

“CONFESSO QUE...”: BARREIRAS, AUTOGERENCIAMENTO E VIVÊNCIAS DE CARREIRA DE UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA COVID-19¹²

Mariana Ramos de Melo³

José Edemir da Silva Anjo⁴

Rosiane da Silva Viana Bolzan⁵

Priscilla de Oliveira Martins-Silva⁶

<http://dx.doi.org/10.1590/1413-2311.368.124458>

RESUMO

O objetivo do artigo é explicar como barreiras percebidas na carreira impactaram o autogerenciamento de carreira de estudantes de uma universidade pública no contexto da pandemia da Covid-19. Seguindo uma abordagem qualitativa, foi adotada a pesquisa documental como estratégia metodológica por meio da coleta de postagens da página “Segredos”, na rede social Facebook, que é um espaço de discussões da comunidade acadêmica. Os dados foram codificados, analisados e orientados pela análise de conteúdo com categorização temática *a posteriori*. Foram obtidas as seguintes categorias temáticas: barreiras percebidas na carreira e autogerenciamento de carreira. Os resultados apontaram que diante do contexto atípico de crises contextuais, os estudantes percebem inúmeras barreiras externas (educação, economia, política, restrições financeiras e condição familiar) e internas (saúde mental). Com a pandemia, o autogerenciamento de carreira se tornou mais intenso e complexo, por meio do qual os estudantes realizam ações de enfrentamento das barreiras percebidas.

¹ Recebido em 1/5/2022, aceito em 18/10/2022.

² O projeto de pesquisa que originou a publicação deste artigo recebeu apoio da Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Espírito Santo (FAPES) e da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) –Código de Financiamento 001.

³ Universidade Federal do Espírito Santo – Programa de Pós-Graduação em Administração; Vitória – ES (Brasil); <https://orcid.org/0000-0001-7826-6050>; mariramos.melo@gmail.com.

⁴ Universidade Federal de Lavras – Programa de Pós-Graduação em Administração; Lavras – MG (Brasil); <https://orcid.org/0000-0002-5989-1173>; anjo.joseedemir@gmail.com.

⁵ Universidade Federal do Espírito Santo – Programa de Pós-Graduação em Administração; Vitória – ES (Brasil); <https://orcid.org/0000-0002-1338-5363>; rsviana.viana@gmail.com.

⁶ Universidade Federal do Espírito Santo – Programa de Pós-Graduação em Administração e Programa de Pós-Graduação em Psicologia; Vitória – ES (Brasil); <https://orcid.org/0000-0002-2922-6607>; priscilla.silva@ufes.br.

Palavras-chave: Carreira. Barreiras de Carreira. Autogerenciamento. Pandemia Covid-19.

**"I CONFESS THAT...": BARRIERS,
SELF-MANAGEMENT AND CAREER EXPERIENCES BY UNDERGRADUATES
DURING COVID-19 PANDEMIC**

771

The paper aims to explain how perceived career barriers impacted career self-management of undergraduates at a public university in the context of Covid-19 pandemic. Following a qualitative approach, documental research was adopted as a methodological strategy by collecting posts from the “*Segredos*” page on the *Facebook*, which is a space for discussions by the academic community. Data were coded, analyzed and guided by content analysis with thematic categorization *a posteriori*. The thematic categories was obtained by the analysis: career barriers and career self-management. The results showed that in the face of the atypical context of contextual crises, students perceive numerous external barriers (education, economics, politics, financial restrictions and family condition) and internal barriers (mental health). With the pandemic context, career self-management has become more intense and complex. Students have been adopting productive and non-productive coping to face the perceived barriers.

Keywords: Career. Career Barriers. Self-management. Covid-19 Pandemic.

**"CONFIESO QUE...": BARRERAS, AUTOGESTIÓN Y EXPERIENCIAS DE
CARRERA DE UNIVERSITARIOS DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19**

El artículo tiene como objetivo explicar cómo las barreras de carrera percibidas impactaron la autogestión de carrera de los estudiantes de una universidad pública en el contexto de la pandemia Covid-19. Siguiendo un enfoque cualitativo, se adoptó como estrategia metodológica la investigación documental a partir de la recopilación de publicaciones de la página “*Segredos*” de *Facebook*, que es un espacio de discusión de la comunidad académica. Los datos fueron codificados, analizados y guiados por análisis de contenido con categorización temática *a posteriori*. El análisis resultó en la formación de categorías temáticas: barreras de carrera y autogestión de carrera. Los resultados mostraron que ante el contexto atípico de crisis contextuales, los estudiantes perciben numerosas barreras externas (educación, economía, política, restricciones financieras y condición familiar) e internas (salud mental). Con la pandemia, la autogestión de carrera se ha vuelto más intensa y compleja, en los estudiantes han ido adoptando acciones productivas y no productivas de afrontamiento ante las barreras percibidas.

Palabras clave: Carrera. Barreras de carrera. Autogestión. Pandemia de Covid-19.

