

INTELIGÊNCIA EMOCIONAL E GESTALT-TERAPIA: A INSERÇÃO DO JOVEM RECÉM-FORMADO NO MERCADO DE TRABALHO

Gabriela Tongo de Moura¹; Karolina Lopes de Souza Salino¹; Livia Emanuelle Rodrigues de Souza Barros¹; Tatiana Santos Luchi Peçanha²

¹ Acadêmicas do Curso de Psicologia da Faculdade Multivix - Cariacica

² MBA Gestão de Pessoas e Professora da Faculdade Multivix - Cariacica

RESUMO

Atualmente pode-se observar que com o aumento do desemprego muitas pessoas e principalmente o público jovem vem sendo prejudicados. Se qualificar para garantir uma oportunidade no mercado de trabalho tem sido o foco da juventude, porém devido à seletividade do mercado de trabalho e a falta de experiência deste grupo, muitas empresas optam por contratar profissionais que possuem experiência nas funções ofertadas. A entrada tardia do jovem no mercado de trabalho acarreta a manifestação de emoções negativas frente às dificuldades para efetivar sua contratação, que pode possibilitar também em prejuízos na qualidade de vida dessa categoria sociológica. Este artigo visa compreender se a inteligência emocional pode ser utilizada como recurso psicológico no trabalho com jovens recém-formados em inserção no mercado de trabalho, possibilitando ao mesmo a tão sonhada independência financeira. O objetivo geral é identificar se há possibilidade de utilizar a inteligência emocional como ferramenta psicológica na prática terapêutica Gestalt-terapia em jovens recém-formados no processo de inserção ao mercado de trabalho. Trata-se de uma revisão bibliográfica e para sua confecção utilizamos publicações científicas relacionadas com o tema, encontrados em plataformas digitais referências em pesquisas científicas e fichamento de livros. Pretende-se concluir essa pesquisa evidenciando se a inteligência emocional pode ser um instrumento psicológico aplicado aos jovens em sofrimento no processo de inserção no mercado de trabalho.

Palavras-chave: Gestalt-terapia, juventude, inteligência emocional, mercado de trabalho, psicologia.

ABSTRACT

Currently, it can be observed that with the increase in unemployment many people and especially the young public have been harmed. Qualifying to guarantee an opportunity in the job market has been the focus of youth, but due to the selectivity of the job market and the lack of experience of this group, many companies choose to hire professionals who have experience in the functions offered. The late entry of young people into the job market leads to the expression of negative emotions in the face of difficulties in hiring them, which can also lead to losses in the quality of life of this sociological category. This article aims to understand whether emotional intelligence can be used as a psychological resource in working with young people who have recently graduated from the job market, thus enabling the long-awaited financial independence. The general objective is to identify whether there is a possibility of using emotional intelligence as a psychological tool in Gestalt-therapy therapeutic practice in young graduates in the process of entering the job market. This is a bibliographic review and for its preparation we used scientific publications related to the theme, found on digital platforms, references in scientific research and book records. It is intended to conclude this research by showing whether emotional intelligence can be a psychological instrument applied to young people suffering in the process of entering the job market.

Keywords: Gestalt therapy, youth, emotional intelligence, labor market, psychology.

1. INTRODUÇÃO

A psicologia é um ramo científico, catalogado em ciências humanas que vem crescendo se transformando e ampliando seu espaço no mundo ao longo dos anos, tendo em vista seus estudos voltados para a compreensão do homem e suas facetas. A autonomia desse conhecimento se dá no final do século XIX por Wundt na faculdade de Leipzig, Alemanha, com a criação de um laboratório psicofisiológico voltado para análise do percurso psíquicos no corpo humano, o mesmo acreditava que esse conhecimento se dava por meio de experimentos (TELES, 2017).

A ciência pode ser explicada como uma configuração atualizada que possibilita ao sujeito compreender o mundo e sua funcionalidade, a mesma compõe de um conjunto de saberes organizado, comprovado e testado (BOCK et al., 2019). A psicologia assim

como a ciência, parte de uma agregação de ideias sistematizada e organizada. Um questionamento relevante dentro desse conhecimento é saber como se estuda o objeto. Segundo Bock et al. (2003) é difícil ter uma definição explícita do instrumento de pesquisa, onde o objeto é o próprio homem, cada sujeito tem seu próprio modo de ver a vida e o mundo. Seguindo essa lógica os autores alertam que em muitos momentos o pesquisador pode confundir o objeto de pesquisa com o seu modo de interpretar as coisas, uma problemática enfrentada por toda a área das ciências humanas (BOCK et al., 2003).

Afinal, como desenvolver uma análise sem interferências dentro desse ramo? Os questionamentos sobre o assunto continuaram, até que foi possível observar que mesmo que o objeto de pesquisa e o pesquisador seja o próprio homem, temos várias possibilidades sociais que nos propicia compreender esse sujeito, ou seja, o homem estuda o homem, em suas fases e de formas diferentes (BOCK et al., 2003).

A partir do século XX com a criação das escolas psicológicas, estruturalismo, funcionalismo, behaviorismo, gestaltismo e psicanálise, que narram toda a trajetória da psicologia e marco da construção desses fundamentos, foi possível observar esse conhecimento autônomo ganhando força e cheio de possibilidades para entender o indivíduo em diversos contextos (BOCK et al., 2019).

Tendo em vista a psicologia como um importante instrumento para compreender as interações humanas em diferentes situações e com base em nossa formação, a escolha do tema partiu de uma necessidade de elucidar a possibilidade de utilizar a inteligência emocional como ferramenta para que o profissional de psicologia utilize no trabalho com jovens em inserção no mercado de trabalho após a formação acadêmica.

Desse modo, o presente artigo foi elaborado a partir de pesquisas bibliográficas e tem como objetivo principal, identificar se é possível utilizar a inteligência emocional como recurso psicológico na prática terapêutica com jovens recém-formados em inserção no mercado de trabalho. Com base nisso, buscou-se compreender como essa ferramenta pode ser aplicada no âmbito da psicoterapia na interface com a prática da Gestalt-terapia, facilitando assim o processo terapêutico do jovem cliente em sofrimento, onde o mesmo vai reconfigurar seu modo de viver e conseguir lidar melhor

com os desafios diários. Salientando que essa prática não tem por finalidade interferir, condicionar ou convencer o sujeito de algo (CARDELLA, 2002).

