individuais (H1) são questões que abordam: tempo livre para atividades lúdicas e de interesse pessoal (hobbies, desporto, bem-estar); tempo dedicado a atividades com a família; tempo despendido no apoio à família (saúde, educação) e tempo dedicado à organização e gestão da casa (tarefas domésticas); e as variáveis situacionais (H2) são questões sobre: horário de trabalho; ambiente de trabalho; insegurança/ instabilidade laboral; salário / recompensa; condições de trabalho; relação com chefias; possibilidade de formação e autonomia.

Com base nos dados recolhidos e tratados é possível elencar alguns dos resultados aos quais o estudo se propõe, nomeadamente, a gestão de carreira e a conciliação vida pessoal-profissional dos enfermeiros.

Palavas-chave: Trabalho, carreira, família, conflito trabalho-família

Abstract

This project focuses on the career management and personal-professional life balance of the Nurses of the District Hospital of Santarém. With the demographic and economic changes of the last years, psychosocial risks have been shown to be important factors in the well-being of professionals from different areas. The profession of nurse is a demanding profession, not only professionally for all the factors that characterize it, but also on a personal level, thus creating a conflict between family and professional life.

Finding a balance between these two dimensions is not easy, so that more and more people tend to choose to focus more on one dimension, leaving the other in the background. However, both dimensions are important to a person's life and emotional balance.

With the entry of women into the labor market after the industrial revolution in the nineteenth century, the concept of family has also changed. Whereas, prior to this event, the Woman was only engaged in household chores and the education of her children, she began to play an active role in the family in obtaining income as well as the Man. On the financial side, it had a positive impact, but on the psychological side, it was having a devastating impact since the woman would have two roles, that of worker and caregiver of the home / family.

With the evolution of society around the concept of "family" and the demographic oscillations that led to labor instabilities, families began to face the great dilemma and find themselves in the eminence of having to choose between the conception of a family or Investment in a career. However, both components are important for the personal fulfillment of each individual, and for this reason, the literature points out a direct and reciprocal competition between the two groups of demands (family and work) so that work interferes with the family (work conflict Family) and the family interferes with work (work-family conflict).

The conflict between work and family life has been associated with several dysfunctional effects linked to decreased family and professional well-being, physical and psychological complaints, fatigue, stress, reduced family availability and dissatisfaction with work and with life in general.

In general, this work-family reconciliation depends on the time each person devotes to each of the parties, so the problem of this project is based on this concern, the time spent in each dimension (work / family) and what its impact .

This project aims to study how the reconciliation of family life can affect the professional life of nurses, as well as professional life interferes with family life, aiming to verify if family-work reconciliation has an impact on career progression.

The present research is divided into two major parts, the first corresponds to the literature review and the second to empirical research. In the first part, a bibliographic research was carried out to define the moral values of work, Career, Psychosocial risks, Work-family conflict, origins and