INTRODUÇÃO

A pandemia da Covid-19 mudou o percurso normal das atividades em todo o mundo desde o início do ano de 2020. Ela provocou uma crise sanitária e hospitalar que impactou o cotidiano da vida em todos os aspectos, sobretudo, econômico e social. O distanciamento social e os períodos de *lockdown* foram uma das ações recomendadas pela Organização Mundial de

Saúde (OMS) e por instâncias do Estado para o enfrentamento e luta no combate ao alastramento da Covid-19 (BARBERIA et al., 2021). Com isso, as Instituições de Ensino Superior (IES) precisaram suspender as suas atividades presenciais de modo abrupto. As práticas relacionadas ao ensino, pesquisa, extensão e gestão precisaram se adaptar ao modo remoto (ALMEIDA et al., 2020; GUSSO et al., 2020; LOPES; MEIRELLES; SANTOS, 2021) e, com isso, a pandemia da Covid-19 afetou a vida pessoal e profissional de gestores, docentes, pesquisadores e estudantes. Estes últimos, em momentos importantes de desenvolvimento da carreira.

Diante dessa situação atípica e sendo preciso retomar o ano letivo, houve a mudança rápida para o ensino remoto e os estudantes se depararam com a necessidade de se adaptar, incluindo aqueles que até então tinham apenas experiências educacionais com o sistema de ensino presencial. Temos assim novos desafios com o novo formato de ensino, como o acesso às tecnologias digitais, as práticas pedagógicas, o assistencialismo social e de saúde (BRAUNER et al., 2020; RIBEIRO; CORRÊA, 2021), além da necessidade de os estudantes se manterem ativos em suas formações educacionais e profissionais.

Pesquisas demonstram que muitas foram as dificuldades enfrentadas pelos indivíduos para lidarem com o ensino superior durante o período pandêmico. O ambiente doméstico configurou-se como um lugar comum de atividades de trabalho, estudo, ensino e aprendizagem, o que trouxe grandes dificuldades para os envolvidos. Conforme Lopes, Meirelles e Santos (2021), alunos do ensino presencial que tiveram que aderir ao ensino remoto relataram inúmeras dificuldades em tal processo de adaptação, incluindo os ajustes no ambiente doméstico, a falta de conhecimento das tecnologias de ensino à distância e as restrições nas instituições, que agiram como barreiras ao ensino *on-line*. Outras dificuldades foram também evidenciadas, como a inexistência de aulas práticas, a resistência com os métodos de ensino na modalidade remota (RIBEIRO; CORRÊA, 2021), a ausência de calendário, a descontinuidade do conteúdo no período antes do isolamento social, o excesso de conteúdos e avaliações, a falta de apoio instrumental e a falta de feedbacks e ferramentas para sanar dúvidas dos alunos (SANTOS et al., 2021).

A presente pesquisa tem o interesse de compreender como os estudantes universitários lidaram com a sua carreira nesse contexto, e toma como base teórica os estudos sobre carreira na perspectiva da Teoria Social Cognitiva de Carreira (TSCC). Especificamente, utiliza-se as referências teóricas sobre barreiras percebidas na carreira (SWANSON; DANIELS; TOKAR, 1996; SWANSON; WOITKE, 1997), autogerenciamento de carreira (LENT; BROWN,

2013) e ações de enfrentamento (LAZARUS; FOLKMAN, 1984; LIPSHITS-BRAZILER; GATI; TATAR, 2016). Na perspectiva da TSCC, a carreira é compreendida desde o início do período de formação educacional. Isso porque diferentes fatores contribuem de forma relevante para as decisões de carreira desde o período de formação educacional, como aspectos individuais (gênero, etnia, habilidades) e aspectos contextuais (bairro de moradia, limitações financeiras, apoio familiar) (LENT; BROWN; HACKETT, 1994; 2000; LENT; BROWN, 2013).

A realização da pesquisa justifica-se por diferentes razões. Primeiro, estudar o autogerenciamento de carreira (LENT; BROWN, 2013) vai ao encontro do que apontam os estudos na temática de trabalho e carreira, uma vez que as relações se tornam cada vez mais instáveis, incertas e de curto prazo. Desloca-se para o indivíduo a responsabilidade de aprendizado, desenvolvimento, atualização, adaptabilidade, dentre outras características que vêm sendo demandadas pelo mercado de trabalho na economia atual (HIRSCHI, 2018). Segundo, as características do contexto neste novo milênio (HIRSCHI, 2018) vêm limitando objetivos e ações dos indivíduos para desenvolver suas próprias carreiras em meio a diversas crises (MELO et al., 2021; MELO, MARTINS-SILVA; DE ANDRADE, 2020; PINZÓN et al., 2020; RIBEIRO, 2020; SIMOSI; ROUSSEAU; DASKALAKI, 2015).