2. METODOLOGIA

O desenvolvimento deste artigo teve como objetivo central explicar se há possibilidade de utilizar a inteligência emocional como recurso psicológico no trabalho psicoterapêutico com jovens recém-formados em processo de inserção no mercado de trabalho.

O processo da pesquisa, que se trata é de forma qualitativa, conforme Proetti (2007) a pesquisa qualitativa não segue o viés da quantificação, pois seus estudos estão voltados para a procura de respostas que esclarecem o entendimento sobre algo. Portanto esse processo tem como caracterização a observação, o entendimento e a descrição que vai permitir ao pesquisador interpretar os eventos, onde as hipóteses são feitas após a observação e interpretação dos fatos segundo Gil (2002). Explicação de extrema relevância para a confecção desse trabalho que é de natureza básica, de caráter exploratório e método bibliográfico. Junior (2017) afirma que os pesquisadores que utilizam o método bibliográfico desenvolvem seus estudos através da busca por materiais científicos já publicados que ofertam informações em diversas áreas de conhecimento. Correspondendo em uma coleta de dados que pode ser feita a princípio com impressões (manuscritas ou eletrônicas) ou literatura cinza que viabiliza ao investigador, recurso extensivo para qualquer tipo de pesquisa (JUNIOR, 2017).

O procedimento refere-se a uma revisão narrativa de literatura, que segundo Cordeiro (2007) é uma metodologia que não determina um protocolo rigoroso para sua elaboração, onde a coleta de dados não parte de regras pré-estabelecidas e a seleção dos artigos é facultativa, permitindo ao autor viés de informações e seleção de acordo com sua perspectiva.

Orientados pela problemática: Qual a possibilidade de utilizar a inteligência emocional, como ferramenta de trabalho do profissional da psicologia, com jovens em inserção no mercado de trabalho após a formação acadêmica? A pesquisa foi realizada a partir de publicações científicas com os seguintes descritores “Juventude e o Mercado de Trabalho”, “Psicologia e Juventude”, “Inteligência Emocional”, “Psicoterapia na prática gestalt-terapia” e “Emoções”. As impressões foram coletadas através dos bancos

digitais de dados: Pepsic, Scielo, Google Acadêmico, Biblioteca Digital Multivix, Bibliotecas Digitais de Universidades Nacionais e fichamentos bibliográficos, após análise de livros referenciais no assunto. Foram considerados documentos científicos produzidos no período de 2010 a 2019, com exceção as pesquisas que foram realizadas por autores pioneiros a temática anterior a essa especificação.

O levantamento bibliográfico resultou em um quantitativo de 40 achados para a realização da pesquisa, após a leitura do material foi realizada uma triagem para selecionar os artigos que atendiam os critérios com base no objetivo principal deste estudo, contudo entre os materiais analisados seis (6) artigos foram excluídos, pois os assuntos não eram relevantes para pesquisa e os aprovados para embasamento teórico teve uma somatória de trinta e quatro (34) achados. Por fim, concluímos os principais conteúdos de pesquisa por consenso entre os pesquisadores: Trabalhos que discorriam sobre a Psicologia em Foco na Juventude e o mercado de trabalho; Relação do trabalho e a Juventude; Inteligência Emocional; Prática Gestalt-terapia; Psicologia.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

É importante enfatizar que até a conclusão dessa escrita e as buscas por informação nas fontes citadas no tópico anterior, não foi encontrado publicações científicas no campo da psicologia que referenciam a utilização da inteligência emocional como recurso para o psicólogo trabalhar com jovens em inserção ao mercado de trabalho, no espaço terapêutico. E outra problemática encontrada foi os poucos artigos relacionados à compreensão da juventude no contexto brasileiro e sua entrada no mercado de trabalho pela psicologia.

Quando os estudos foram abordados de maneira abrangente sobre a juventude foi possível observar a falta de revisão e atualização das políticas públicas voltadas para estes na atualidade e os materiais encontrados com datas de publicações recentes fazem citações a matérias mais antigos identificando assim uma negligência com esse grupo. Nessa linha de raciocínio os autores como: Cara et al. (2006), Bock et al. (2003), Andrade (2008), Rocha (2008), Rodrigues (2017), são concordantes em defender os direitos da juventude em suas escritas.

Já quando o assunto é a entrada do jovem no mercado de trabalho, além das dificuldades por falta de experiência e qualificação profissional relatado por Pereira (2019) o que se destacou foi as condições socioeconômicas como fator principal que afeta os jovens de formas diferentes segundo Rocha (2008). Enfatizando ainda que na maioria das vezes esse indivíduo sofre com as escolhas feitas sobre influência do ambiente que está inserido acarretando em emoções negativas por não se identificarem com as funções.

As emoções segundo Martins (2015) são mediadores das interações interpessoais, sendo assim a manifestação das emoções negativas atrapalham essa interação de forma ampla dificultando a funcionalidade do indivíduo no cotidiano. O ser humano está em constante evolução e saber administrar suas emoções melhora sua qualidade de vida.

Com base na leitura dos artigos encontrados na revisão bibliográfica, apresenta-se na sequência, uma revisão teórica exploratória que partiu de recordes de saberes, sobre os temas principais que resultam no objetivo dominante desta pesquisa.

3.1 A RELAÇÃO DA JUVENTUDE COM O MERCADO DE TRABALHO.

Muitos estudos são realizados no mundo ao longo dos anos e em diferentes contextos sociais para discutir como se dá a fase da juventude na cronologia da vida humana. De acordo com (PAPALIA; FELDMAN, 2013), a juventude pode ser entendida como um momento de transição ou início da fase adulta, onde este, passa a ter mais autonomia e responsabilidades sobre suas escolhas e forma de viver a vida. Portanto é difícil conceituar com exatidão o marco que se inicia e termina a fase da juventude, mas para compreender essa categoria sociológica é importante analisar os critérios que envolvem variantes educacionais, regionais, culturais e sociais do ambiente ao qual esses jovens estão inseridos.

