Do Sonho ao Propósito: O Impacto do Trabalho Significativo na Autoimagem e nas Chances de Emprego de Pessoas em Busca de Oportunidade no Sudeste do Pará

Autor(res)

Eudileia Mesquita Santana
Iloyane Tarcilia Cavalcante De Lima

Categoria do Trabalho

Pesquisa

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE MARABÁ

Introdução

No cenário socioeconômico do Sudeste do Pará, milhares de pessoas enfrentam diariamente o desafio de buscar emprego em um mercado marcado por alta competitividade, informalidade e escassez de oportunidades. Nesse contexto, a experiência do desemprego não é apenas uma questão econômica: ela toca diretamente a identidade, a autoestima e a percepção de valor pessoal de quem procura uma colocação.

Estudos recentes em Psicologia Organizacional e do Trabalho demonstram que a percepção de trabalho significativo, ou seja, um trabalho que seja visto como útil, valorizado e conectado a um propósito pode ser um fator determinante para fortalecer a autopercepção, a confiança e a resiliência durante o processo de busca por emprego. Essa dimensão subjetiva não só influencia como a pessoa se vê, mas também como ela se apresenta para o mercado e mobiliza recursos para conquistar uma vaga.

Ao mesmo tempo, há uma dimensão ética e social nessa discussão: oferecer apoio psicossocial e programas de capacitação que não apenas ensinem habilidades técnicas, mas que também reforcem o sentido, o propósito e o valor do trabalho pode transformar trajetórias. No caso do Sudeste do Pará, uma região historicamente marcada por fluxos migratórios, exploração de recursos e desigualdades, compreender esse processo é essencial para propor intervenções mais humanas e eficazes.

Este trabalho bibliográfico, portanto, busca investigar como o sentido atribuído ao trabalho influencia a autopercepção e as perspectivas de empregabilidade de pessoas em busca de emprego no Sudeste do Pará, articulando achados teóricos e práticos da Psicologia Organizacional e da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC). Ao refletir sobre passado e presente, pretende-se oferecer uma visão que transcenda estatísticas e proponha caminhos para a construção de projetos profissionais mais dignos e significativos.

Objetivo

Investigar como a percepção de trabalho significativo influencia a autopercepção, a autoestima e as perspectivas de empregabilidade de pessoas em situação de busca por trabalho no Sudeste do Pará, à luz da Psicologia

Organizacional e da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC).
Revisar a literaturasobre o trabalho significativo, autoestima e empregabilidade em contextos de vulnerabilidade social.

Material e Métodos

Este estudo constitui uma pesquisa bibliográfica narrativa com abordagem qualitativa e interpretativa. Para sua construção, foram levantados livros, artigos científicos e relatórios publicados nos últimos quinze anos sobre trabalho significativo, autoestima, autopercepção e empregabilidade em contextos de vulnerabilidade social.

As buscas foram realizadas em bases nacionais e internacionais (SciELO, CAPES Periódicos, Google Scholar, IBGE/DIEESE) utilizando descritores como “trabalho significativo”, “autoimagem”, “empregabilidade”, “Terapia Cognitivo-Comportamental” e “Sudeste do Pará”. Também foram analisados dados socioeconômicos regionais para contextualizar a realidade do Sudeste do Pará e tornar a discussão mais próxima do público-alvo.

A metodologia adotada articulou três eixos:
1. Levantamento histórico da evolução do conceito de trabalho significativo e de políticas de empregabilidade no Brasil;
2. Análise teórica dos impactos psicológicos do trabalho significativo sobre autoestima e autopercepção à luz da Psicologia Organizacional e da TCC;
3. Integração ética dos achados para propor recomendações voltadas a programas de apoio à inserção profissional na região estudada.

Essa estratégia metodológica buscou, ao mesmo tempo, evidenciar os fatores subjetivos (como sentido, propósito e autopercepção) e os fatores contextuais (como oportunidades e barreiras regionais) que influenciam o processo de busca de emprego no Sudeste do Pará.

Resultados e Discussão

A revisão bibliográfica realizada aponta que a percepção de trabalho significativo exerce papel decisivo na forma como indivíduos constroem sua autoimagem e se percebem como profissionais durante a busca por emprego. Pesquisas nacionais e internacionais (Hackman & Oldham; Rosso et al.; IBGE/DIEESE) indicam que, mesmo em contextos de vulnerabilidade socioeconômica, atribuir sentido ao trabalho aumenta a autoconfiança, a resiliência e a capacidade de mobilizar redes de apoio, fatores que, por sua vez, ampliam as chances reais de inserção no mercado.