O contexto pandêmico atual agravou ainda mais as incertezas e anseios nos indivíduos acerca do desenvolvimento na carreira. Com isso, considera-se que existe relativa ambiguidade: os indivíduos precisam se preocupar em adotar posturas mais agênticas, independentes, protagonistas e criativas, porém, o contexto atual é limitante (e até impeditivo) para a adoção de tal postura por muitos indivíduos. Mayrhofer, Myer e Steyrer (2007) já reforçaram a importância de considerar o contexto para estudar carreiras. Conforme os autores, “carreiras são sempre carreiras em contexto” (MAYRHOFER; MYER; STEYRER, 2007, p. 215, tradução nossa). As análises devem ser direcionadas para além do indivíduo ou da ótica restritiva de ação individual. É necessário, pois, entender os contextos que perpassam e influenciam as carreiras. Neste estudo a consideração do contexto é fundamental, considerando o período pandêmico e as numerosas barreiras que possam surgir ou serem intensificadas para o desenvolvimento da carreira.

Os estudos mais recentes na literatura sobre carreira reforçam a importância da autogestão da carreira associada com a gestão da própria vida (DI FABIO, 2019) – sendo esta a ideia inerente ao autogerenciamento de carreira. Lent e Brown (2013), a partir dos estudos sobre autogerenciamento de carreira, assumem que barreiras e suportes vivenciados pelos

indivíduos, em diferentes dimensões da vida, influenciam mutuamente em processos de carreira – como preparação, adaptação, mudanças e tomadas de decisão. O momento pandêmico constitui-se como um contexto anormal e crítico para os universitários. Logo, indaga-se: dadas as barreiras percebidas e vivenciadas em tal contexto, como os indivíduos vêm gerenciando suas próprias carreiras?

Isto posto, o presente estudo tem o seguinte objetivo: **explicar como barreiras percebidas na carreira impactaram o autogerenciamento de carreira de estudantes de uma universidade pública no contexto da pandemia Covid-19**. Esta pesquisa demonstra-se relevante por incluir o autogerenciamento de carreira associado às barreiras percebidas frente aos comportamentos adaptativos e de transição em um momento pandêmico. Torna-se, pois, relevante para o público universitário, profissionais de diferentes áreas e diversas instituições de educação que buscam compreender como o contexto tão atípico veio impactar o comportamento dos estudantes em diferentes aspectos. O estudo foi orientado por uma abordagem de natureza qualitativa com dados coletados por pesquisa documental.

Após essa contextualização, o trabalho apresentará a explanação do aporte teórico que trata dos conceitos importantes sobre carreira, barreiras, autogerenciamento e enfrentamento. Após o segundo tópico, é descrito o método. Em seguida, apresenta-se os resultados e a discussão. Por fim, tem-se as considerações finais, incluindo as limitações deste trabalho e as propostas de agenda para pesquisas futuras.

1 CARREIRA

O significado de carreira sofreu transformações ao longo do tempo. A sua definição está ancorada em aspectos sociais, políticos e econômicos vigentes – isto é, apresenta conceitos contextualizados (BENDASSOLLI, 2009). O modelo tradicional de carreira perdurou a maior parte do século XX e foi marcado por estabilidade, progresso, hierarquia, divisão sexual, regras rígidas, resultados objetivos como cargos e salários, dentre outras características (EVANS, 1996; BENDASSOLLI, 2009). Prevalcia a ideia de um ou poucos empregos para toda a vida (PATTON, 2019). Porém, inúmeras e profundas foram as transformações vivenciadas pelos indivíduos no mundo do trabalho e na vida, com destaques para o desenvolvimento tecnológico, a globalização, os trabalhos com vínculos temporários, a ruptura das estruturas organizacionais, a maior diversidade e a instabilidade nas relações de trabalho (BENDASSOLLI, 2009). Na literatura, as teorias pioneiras mantinham o enfoque no desenvolvimento da carreira inserida e

determinada pelas organizações, enquanto hoje a ênfase na literatura é direcionada ao gerenciamento de carreira e de vida por meio do autogerenciamento (DI FABIO, 2019).

Com isso, definir carreira no cenário contemporâneo envolve uma perspectiva muito mais ampla. O significado de carreira engloba cognições, necessidades, sentimentos e comportamentos dos indivíduos, envolvendo o processo de autodesenvolvimento orientado por propósitos de trabalho e de vida. Nesse sentido, a carreira refere-se a um processo que se dá a medida que se vivencia, incluindo as experiências e as trajetórias do indivíduo, e nesse processo é fundamental o desenvolvimento de habilidades como adaptabilidade, curiosidade, confiança, preocupação, controle e iniciativa (CREED; HOOD, 2009; MAGALHÃES; BENDASSOLLI, 2013; SAVICKAS et al., 2009). O trabalho especificamente, no cenário atual, é caracterizado por constantes mudanças e transições, e os indivíduos experimentam instabilidade em um cenário intensamente fluido (DI FABIO, 2019). A carreira pode ser compreendida, enfim, como dimensão fundamental e mediadora nas relações entre indivíduo, trabalho e sociedade (CREED; HOOD, 2009).