No Brasil todo indivíduo com idade compreendida entre 15 aos 29 anos são considerados jovens conforme a Política Nacional de Juventude (PNJ), a Lei 11.129/2005 de 30 de junho art.11 e o estatuto da juventude, sancionado em 2013. Essa classificação de idade é utilizada para desenvolver pesquisas relacionadas com jovens no contexto brasileiro de uma forma abrangente segundo Rodrigues (2017). Porém, segundo a Lei 12.852/2013 de agosto os adolescentes compreendidos entre

15 e 18 anos vai se aplicar a Lei 8.069/1990 de julho que legaliza o estatuto da criança e do adolescente e excepcionalmente o estatuto da juventude será adotado a essa faixa etária quando não conflitar e nem infringir as normas de proteção que assegura esses adolescentes.

Antes da criação de leis vigentes para a juventude Bock et al. (2003) ressaltam que os jovens não eram reconhecidos como adultos até atingir a maioria civil aos 21 anos e a maioria penal aos 18, os autores fazem uma crítica aos sujeitos predominantes por quererem exercer o controle e domínio sobre a juventude, onde os mesmo tem a falsa sensação de liberdade, escutam sobre expectativas futuras com a entrada no novo ciclo e ao mesmo tempo estão sendo vigiados pela classe dominante que ainda não os consideram como adultos.

Os autores Cara et al. (2006) salientam que os jovens são sujeitos de direitos coletivos, e que sua independência e jeito de viver devem ser respeitados, afirmativa relevante para refletir o modo como esse grupo é tratado socialmente. Será que as leis e diretrizes que garantem os direitos desse conjunto de pessoas são exercidas? E as políticas públicas estão sendo criadas e revisadas para atender esse público no atual contexto social que vivemos, tendo em vista as constantes mudanças sociais ao decorrer dos anos? Bock et al. (2003) destacam que o corpo social impõe a alguns jovens o amadurecimento precoce para fase adulta e o julga como se essa imposição não tivesse acontecido. Dessa forma, promover discussões a respeito da temática desconstruindo estereótipos sobre como essa fase da vida retrata, corrobora para que essa categoria conquiste seu lugar na sociedade.

O trabalho no sentido clássico é um produto, onde os trabalhadores são vendedores, e os empregadores compradores desse produto, o andamento do mercado de trabalho é importante para o desempenho de uma economia (OLIVEIRA; PICCININI, 2011). Assim como os jovens encontram desafios para garantir seu espaço na sociedade, dito anteriormente, sua inserção e permanência no mercado de trabalho, não se difere. Implicações socioeconômicas contribui de forma negativa para a inserção do jovem no mercado de trabalho, as mudanças estruturais do mercado afetam esse público, onde emana adaptações aos novos modelos de trabalho e constantes atualizações na carreira profissional (ROCHA, 2008). Outra questão levantada por Bock et al. (2003) é a economia sendo fator determinante no contexto brasileiro que distingue as

condições do desenvolvimento de um jovem comparado com o outro da mesma idade, isso se dá através da hierarquia social, onde os critérios são baseados e inclinados as classes privilegiadas sem nenhuma ponderação.

Em uma pesquisa realizada, Andrade (2008) evidencia que entre os assuntos que são de interesse dos jovens, o trabalho é mencionado como um dos mais importantes direitos essenciais na vida desses sujeitos quanto cidadãos e que deveriam ser depositário. Andrade (2008) relata ainda que devido ao aumento da competitividade, a falta de experiência e qualificação profissional, a entrada desses jovens no mercado de trabalho se torna cada vez mais demorada.

Bock et al. (2003) apresentam uma consideração que pode ser contextualizada com os dias atuais em relação ao peso que as escolhas e o ingresso profissional têm na vida dos jovens, tendo em vista o meio social ao qual estão inseridos e seus princípios. Diante disso, a classe dominante (adultos) responsabiliza esses sujeitos por suas escolhas, ocultando assim todas as interferências coletivas que determinam sua entrada no mercado de trabalho. Quando um jovem tem a oportunidade de planejar sua caminhada profissional para a conquista de um emprego ou função desejada, o mesmo começa a construir o seu próprio futuro.

A escolha da profissão não vem necessariamente em primeiro lugar na lista de prioridades de um jovem, mas é um fator importante. Quando chega o momento de escolher a carreira profissional o jovem lida com conflitos de interesse, entre o seu desejo sobre a carreira escolhida, as idealizações familiares em relação ao que eles querem para esse indivíduo e o que o poder público tem a oferecer. Bock et al. (2003) enfatizam que é essencial para juventude entender e conhecer os fatores que influenciam no seu desenvolvimento, para assim ter mais autonomia sobre suas escolhas.

Quando comparamos as afirmativas dos autores Bock et al. (2003), Andrade (2008), Rocha (2008) e Rodrigues (2017), observamos que infelizmente o cenário dificultoso para a entrada do jovem brasileiro no mercado de trabalho só aumenta e se dá de forma inadequada. Nesta ocasião, os sentimentos individuais de incerteza que causam mal-estar, se tornam um mal-estar social (ROCHA, 2008). Situação que

continua tomando proporção e afetando um número cada vez maior de jovens que sonham com a independência financeira e a realização profissional.

3.2 INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

Antes de discorrer sobre Inteligência Emocional vamos falar sobre as emoções.

Vera Martins, autora do livro “O Emocional Inteligente”, inicia o primeiro capítulo chamando os leitores a pensar o ser humano e suas emoções, a mesma compreende o fluxo e os efeitos das emoções essenciais para que a humanidade consiga lidar melhor com as experiências vivenciadas ao longo da vida (MARTINS, 2015). A autora explica dois modos de existir do ser humano no mundo, o primeiro é viver por entender que o sentido de solucionar os dilemas do cotidiano, sozinho ou com a ajuda do outro faz parte da existência humana e o segundo modo é sobreviver em uma ótica negativa sobre as questões enfrentadas no cotidiano, entendendo que não tem uma saída no final da caminhada, pois a vida é uma luta constante. Pontos relevantes para refletir sobre qual tem sido o sentido da vida para os seres humanos que se permitem pensar a respeito e se conhecem a ponto de entender suas próprias emoções.