No contexto específico do Sudeste do Pará, marcado por desigualdade social, informalidade e alta rotatividade laboral, o trabalho significativo emerge como um diferencial psicológico. Os dados do DIEESE e IBGE mostram que as taxas de desemprego e subemprego na região são superiores à média nacional. Nesse cenário, estratégias que reforçam propósito, dignidade e protagonismo do trabalhador funcionam como um recurso subjetivo de proteção à saúde mental e um estímulo à empregabilidade.

Do ponto de vista da Psicologia Organizacional, essa associação se explica porque o trabalho significativo contribui para a formação de uma identidade ocupacional positiva, que aumenta a autoeficácia percebida e melhora a forma como o indivíduo se apresenta em processos seletivos. Já sob a lente da Terapia Cognitivo-

Comportamental (TCC), reconhecer e reestruturar crenças disfuncionais ligadas ao desemprego e à baixa autoestima, bem como desenvolver habilidades de autorregulação emocional e comportamental, são passos fundamentais para transformar a busca por emprego em um processo menos desgastante e mais estratégico.

Outro ponto central identificado é a dimensão ética. Programas de capacitação que focam apenas em competências técnicas tendem a ignorar aspectos subjetivos essenciais. Incorporar ações psicoeducativas, grupos de apoio, oficinas de autoestima e orientação vocacional, alinhadas ao Código de Ética do CFP, não só fortalece o indivíduo como respeita sua dignidade. Essa abordagem integrada pode ser decisiva para reduzir os impactos psicológicos negativos do desemprego e ampliar as oportunidades de inserção profissional.

Em suma, os resultados discutidos mostram que promover trabalho significativo como um valor – mesmo antes da obtenção de um emprego ajuda a construir uma autoimagem positiva, fortalece a identidade profissional e aumenta as chances reais de sucesso no mercado de trabalho. Para o Sudeste do Pará, onde as vulnerabilidades são mais acentuadas, essa abordagem se torna não apenas desejável, mas necessária como política pública e estratégia psicossocial.

Conclusão

Esta revisão mostra que, no Sudeste do Pará, perceber o trabalho como significativo fortalece a autoimagem, a autoconfiança e amplia as chances de inserção profissional. À luz da Psicologia Organizacional e da TCC, atribuir sentido ao trabalho e desenvolver habilidades de autorregulação ajuda a transformar a busca por emprego em um processo menos desgastante e mais estratégico. Ponto de vista ético, políticas e programas que integrem competências técnicas com reforço de propósito e dignidade são essenciais para que o caminho rumo ao emprego seja também um caminho de crescimento e emancipação.

Referências

ALMEIDA, Ana Clara Falcão de Oliveira. Redes sociais e liberdade: uma análise comportamental dos impactos das plataformas digitais. Ponta Grossa: Atena, 2022.

ARTHUR, Michael B.; ROUSSEAU, Denise M. The Boundaryless Career: A New Employment Principle for a New Organizational Era. New York: Oxford University Press, 1996.

HACKMAN, J. Richard; OLDHAM, Greg R. Work Redesign. Reading: Addison-Wesley, 1980.

HAIDT, Jonathan. A Geração Ansiosa: Como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais. São Paulo: Companhia das Letras, 2024.

IBGE. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNADC). Rio de Janeiro: IBGE, 2023.

KROSS, Ethan et al. Facebook Use Predicts Declines in Subjective Well-Being in Young Adults. PLoS ONE, v. 8, n. 8, e69841, 2013.

LINS, Bernardo Felipe Estellita. A evolução da Internet: uma perspectiva histórica. Cadernos ASLEGIS, n. 48, jan./abr. 2013.

LONDON, Manuel; SMITHER, James W. Career-Related Continuous Learning: Defining the Construct and Mapping Its Dimensionality. Journal of Vocational Behavior, v. 60, p. 441–474, 2002.

PRIMACK, Brian A. et al. Social Media Use and Perceived Social Isolation Among Young Adults in the U.S. American Journal of Preventive Medicine, v. 53, n. 1, p. 1–8, 2017.

PRENSKY, Marc. Digital Natives, Digital Immigrants. On the Horizon, v. 9, n. 5, 2001.

SHERMAN, Lauren E. et al. The Power of the Like in Adolescence: Effects of Peer Influence on Neural and Behavioral Responses to Social Media. Psychological Science, v. 27, n. 7, p. 1027–1035, 2016.

SKINNER, Burrhus Frederic. Além da liberdade e da dignidade. São Paulo: EPU, 1974.

TWENGE, Jean M. Increases in Depression, Self-Harm, and Suicide Among U.S. Adolescents After 2012 and Links to Technology Use. Psychiatric Research and Clinical Practice, v. 2, n. 1, p. 19–25, 2020.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Código de Ética Profissional do Psicólogo. Brasília: CFP, 2019.