Atualmente, dadas as diversas e intensas mudanças contextuais – econômicas, tecnológicas e no mundo do trabalho (HIRSCHI, 2018) –, é importante considerar nas pesquisas científicas os impactos do ambiente externo sobre a gestão individual da carreira. Nesse sentido, pesquisas desenvolvidas nos últimos anos vêm reforçando o quanto a influência do contexto pode ser significativa em relação à carreira. Por exemplo, Simosi, Rousseau e Daskalaki (2015) estudaram o comportamento profissional de jovens durante o período de recessão financeira no ano de 2008. As autoras constataram que as crises contextuais podem interromper as carreiras convencionais e tornar irrelevantes os planos de carreira de longo prazo, dando lugar a comportamentos de carreira que envolvam trabalhos disponíveis a curto prazo e atividades voluntárias.

No cenário nacional, muitos estudos vêm discutindo diferentes perspectivas e temáticas em carreira considerando o público de universitários. Por exemplo, autogerenciamento e direcionamento para valores (BORGES; DE ANDRADE, 2014), adaptação acadêmica e enfrentamento (OLIVEIRA et al., 2014) e adaptabilidade acadêmica (LUCA; NORONHA; QUELUZ, 2018). Pesquisas brasileiras com universitários vêm considerando também a influência do contexto na carreira, enfatizando períodos anormais de crise. Como exemplos, a crise econômica, com o estudo de percepção de barreiras de carreira (MELO; MARTINS-SILVA; DE ANDRADE, 2020), barreiras, adaptabilidade e o impacto destas em percepções de empregabilidade e satisfação (MELO et al., 2021); e, a crise sanitária em função da pandemia

da Covid-19, com o estudo de ansiedade, depressão e estresse (MAIA; DIAS, 2020), evasão durante os estudos remotos (NUNES, 2021) e interesse e satisfação com as aulas durante a pandemia (SANTOS et al., 2021).

Em outra pesquisa nacional em momento de crise contextual, mas com outro público, Melo e Martins-Silva (2019) entrevistaram mestres acadêmicos brasileiros recém formados em um momento de crise econômica no país. As autoras verificaram que mesmo com alto nível de qualificação, os profissionais demonstravam pessimismo em relação ao mercado de trabalho e, principalmente, em função da instabilidade na economia do país. A desvalorização profissional foi mencionada pelos participantes com frequência, o que influenciou também para o maior nível de indecisão dos objetivos profissionais.

A partir de tais exemplos, assume-se nesta investigação que o contexto ou o ambiente externo vêm impactando de forma contundente a gestão da carreira pelos indivíduos. Em consonância com pressupostos teóricos da temática de carreira (BROWN; LENT, 2019; LENT; BROWN, 2013; MAYRHOFER; MYER; STEYRER, 2007), existe uma variedade de influências contextuais que podem facilitar ou limitar os comportamentos de carreira. A ênfase desta pesquisa é em aspectos que limitam ou dificultam, haja vista o enfoque em barreiras percebidas na carreira (SWANSON; DANIELS; TOKAR, 1996; SWANSON; WOITKE, 1997; LENT; BROWN, 2013).

1.1 BARREIRAS PERCEBIDAS NA CARREIRA

Conforme os estudos de Swanson e colegas (SWANSON; DANIELS; TOKAR, 1996; SWANSON; WOITKE, 1997), barreiras de carreira podem ser definidas como percepções de condições externas ou internas que dificultam o progresso na carreira. As barreiras percebidas na carreira são diferentes das barreiras reais, uma vez que a percepção de eventos e situações fornece a força mais influente no comportamento dos profissionais (SWANSON; WOITKE, 1997). Os autores justificam a importância de estudos contínuos sobre diferentes tipos de barreiras percebidas na carreira, como também diferentes formas para lidar ou superar tais barreiras (SWANSON; DANIELS; TOKAR, 1996; SWANSON; WOITKE, 1997).

Os estudos das barreiras percebidas na carreira vêm sendo desenvolvidos tradicionalmente pela lente da Teoria Social Cognitiva de Carreira (TSCC) (LENT; BROWN; HACKETT, 1994). A TSCC fundamenta-se nos pressupostos da agência pessoal dos indivíduos conforme Bandura (1986), aplicando-os ao desenvolvimento de carreira. Assume-se na teoria

que os indivíduos são capazes de influenciar o ambiente e o desenvolvimento da própria carreira (LENT; BROWN, 1996; LENT; BROWN; HACKETT, 1994).