A palavra emoção tem sua etimologia no latim *emovere*, que significa movimento, ato de mover, logo as emoções quando se manifestam podem ser consideradas como um movimento de resposta a uma situação de euforia positiva ou negativa. Os estudos sobre essa temática integram as pesquisas mais antigas e as mais recentes no âmbito da psicologia (DIAS et al. 2008). O neurocientista português António Damásio citado por Martins (2015) explica as emoções como parte de um conjunto de respostas motoras, onde o cérebro envia comandos para o corpo em resposta ao fenômeno do momento, como por exemplo a saciação ou não após uma refeição. Já o sentimento é a forma que o cérebro interpreta essas informações (MARTINS, 2015). Nessa visão é possível perceber que as emoções acompanham o ser humano desde que ele começa a existir no mundo, porém, por um longo tempo as emoções foram excluídas dos estudos considerados fundamentais do comportamento humano (DIAS et al. 2008).

As emoções no âmbito da psicologia têm sua história marcada por altos e baixos, por muito tempo os estudos realizados para analisar o homem e sua totalidade deixou de lado as emoções e não classificaram como ponto importante cientificamente para

investigação, e por consequência na época poucos estudos foram aprofundados no assunto (DIAS et al. 2008). Todavia com o passar dos anos e com a evolução da psicologia, os estudos relacionados às emoções passaram a ser considerados por ambas áreas de conhecimentos que se atravessam quando os assuntos são as possibilidades de percepção do homem (DIAS et al. 2008). Alguns autores ao estudar sobre a temática, consideram que o ser humano tem quatro emoções básicas: raiva, medo, tristeza e alegria, cada uma tem sua finalidade e funcionamento indispensável para a interação do indivíduo em contato com outro (MARTINS, 2015). Contudo, as emoções definem a qualidade de vida do ser humano, dessa forma ter a percepção sobre os sentimentos e como eles se manifestam, auxilia na administração das emoções frente às demandas do cotidiano e a pessoa consegue alcançar uma maturidade emocional.

Já o conceito inteligência emocional foi apresentado pela primeira vez no contexto científico por Salovey e Mayer em 1990. Segundo Nascimento (2018), conforme citado por Mayer et al. (2002) a definição de inteligência emocional pode ser compreendida como a capacidade de o indivíduo monitorar os sentimentos e as emoções dos outros e os próprios, de diferenciar e de utilizar essa informação para guiar o próprio pensamento e as ações. Este conceito foi alvo de estudos e revisões por muitos teóricos a respeito de sua definição, sendo então considerado por muitos, difícil de ser definido. Após a publicação do livro *Inteligência Emocional*, por Daniel Goleman (1995) as pesquisas sobre este conceito, tornou-se conhecida mundialmente, partindo de estudos sobre as emoções, o cérebro e a conduta, baseando-se também no conceito inicial formado por Mayer e Salovey.

Segundo Goleman (1995) a inteligência emocional inclui características onde o ser humano vai ter a capacidade de motivar a si mesmo, de persistir apesar das frustrações, de conter os impulsos entre outros, o indivíduo frente a situações diversas poderá reconhecer e controlar suas emoções e impulsos de forma saudável e construtiva contribuindo para que este alcance seus objetivos. Goleman (2001) elucida também sobre os 5 fundamentos conhecido como áreas de domínio da inteligência emocional, são elas:

A autoconsciência, que representa a base da inteligência emocional apresentado por alguns autores, onde o indivíduo reconhece o sentimento que está se apresentando

frente a determinadas situações, devido ao conhecimento de suas emoções, seus pontos positivos e negativos. Goleman (2001) descreve que a autoconsciência é ter consciência do exato momento em que nossos sentimentos estão se manifestando, um modo imparcial, que mantém a sensatez de refletir mesmo em meios as emoções buliçosas.

O autocontrole ocorre quando o indivíduo controla seus sentimentos e impulsos e se autorregula frente às situações. Goleman (2001) destaca que o objetivo é o equilíbrio e não a anulação das emoções, pois, cada sentimento tem seu valor e significado e manter o controle sobre as emoções manifestadas é fundamental para o bem-estar. A automotivação canaliza a energia gerada pelas emoções para alcançar os objetivos propostos e metas pessoais mesmo que o caminho seja cheio de obstáculos, afirmam (NODARI; DANIELE ,2015).

A empatia que é a capacidade de entender o outro e seus sentimentos manifestados. Goleman (2001) salienta que a empatia é alimentada pelo autoconhecimento, quanto mais o ser humano se conhece e tem consciência das suas próprias emoções, mais facilidade terá para entender o sentimento alheio. O quinto fundamento é o manejo com relacionamentos/ sociabilidade que tem por significado a capacidade do indivíduo em se relacionar com o outro. Goleman (2001) descreve que quando os seres humanos interagem, enviam sinais emocionais que afetam aqueles com quem estão interagindo. Contudo é possível compreender a inteligência emocional como uma ferramenta que promove ao indivíduo benefícios como o equilíbrio das emoções frente aos conflitos do cotidiano.

3.3 JUVENTUDE, TRABALHO, PSICOLOGIA E INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

As transformações que o mundo vem passando desde o século XX, geram impactos que afetam a vida de muitas pessoas, principalmente a faixa etária jovem já citada anteriormente. As relações que estes mantêm com os grupos: familiar, educacional e o trabalho tem chamado a atenção de muitos pesquisadores, que buscam analisar como essa relação se dá, devido ao convívio com indivíduos de faixa etária, comportamentos e ambientes diferentes, com o propósito de apresentar sugestões que diminuam os impasses enfrentados pela juventude, quando são inseridos no mercado de trabalho (RAITZ; PETERS, 2008).

A Psicologia entende essa faixa etária como um estágio do desenvolvimento humano, onde se manifesta as características sociais do jovem e as peculiaridades de identidade e personalidade (BOCK et al., 2003). As emoções nesse estágio sofrem constantes oscilações por se tratar de uma transição. Dentro dessa ponderação é possível assimilar o ciclo da juventude como uma mudança para um outro País ou até mesmo uma troca de serviço e escola, pois envolve novas possibilidades, condutas que geram uma tensão a princípio. Continuando a reflexão Bock et al. (2003) descreve que até um certo ponto o jovem avaliou o mundo através das introjeções e crenças familiares, porém quando confrontado com o novo, o mesmo observa que existem outras perspectivas para ver o externo e que nem sempre aquilo que aprendeu vai ser por exemplo, a forma, a opção mais adequada, passando assim por um processo de frustração e variação das emoções e até mesmo o início para construir o seu próprio modo de ver a vida e o mundo.

Em estudos realizados nas últimas décadas, foi constatado que as conversões no mundo do trabalho têm afetado milhões de pessoas e principalmente o público jovem com altos índices de desemprego, ressalta Raitz e Petters (2008). No Brasil a taxa de desemprego na faixa etária jovem é elevada e um dos seus principais fatores é a falta de experiência, colocando estes jovens em situação de desemprego por uma proporção de tempo maior, onde os empregadores optam por contratar pessoas que disponham de experiências nos diversos ramos profissionais (PEREIRA, 2019).

Camarano et al. (2004) afirmam que a juventude é formada por indivíduos que estão sendo erguidos com fundamentos nas atribuições pessoais e nas referências, vivências proporcionadas pela própria família e o ambiente social que são introduzidos. Os autores elucidam também, que se por um lado a visibilidade que a juventude tem é de agentes promotores de mudanças sociais, por outro, a visibilidade é negativa devido aos problemas sociais que impactam diretamente na vida desses jovens (CAMARANO et al., 2004). E um desses problemas é a dificuldade que os mesmo vão ter para serem inseridos no mercado de trabalho.

Na atualidade é possível encontrar ofertas de empregos que descrevem requisitos indispensáveis para que a contratação seja efetuada, por exemplo, ter experiência na área solicitada, reconhecida na carteira de trabalho segundo as normativas exigidas na lei trabalhista vigente, em outros anúncios, identificamos também que além da

experiência na função, os indivíduos precisam ter tempo de experiência de acordo com o que a empresa solicitou como requisito, possibilitando assim, vivenciar as dificuldades enfrentadas pelos jovens sem experiência profissional que buscam uma oportunidade no mercado de trabalho. Mesmo graduados muitos profissionais não tiveram a oportunidade de praticar aquilo que se aprendeu durante o período da graduação e nem sempre ter uma formação superior vai garantir uma vaga neste mercado, impasses habituais que causam inquietações em muitas pessoas, principalmente nos acadêmicos em formação que ingressam no ensino superior com o objetivo de concluir a formação e conseguir uma boa colocação na área de atuação escolhida, mas infelizmente muitos acabam frustrados e toda trajetória de dedicação e esforço é desconsiderado quando se deparam com seletividade das empresas. Observando todos os dilemas na relação da juventude com o mercado de trabalho é possível afirmar que a psicologia contribui para que esses jovens conquistem o direito de serem inseridos neste contexto e alcancem a realização profissional.

No âmbito da Psicologia uma ferramenta que pode auxiliar o profissional do campo a trabalhar com a juventude é a Inteligência Emocional, utilizada também em outras áreas de conhecimento, esse instrumento é compreendido como a capacidade que o ser humano tem de entender os sentimentos dos outros e os próprios, lidando com estes de maneira saudável e de forma construtiva, ressalta Gardenswartz et al. (2012). Quando falamos sobre a inteligência emocional, o indivíduo começa a refletir sobre as emoções, causadoras de impactos positivos e negativos para si e para o outro.

Os jovens com dificuldades em compreender suas emoções, tendem a manifestar sentimentos negativos com maior intensidade quando não conseguem sanar suas expectativas em relação ao mercado de trabalho. Segundo Martins (2015), a emoção atua como um regulador nos relacionamentos sociais, pois é através dela que o indivíduo consegue analisar e regular seu comportamento, sendo assim quando o sujeito é dominado por emoções negativas, é possível perceber que essas acarretam desconforto e interferência no pensamento e comportamento desse sujeito de forma negativa. Ou seja, quando as pessoas não administram suas emoções de forma equilibrada, tendem a alimentar pensamentos, comportamentos e expectativas negativas em relação a si, ao outro e sobre o mundo, que podem ocasionar prejuízos na sua qualidade de vida.

A frustração é um sentimento comum entre os jovens que têm expectativas de ingressar no mercado de trabalho e ter o retorno financeiro rápido após a formação acadêmica, e não conseguem, fazendo com que estes reorganizem seus objetivos futuros, aderindo novas possibilidades como empregos com uma remuneração menor, qualificações profissionais e ingresso em outras graduações (ROCHA,2008). Mas nem todos os jovens conseguem aderir novas possibilidades com o pensamento positivo, a inteligência emocional é uma aptidão que pode ser aprendida, onde não importa o quão desenvolvido ou não o indivíduo é nessa área, ele pode expandir e aperfeiçoar sua capacidade de compreender a manifestações de seus sentimentos e a dos outros.

Atualmente, muitos cursos são disponibilizados no mundo com o intuito de desenvolver a inteligência emocional no indivíduo, cada curso tem especificações próprias e público-alvo, salienta Júnior (2018). Quando o ser humano está nutrido de emoção positiva ele tem energia suficiente para enfrentar as ameaças e oportunidades da vida, portanto jovens que têm inteligência emocional desenvolvida, conseguem lidar melhor frente a situações de frustração relacionadas com o mercado de trabalho.

3.4 O PSICÓLOGO E A UTILIZAÇÃO DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL EM INTERFACE COM A GESTALT-TERAPIA: RECURSO CLÍNICO NO TRABALHO COM JOVENS EM INSERÇÃO NO MERCADO DE TRABALHO.

Em algum momento ainda na fase infantil, algumas crianças respondem a seguinte pergunta “O que você quer ser quando crescer? ” Seja por curiosidade de algum familiar, ou até mesmo em algum evento escolar que aborde o assunto. A resposta parte de profissões com referências familiares, outros de personagens de desenho e a imaginação flui nessa fase da vida. Com o crescimento desse sujeito, essas falas vão se modificando e nem sempre aquela idealização de criança permanece. Luchiarri (1996) aborda que a escolha da profissão é um misto do ciclo familiar, social e educacional que o indivíduo passa na medida que vai crescendo, e muitas vezes as projeções familiares para o mesmo é a alternativa que prevalece.