Os estudos sobre barreiras percebidas na carreira apontam um consenso entre a taxonomia interna e externa (CARDOSO, 2009), ou seja, barreiras percebidas no interior do indivíduo ou em seu contexto (SWANSON; WOITKE, 1997). Conforme Lent, Brown e Hackett (2000), autores da TSCC, as barreiras externas podem aumentar ou impedir a agência pessoal, sendo exemplos os fatores macroeconômicos, as restrições no mercado de trabalho e as condições da família. Já as barreiras internas se relacionam ao próprio indivíduo, como indecisão, insatisfação e dificuldade de interação social (LENT; BROWN; HACKETT, 2000; SWANSON; DANIELS; TOKAR, 1996; SWANSON; WOITKE, 1997).

Pesquisas recentes sobre carreira vêm sendo desenvolvidas na academia considerando percepções de barreiras. Urbanaviciute et al. (2016) conduziram uma pesquisa com estudantes de graduação e verificaram que as percepções de barreiras internas e externas apresentaram relação negativa com o compromisso de identidade vocacional por meio da satisfação acadêmica. Melo, Martins-Silva e De Andrade (2020) envolveram estudantes universitários brasileiros e identificaram quatro dimensões de barreiras contextuais percebidas na carreira: falta de suporte, restrição de oportunidades, discriminação sexual e discriminação étnica. Melo et al. (2021) evidenciaram, também junto a estudantes de graduação, que existem diferenças no grau de influência das percepções de barreiras em relação à falta de suporte, discriminação e restrição de oportunidades de acordo com variáveis sociodemográficas. Por exemplo, os resultados indicaram que as mulheres apresentaram maiores médias nas percepções de barreiras na carreira quando comparadas aos homens.

Marks, Tate e Taylor (2018) verificaram, junto a mulheres de diferentes etnias, que aquelas que percebiam mais intensamente barreiras educacionais e de carreira percebiam também menor capacidade para lidar com tais barreiras. Pinzón et al. (2020) buscaram identificar as barreiras de carreira percebidas por pós-graduandos brasileiros, e os principais resultados indicaram depressão, ansiedade e estresse, bem como falta de tempo e dificuldades com a orientação. Os autores explicam que foi possível observar a presença de inúmeros elementos que são percebidos como barreiras.

Lent e Brown (2013), em seu estudo teórico por meio da TSCC, propõem que aspectos contextuais, como barreiras, influenciam de forma distal ou proximal os comportamentos de carreira. Os autores direcionam a ênfase do estudo em comportamentos de autogerenciamento de carreira. Ainda, justificam a importância deste tipo de comportamento dada a necessidade

de processos adaptativos pelos quais os indivíduos se deparam atualmente – como as tomadas de decisão, as mudanças de emprego, as negociações de trabalho, as transições profissionais e os múltiplos papéis profissionais (LENT; BROWN, 2013). O tópico seguinte se destina a explicar em maior detalhe o autogerenciamento de carreira e ações de enfrentamento.

1.2 AUTOGERENCIAMENTO DE CARREIRA E ENFRENTAMENTO

O autogerenciamento enfatiza a agência do indivíduo para o alcance de objetivos, bem-estar, sucesso psicológico e o próprio desenvolvimento da carreira, incluindo ações e características importantes – como a exploração, o planejamento, a confiança, a procura por emprego, a reflexividade, dentre outros (DI FABIO, 2019; LENT; BROWN, 2013; SAVICKAS et al., 2009). Lent e Brown (2013) explicam que o autogerenciamento de carreira pode ser entendido como comportamentos intencionais e adaptativos dos indivíduos para alcançar objetivos de carreira. Hirschi (2018) reforça a importância de estudos que envolvem a concepção do autogerenciamento. A justificativa baseia-se em que o autogerenciamento é adequado para explicar questões de desenvolvimento de carreira atualmente, principalmente em função das características da economia neste novo milênio – digital e automatizada. Além disso, o autor menciona a crescente tendência do trabalho autônomo e da necessidade de atualização de conhecimentos e habilidades pelos indivíduos para acompanhar as elevadas e constantes exigências do mercado de trabalho. Os comportamentos de autogerenciamento de carreira se relacionam conceitualmente com outras dimensões relacionadas à carreira, como habilidades, competências, adaptabilidade e enfrentamento (BETZ; HACKETT, 1987; LENT; BROWN, 2013).

O autogerenciamento de carreira também vem sendo estudado dentro da TSCC. Lent e Brown (2013) – que estão dentre os autores da teoria –, enfatizam o autogerenciamento com a finalidade de compreender contextos que incluem comportamentos individuais adaptativos e de transição; comportamentos para lidar com desafios envolvidos na carreira; e, comportamentos para direcionar objetivos de carreira. Em estudos mais recentes da TSCC (BROWN; LENT, 2019; LENT, 2013; LENT; BROWN, 2020; LENT; BROWN, 2013), tais autores propõem a articulação do autogerenciamento de carreira com barreiras percebidas na carreira, sendo o impacto destas em aspectos comportamentais chaves dos indivíduos. É proposto, nesta perspectiva, o modelo de autogerenciamento de carreira, que procura explicar os processos pelos quais os indivíduos gerenciam suas próprias carreiras, incluindo contextos favoráveis e desfavoráveis (BROWN; LENT, 2019; LENT, 2013; LENT; BROWN, 2013).