A busca por uma boa colocação no mercado de trabalho, faz com que os jovens reflitam sobre as possibilidades profissionais futuras. Muitos se frustram por não saber qual profissão seguir, outros porque não se identificaram com a escolha e tem aqueles que buscam uma vaga ou graduação em determinadas áreas pelo retorno financeiro

rápido que estão sendo ofertadas no momento. Os problemas ao longo da construção da carreira profissional do jovem podem estar ligados às expectativas e as escolhas que o próprio faz. Bardari et al. (2006) identificam que o entendimento e possibilidades em relação ao mercado de trabalho é um fundamento prazeroso para as pessoas, ressaltam ainda que após um estudo que analisou as expectativas dos graduados após a formação, foi identificado que a visão dos jovens participantes da pesquisa em relação ao mercado de trabalho de forma positiva, era a inserção do mesmo no mercado e a construção de carreira. Já o ponto negativo, era sobre a escolha de carreira, observando assim uma das principais barreiras que afeta o público jovem (BARDARI et al. 2006).

O ambiente social ao qual esse sujeito está inserido é que estabelece as normas de preparação para a entrada no âmbito do trabalho, mas os princípios básicos que rege determinada profissão escolhida, ainda não outorgam aos jovens uma visão futura estável na carreira (DIAS; SOARES, 2012). Problemática que afeta cada vez mais a juventude e possivelmente acarreta no aparecimento ou aumento de transtornos depressivos, crises de ansiedades, crises de identidade entre outros adoecimentos mentais que afetam de forma negativa sua funcionalidade no cotidiano e na qualidade de vida desses indivíduos.

Na atualidade é comum a busca por tratamento psicológico pelo público jovem, para que o mesmo consiga se regular e lidar melhor com as demandas emergentes que atrapalham sua funcionalidade diária. E para empregar o conceito da inteligência emocional nos jovens em conflito com o mercado de trabalho, seja na inserção ou na permanência por um tempo maior, é necessário avaliar o campo dentro da psicologia que esse conceito tem potencial de aplicação. A área escolhida com grandes chances de sucesso no resultado do uso da inteligência emocional foi a psicoterapia, considerada por Cordioli et al. (2018) um tratamento psicológico baseado na relação indivíduo e Psicólogo, onde através do processo dialético o cliente consegue aliviar seu sofrimento, no dito popular a psicoterapia é conhecida como o momento de fala que cura. Dentro desse atendimento cabe ao psicólogo fazer a escuta, conhecer melhor o indivíduo que se apresenta, acolher e após esse movimento avaliar qual seria a melhor estratégia e manejo clínico para utilizar no tratamento (JOYCE; SILLS, 2016).

A Gestalt-terapia é uma prática clínica que se ocupa na promoção do crescimento e desenvolvimento do potencial humano, destacando que esse processo é demorado, parte da subjetividade de cada um e essa prática não discursa falas que tratam as demandas de formas instantâneas (PERLS, 1969). Esse conceito vê o homem em sua totalidade, singularidade e responsável por suas próprias ações e mudanças (CARDELLA, 2002). Partindo desse pressuposto foi possível observar a possibilidade do psicólogo Gestalt-terapeuta utilizar a inteligência emocional como instrumento clínico no atendimento de jovens com demandas relacionadas às frustrações e expectativas futuras frente ao trabalho. Destacando que o trabalho do Gestalt-terapeuta não se baseia em algo padronizado, mas através dos fenômenos que vão aparecer no atendimento (FRAZÃO; FUKUMITSU, et al., 2015). Portanto o atendimento é de acordo com a subjetividade de cada cliente, a estratégia de trabalhar a inteligência emocional nessa prática será utilizada somente após a avaliação do terapeuta frente às necessidades do cliente (FRAZÃO; FUKUMITSU, et al., 2015).

Goleman (2018) afirma que as contribuições a respeito da inteligência emocional aplicada aos jovens, corroboram em benefícios pessoais e reduz o envolvimento do mesmo com os males sociais. Já o Gestalt-terapeuta pode utilizar a inteligência emocional como estratégia no atendimento com jovens em inserção no mercado de trabalho. No decorrer desta escrita foi abordado como é a percepção da juventude, seu percurso para ser inserido no mercado de trabalho e como a psicologia pode atuar, para que os jovens, passe por esse processo e se desenvolva de acordo com suas possibilidades, sem prejudicar sua saúde mental, mas sim, se ajustando de forma criativa frente às situações utilizando a inteligência emocional como ferramenta.

Em todo o seu estudo Goleman (2018) estabeleceu os 5 pilares essenciais para que a inteligência emocional seja desenvolvida e na interface com a gestalt-terapia é possível trabalhar o processo de desenvolvimento da inteligência emocional partindo de alguns conceitos básicos aplicados nessa abordagem. O primeiro pilar é a autoconsciência, considerada por Goleman a base de todos os outros pilares, pois quando o indivíduo não consegue reconhecer suas próprias emoções, será difícil gerenciá-las, acarretando a dificuldade de compreender o outro também. A percepção de si pode ser trabalhada na gestalt-terapia através da Awareness, um dos conceitos básicos dessa prática que possibilita ao cliente ampliar a consciência em relação ao que está em sua volta e o mesmo reconhece e consegue responder suas

necessidades, mecanismo que se modifica pois tem relação com as experiências daqui e agora (CARDELLA, 2002).

O segundo pilar é a autogestão, o sujeito reconhece suas emoções e é capaz de identificar, controlar os impulsos emocionais respeitando os próprios limites e flexibilizar as situações (GOLEMAN, 2018). A autorregulação outro mecanismo da gestalt-terapia é quando o sujeito consegue lidar com as variedades de situações que aparecem de uma vez, categorizando e dando prioridade a situação mais emergente, conseguindo assim se organizar e priorizar situações e coisas (CARDELLA, 2002).