Especificamente sobre o enfrentamento, este pode ser definido como estratégias cognitivas e comportamentais que são utilizadas pelos indivíduos para controlar, lidar ou reduzir os efeitos estressantes de adversidades (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). De forma geral, as ações de enfrentamento se associam a resultados positivos para a promoção da saúde e do bem-estar (LUCA; NORONHA; QUELUZ, 2018). No âmbito da carreira, é possível inferir que a adoção de estratégias de enfrentamento diante de dificuldades ou barreiras percebidas pode ajudar o indivíduo no processo de autogerenciamento da carreira.

Conforme o estudo de Lipshits-Brazil, Gati e Tatar (2016), é possível agrupar as ações de enfrentamento em três estilos diferentes. O primeiro estilo envolve as produtivas, sendo aquelas que facilitam o enfrentamento do problema, como a busca de informações, a tentativa de resolução de dificuldades, a flexibilidade, a adaptabilidade e a autorregulação. O segundo estilo inclui a busca por suporte, incluindo ações como a busca por ajuda profissional, aconselhamento e amparo emocional. Por fim, o terceiro estilo envolve as ações não produtivas, sendo aquelas que dificultam o enfrentamento e que são direcionadas para longe da fonte estressora, como a submissão, a negação do problema, a fuga e o desamparo. Tais estratégias não ajudam a lidar ou a resolver o problema, o que vem a atrapalhar o alcance de objetivos (LIPSHITS-BRAZIL; GATI; TATAR, 2016).

Em relação ao contexto atual na educação, grandes são os desafios que o Brasil enfrentou no período da pandemia Covid-19. Com o isolamento social que obrigou o fechamento das IES, houve significativo impacto em diversos âmbitos da sociedade. IES privadas e públicas sofreram efeitos diversos e tiveram de se adaptar no novo cenário, conforme apontam pesquisas recentes (RIBEIRO; CORRÊA, 2021; SANTOS et al., 2021). O contexto atual da educação impôs amplos e complexos desafios a alunos e professores (em uma perspectiva individual), e também às IES privadas e públicas (em uma perspectiva organizacional). A pandemia da Covid-19 intensificou dificuldades, antecipou tendências e impôs inúmeras mudanças no âmbito da educação.

A partir das explicações teóricas apresentadas, encerra-se esta seção e, sequencialmente, será apresentado o caminho metodológico que foi percorrido para o alcance do objetivo proposto nesta pesquisa.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Para atingir o objetivo proposto, optou-se pela pesquisa de natureza qualitativa, uma vez que esse tipo de abordagem leva o pesquisador a compreender a realidade dos fenômenos

sociais com olhar interpretativo sobre o mundo (CRESWELL, 2010). Diante do contexto de isolamento social e tendo como alternativa para a continuidade das atividades de realização de pesquisa, recorreremos à pesquisa documental (CELLARD, 2008), uma vez que ela é reconhecida por corroborar com a investigação dos sujeitos e suas subjetividades nos estudos qualitativos (BAUER; GASKELL, 2005).

Como motivação para realização da pesquisa frente a problemática apresentada, e tendo a área de ensino afetada pelo período pandêmico, optou-se pela escolha de uma página pública de postagens *on-line* vinculada a uma universidade pública federal localizada na região sudeste no Brasil. Ressalta-se que nesta pesquisa optou-se por não indicar o nome da universidade, portanto, todas as vezes que a universidade for mencionada, substituir-se-á pela expressão Universidade X. A página escolhida para a coleta de dados é intitulada como “*Segredos*” e está presente na rede social *Facebook*. Trata-se de uma página que possui mais de 29.000 curtidas e que convida membros da comunidade acadêmica da Universidade X a confessar algo de forma totalmente anônima.

O *slogan* utilizado pela página para convidar a comunidade acadêmica é o seguinte: “A fim de confessar algo TOTALMENTE ANÔNIMO? Contar segredos, desabafos, que fizestes pela nossa [Universidade X], aqui é seu lugar. Mande INBOX!”. Com isso, mensagens frequentes são postadas na página sobre situações diversas do cotidiano universitário – como “memes”, “emojis”, figuras e relatos de cunho cômico sobre dilemas da vida universitária. A escolha desse *locus* de investigação se justifica por ir ao encontro do problema proposto. Ressalta-se que, apesar da referida Universidade X oferecer cursos de graduação e pós-graduação nas modalidades presenciais e à distância, os comentários são em sua maioria de discentes do curso de graduação no formato presencial. Cabe destacar ainda que alunos de cursos de diferentes áreas foram afetados quanto às aulas práticas e, ainda, alunos com vulnerabilidade social foram fortemente prejudicados pelo fechamento de serviços diversos, como alimentação e saúde. Assim, na maioria das postagens, os “segredos” da comunidade participante referem-se a contestações sobre práticas pedagógicas ou ações da própria instituição, além de dúvidas, desabafos e pedidos de ajuda sobre questões sociais e acadêmicas.