Tanto o terceiro pilar que é a consciência social explicada como a forma que olhamos e tratamos os outros, e o quarto pilar que aborda sobre a empatia forma que estamos para o próximo entendendo suas emoções, vão se dá na fronteira de contato. A Gestalt-terapia compreende essa fronteira como o lugar que se constrói a interação dos indivíduos, onde o contato se estabelece e se isola, nesse campo ocorre as transformações do indivíduo e também os bloqueios que atrapalham o processo de crescimento do mesmo (CARDELLA, 2002). Sendo assim é necessário trabalhar esse mecanismo na psicoterapia para que o fluxo de crescimento e transformação do indivíduo seja estabelecido (CARDELLA, 2002).

O quinto pilar é a gestão de relacionamento, nesse ponto o indivíduo estará preparado para aplicar a inteligência emocional, sabendo assim se relacionar com os outros e se regulando as situações. O ajustamento criativo elucida a criação de novas possibilidades pessoais, ou seja, o sujeito se configura nas novas possibilidades que chegam até ele através da experiência, da vivência (CARDELLA, 2002).

Tanto os pilares da inteligência emocional quanto os conceitos básicos trabalhados na gestalt-terapia se atravessam. O intuito de utilizar a Inteligência emocional como recurso na prática terapêutica com jovens em processo de entrada para o mercado de trabalho, tem o propósito de possibilitar uma reflexão de suas experiências no aqui e agora, através da ampliação de consciência que vai possibilitar ao jovem cliente a percepção das dificuldades e bloqueios que impossibilitam o mesmo de executar suas atividades e projetos a curto, médio e longo prazo. Sendo assim, é possível utilizar a Inteligência Emocional como estratégia terapêutica para que o profissional da Psicologia possa recorrer, salientando a importância do Psicólogo estar muito bem-

preparado tecnicamente e pessoalmente, ter formação específica, e estar em contínuo aperfeiçoamento dos seus saberes, competências e habilidades para distinguir se é viável ou não a utilização desse recurso.

4. CONCLUSÕES

A produção deste artigo propiciou reflexões acerca das dificuldades enfrentadas pela juventude no contexto brasileiro em sua inserção no mercado de trabalho, ressaltando que essas problemáticas variam de acordo com a situação socioeconômica de cada jovem e como a inteligência emocional pode ser trabalhada no processo terapêutico frente às demandas levadas por esses sujeitos ao espaço da psicoterapia.

Mesmo se qualificando para garantir uma vaga ou uma boa colocação no mercado, o jovem ainda vai percorrer um caminho desafiador, que demanda do mesmo reconhecer seus sentimentos para ter um equilíbrio quando as expectativas e projetos não derem certo, pois o não reconhecimento assertivo das emoções além de atrapalhar as relações sociais, também pode propiciar no aumento das crises existenciais e transtornos depressivos e ansiosos.

Em relação a baixa quantidade de artigos produzidos por profissionais da psicologia sobre a temática que rege esse estudo, e a falta de atualização e criação de políticas públicas que assegurem a juventude, o desenvolvimento desse artigo foi produzido através de recortes da compreensão e visão da psicologia em diferentes áreas de atuação e publicações de trabalhos em áreas assistenciais relacionada ao objetivo principal desta pesquisa.

É importante enfatizar como a atuação do profissional da psicologia no desenvolvimento do autoconhecimento e gestão das emoções em jovens corrobora para que o mesmo aprenda a lidar melhor com os contratemplos que aparecem ao longo da vida, respeitando seus limites e se regulando as situações. O processo leva tempo, o Psicólogo avalia e monta estratégias de acordo com a demanda e singularidade de cada cliente, facilitando assim a caminhada terapêutica e estimulando as potencialidades desses indivíduos.

Deste modo, foi possível concluir que a inteligência emocional, ferramenta multidisciplinar, pode ser utilizada pelo profissional da psicologia no trabalho com

jovens, contribuindo com a diminuição das emoções negativas na juventude, frente, às dificuldades para serem inseridos no mercado de trabalho, pois o mesmo vai conseguir administrar melhor suas emoções, promovendo e fortalecendo as relações sociais e melhorando a qualidade de vida desses indivíduos. Justificando, que a utilização da inteligência emocional vai partir de uma avaliação do psicólogo, um plano de intervenção elaborado pelo mesmo, que atende à demanda ou necessidade do cliente ou grupo.

Por fim, considera-se essencial mais investigações e pesquisas científicas produzidas por profissionais da área da psicologia sobre essa temática, pesquisas que possam auxiliar os psicólogos a trabalhar com a juventude no contexto terapêutico desenvolvendo a inteligência emocional, pesquisas que possibilitam ao psicólogo utilizar recursos diversos aplicado em outras áreas que permite aos jovens uma reflexão sobre si, pesquisas que promovem a abrangência desse conhecimento à sociedade e que propicie com a criação de políticas públicas que contemplem a juventude sem distinção da classe social e contextos ao qual estarão inseridos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, Carla Coelho de. Juventude e trabalho: alguns aspectos do cenário brasileiro contemporâneo. 2008. Disponível em: <<http://repositorio.ipea.gov.br/handle/11058/4077>>. Acessado agosto, 2021.

BARDAGI, Marucia et al. Escolha profissional e inserção no mercado de trabalho: percepções de estudantes formandos. **Psicologia escolar e educacional**, v. 10, p. 69-82, 2006. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pee/a/jsB5Zs5gVrLdXZTkSgbLK9f/abstract/?lang=pt>>. Acessado agosto, 2021.

BOCK, Ana; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, MLT da. **Psicologias**. São Paulo: Saraiva, 2003.

BOCK, Ana Mercês Bahia; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes Trassi. **Psicologia**. Saraiva Educação SA, 2019.

CAMARANO, Ana Amélia et al. Caminhos para a vida adulta: as múltiplas trajetórias dos jovens brasileiros. **Última década**, v. 12, n. 21, p. 11-50, 2004. Disponível em: <<https://scielo.conicyt.cl/pdf/udecada/v12n21/art02.pdf> >. Acessado agosto, 2021.