Com atenção às mudanças ocorridas com a pandemia da Covid-19, os dados foram coletados em momento crítico de tais mudanças, entre os meses de março a outubro de 2020. Esse recorte temporal converge com os períodos iniciais e finais do primeiro semestre do Ensino

Remoto Emergencial (ERE)⁷ da Universidade X. Tal universidade definiu para o período do ensino remoto que as aulas síncronas deveriam ter no mínimo 25% do total da carga horária da disciplina. A definição da quantidade de aulas síncronas e assíncronas ficou a critério de cada professor, respeitado o mínimo estabelecido.

Ao todo, este estudo realizou um recorte de **162 postagens** extraídas da página “Segredos”. Diante da grande quantidade de dados nesse período, foram feitos *prints* de cada postagem e organizados em uma tabela no *Microsoft Office Word* com a descrição da data e o tópico de cada postagem. Vale ressaltar que a confidencialidade dos usuários foi preservada.

Com a finalização da etapa de coleta de dados, o corpus textual foi interpretado e analisado por meio de técnica de análise de conteúdo (BARDIN, 2011), do tipo temática e categorização à *posteriori*, de modo que os dados coletados indicam os temas emergentes para posterior análise e discussão (FRANCO, 2012). Ao buscar por uma análise de dados com rigor metodológico a fim de evitar uma interpretação banalizada dos dados (MOZZATO; GRZYBOWSKI, 2011), foram realizadas as três fases propostas por Bardin (2011) para a análise e codificação dos dados. A análise dos dados foi do tipo qualitativa em que a frequência não foi verificada, e todos os conteúdos mencionados foram considerados (BARDIN, 2011).

Todas as postagens foram analisadas, primeiramente, como uma única unidade de análise no documento de *Microsoft Word*. A partir das leituras, foram realizadas anotações, no intuito de identificar possíveis unidades de análise e conexões entre os temas que emergiam dos dados, conforme orientação de Bardin (2011). A primeira fase, pré-análise, compreendeu a leitura flutuante das postagens coletadas com a intenção de identificar os temas mais recorrentes, o que resultou em **44 rótulos conceituais**. São exemplos de rótulos criados: críticas ao ensino à distância (EaD), saúde psicológica, auxílio *internet* e aluguel de imóveis. A segunda fase, exploração do material, tratou das operações de análise de frequência de unidades textuais, e buscou também estabelecer conexões entre aproximações e distanciamentos dos temas que emergiram. Após analisar todos os dados e dar rótulos de acordo com o que seu conteúdo representava, foi realizada a codificação em uma planilha de *Microsoft Excel* – saindo da codificação para a categorização.

⁷ Este tipo de ensino se caracteriza como um modelo educativo aplicado de forma não presencial e emergencial – considerando que não houve planejamento para uma transição que surgiu repentinamente (TEIXEIRA-DE-CARVALHO; DIAS JUNIOR; KRUTA-BISPO, 2021). Tal modelo funciona por meio de aulas síncronas, com professores e estudantes no mesmo tempo e espaço virtual, incluindo *feedbacks* imediatos, e aulas assíncronas, que proporcionam flexibilidade por não requererem confluência de professores e estudantes no mesmo espaço e tempo (MOREIRA; HENRIQUES; BARROS, 2020). Destaca-se que o Ministério da Educação (MEC) estipulou diretrizes específicas para os dois tipos de aulas, síncronas e assíncronas.

Nesta etapa, constatou-se **17 códigos temáticos**, sendo exemplos: crise econômica, recursos financeiros, saúde mental, distração e fuga. A terceira e última fase, tratamento dos resultados, foi conduzido o processo de estabelecer os vínculos conceituais existentes entre os códigos temáticos. Feito isso, obteve-se a formação de **2 categorias** temáticas (Barreiras percebidas na Carreira e Autogerenciamento de Carreira), e cada categoria incluiu suas subcategorias. O Quadro 1 apresenta, enfim, os códigos temáticos, as subcategorias e categorias que emergiram dos dados analisados.

Quadro 1. Códigos, Categorias e Subcategorias Temáticas

Códigos Temáticos	Subcategorias	Categorias	Referências
Crise Educacional, Crise Econômica, Crise Política, Recursos Financeiros, Condição Familiar, Saúde Mental	Barreiras de Carreira Externas Macroambiente	Barreiras percebidas na Carreira	Brauner et al. (2020); Melo e Martins-Silva (2019); Melo, Martins-Silva e De Andrade, (2020); Ribeiro (2020); Swanson, Daniels e Tokar (1996); Swanson, Woitke (1997).
	Barreiras de Carreira Externas Microambiente		
	Barreiras de Carreira Internas		
Análise de Informações, Articulação, Resolução, Busca Suporte Profissional, Reflexão, Negociação, Amparo Emocional, Distração, Passividade, Fuga, Desamparo	Autogerenciamento de Carreira por meio de ações de enfrentamento produtivas	Autogerenciamento de Carreira	Bandura (1986); Lent e Brown (2013); Lazarus, Folkman (1984); Lipshits-Brazilier, Gati e Tatar (2016)
	Autogerenciamento de Carreira por meio de ações de enfrentamento não produtivas		

Fonte: Elaborado pelos autores.