CARA, Daniel Tojeira; SILVA, Danilo Moreira; PAPA, Fernanda de Carvalho. Política Nacional de Juventude: diretrizes e perspectivas. 2006. Disponível em: <https://bibliotecadigital.mdh.gov.br/jspui/bitstream/192/51/1/CNJ_pol%c3%adtica_2_006.pdf >. Acessado agosto, 2021.

CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos. **A construção do psicoterapeuta uma abordagem gestáltica**. Summus Editorial, 2002.

CORDEIRO, Alexander Magno et al. Revisão sistemática: uma revisão narrativa. **Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões**, v. 34, p. 428-431, 2007.

CORDIOLI, Aristides. V. **Psicoterapias: Abordagens Atuais**. Artmed Editora, 2018.

DIAS, Cláudia; CRUZ, José Fernando; FONSECA, António Manuel. Emoções: Passado, presente e futuro. **Psicologia**, v. 22, n. 2, p. 11-31, 2008. Disponível em: <<https://revista.appsicologia.org/index.php/rpsicologia/article/view/344>>. Acessado setembro, 2021.

DIAS, Maria Sara de Lima; SOARES, Dulce Helena Penna. A escolha profissional no direcionamento da carreira dos universitários. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 32, p. 272-283, 2012. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pcp/a/33KF7yskTFtPcQpBDmX95Zg/?format=html>>. Acessado agosto, 2021.

DAYRELL, Juarez. O jovem como sujeito social. **Revista brasileira de educação**, n. 24, p. 40-52, 2003. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbedu/a/zsHS7SvbPxKYmvcX9gwSDty/abstract/?lang=pt>>. Acessado agosto, 2021.

FRAZÃO, LILIAN MEYER; FUKUMITSU, KARINA OKAJIMA. A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia. **São Paulo: Summus**, 2015.

GARDENSWARTZ, Lee; CHERBOSQUE, Jorge; ROWE, Anita. **Inteligência emocional na gestão de resultados**. Clío Editora, 2012.

GIL, Antonio Carlos et al. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.

GOLEMAN, Daniel; BOYATZIS, Richard; MCKEE, Annie. **O poder da inteligência emocional: Como liderar com sensibilidade e eficiência**. Objetiva, 2018.

GOLEMAN, Daniel; SANTARRITA, Marcos. Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente. In: **Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente**. 1995. p. 370-370.

GOLEMAN, Daniel. Inteligência emocional: **a teoria revolucionária que define o que é ser inteligente**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

JUNIOR, Joaquim Martins. **Como escrever trabalhos de conclusão de curso: instruções para planejar e montar, desenvolver, concluir, redigir e apresentar trabalhos monográficos e artigos**. Editora Vozes Limitada, 2017.

OYCE, Phil; SILLS, C. Técnicas em Gestalt: **aconselhamento e psicoterapia**. Tradução de Vera Joscelyne. Petrópolis: Vozes, 2016.
Martins, V. **O Emocional Inteligente**. Rio de Janeiro: Alta Books, 2015.

NASCIMENTO, Isaías Peixoto dos Santos. Inteligência emocional: relação com inteligência, habilidades sociais, variáveis sociodemográficas e profissionais. 2018. Disponível em: <<https://repositorio.ufscar.br/handle/ufscar/10980>>. Acessado setembro, 2021.

NODARI, Cristine Hermann; CHARY, Vanessa Daniele. Gestão de projetos: uma análise a partir da perspectiva da inteligência emocional. **Sistemas & Gestão**, v. 10, n. 4, p. 644-53, 2015. Disponível em: <<https://revistasg.uff.br/sg/article/view/660>>. Acessado agosto, 2021.

OLIVEIRA, Sidinei Rocha de; PICCININI, Valmiria Carolina. Mercado de trabalho: múltiplos (des) entendimentos. **Revista de Administração Pública**, v. 45, p. 15171538, 2011. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/rap/a/RRLDDQpJqcDMttw999HpDQS/abstract/?lang=pt>>. Acessado agosto, 2021.

PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth D. **Desenvolvimento humano**. Artmed editora, 2013.

PERLS, Frederick S. **Gestalt-terapia explicada**. Summus Editorial, 1969.

PEREIRA, Natália Terroso. **Duração do desemprego do jovem brasileiro**. 2019. Dissertação de Mestrado. FURG.

PROETTI, Sidney. As pesquisas qualitativa e quantitativa como métodos de investigação científica: Um estudo comparativo e objetivo. **Revista Lumen-ISSN: 2447-8717**, v. 2, n. 4, 2018. Disponível em:

<<http://www.periodicos.unifai.edu.br/index.php/lumen/article/view/60/88>>. Acessado setembro, 2021.

RAITZ, Tânia Regina; PETTERS, Luciane Carmem Figueredo. Novos desafios dos jovens na atualidade: trabalho, educação e família. **Psicologia & Sociedade**, v. 20, p. 408-416, 2008. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/psoc/a/jNxSdtJbwbtPRXHBQwFwGMS/abstract/?lang=pt&format=html>>. Acessado agosto, 2021.

ROCHA, Sonia. A inserção dos jovens no mercado de trabalho. **Caderno CRH**, v. 21, n. 54, p. 533-550, 2008. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/ccrh/a/T8BLxBwGfzYW8B99m9YYysG/?format=html&lang=pt>>. Acessado agosto, 2021.

RODRIGUES, Thiago Machado et al. Juventude e mercado de trabalho no Brasil: formação e empregabilidade. 2017. Disponível em:

<<https://tede.pucsp.br/bitstream/handle/19868/4/Thiago%20Machado%20Rodrigues.pdf>>. Acessado agosto, 2021.

TAVELA JÚNIOR, José Sérgio et al. Manual de treinamento em Inteligência Emocional. 2018. Disponível em:

<<http://tede2.unifenas.br:8080/jspui/handle/jspui/209>>. Acessado setembro, 2021.

TELES, Maria Luiza Silveira. **O que é Psicologia**. Brasiliense, 2017.

SOARES-LUCHIARI, Dulce Helena. Os desejos familiares e a escolha profissional dos filhos. **Revista de Ciências Humanas**, v. 14, n. 20, p. 81-92, 1996. Disponível em:

<<https://periodicos.ufsc.br/index.php/revistacfh/article/view/23487>>. Acessado setembro, 2021.