A construção desse quadro representa um esforço de síntese por parte dos autores mediante o tratamento dos dados, por meio da busca dos elementos comuns entre os dados e abstrações teóricas no processo de interpretação a fim de responder a problemática da pesquisa. Os resultados e a discussão encontram-se detalhados e discutidos a seguir, a partir da apresentação detalhada das categorias e subcategorias.

3 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A partir dos dados coletados foi possível investigar como as barreiras percebidas na carreira (SWANSON; DANIELS; TOKAR, 1996; SWANSON; WOITKE, 1997) vêm impactando ações de autogerenciamento de carreira (LENT; BROWN, 2013) pelos estudantes durante a pandemia da Covid-19. Foram indicadas pelos alunos diversas barreiras percebidas

na carreira em relação ao ambiente externo, as quais foram divididas em duas dimensões. A primeira, macroambiente, referentes às crises contextuais no país. A segunda, microambiente, referentes às dificuldades no ambiente mais próximo dos alunos, como características da família e situação financeira. Esta divisão das barreiras externas está em conformidade com os pressupostos de Lent e Brown (2013), os quais afirmam que os aspectos do contexto podem influenciar a carreira de forma mais distal ou proximal. As barreiras percebidas externamente serão apresentadas no primeiro e no segundo tópicos a seguir.

Sequencialmente, além das barreiras externas, os alunos reforçaram a percepção de inúmeras barreiras internas, assim como já foi evidenciado em estudos prévios (CARDOSO, 2009; LENT; BROWN; HACKETT, 2000; SWANSON; WOITKE, 1997). Tais barreiras envolveram principalmente questões de saúde mental. Por fim, o último tópico apresenta comportamentos adaptativos de carreira pelos estudantes diante da situação pandêmica.

3.1 BARREIRAS EXTERNAS DO MACROAMBIENTE: “CONFESSO QUE NÃO SEI O QUE TÁ PIOR”

A **crise educacional** vivenciada no país em função da pandemia da Covid-19 e a consequente implementação do ensino remoto emergencial pela Universidade X constituiu a principal barreira percebida no ambiente externo pelos graduandos. Muitos indagam sobre os prejuízos na qualidade do ensino: “Estudar por estudar não é certo! Tudo corrido e super resumido! Pra quem quer ser um bom profissional não acho bom” (P1); “Eu tô descobrindo a matéria dos exercícios enquanto eu faço eles, tem muita coisa para ser entregue ao mesmo tempo, muitos textos para ler, muita coisa para fazer” (P2); e na possibilidade de trancar o curso: “Quase trancando pq n tô aprendendo nada e n foi pra isso que entrei no ensino superior...” (P3). Essas percepções os levam a sentir o tempo como insuficiente e a perceber intensos prejuízos na aprendizagem. A crise pandêmica surpreendeu alunos e professores, obrigando-os a uma mudança repentina no modo de conduzir estudos e trabalho docente. Esta mudança trouxe muitos questionamentos sobre o modo de estudar, de ensinar e de aprender o ofício de um profissional. Observa-se relatos que maximizam as barreiras externas, influenciando na decisão de aprender uma profissão.

Os estudantes refletem a insatisfação especificamente com o ensino remoto: “Confesso que não sei o que tá pior, a quantidade enorme de atividades pra fazer nos 15 dias ou o ‘toma aí os textos, lê e aprende’ ...saudades de uma aula presencial né minha filha?” (P4); “Aprovaram esse inferno de EaD pra professor enfiar atividade até a gente morrer???? qual eh o sentidooooo, ler texto e fazer resumo n vai ensinar eh nada” (P5).

No mês de março de 2020 foram oficialmente divulgados os primeiros casos da doença Covid-19 no Brasil. Com isso, as universidades públicas passaram a suspender todas as atividades presenciais não essenciais e, dentre elas, houve a suspensão da atividade de ensino presencial (BRAUNER et al., 2020). Após um período com aulas suspensas, e com o intuito de amenizar os prejuízos provocados pela pandemia, o Ministério da Educação (MEC) autorizou o ensino remoto nas instituições de educação superior no país, de natureza privada e pública, mas logo surgiram as diversas críticas, como as apresentadas.

O ensino remoto emergencial, confundido por muitos com a modalidade à distância (EaD), foi uma alternativa para o retorno às aulas e manutenção do isolamento social como forma de contenção da Covid-19. Porém, para muitos alunos, tal medida intensificou as barreiras percebidas: “Então, mesmo com um computador e internet boa, os estudos não estão rendendo. Cada professor propôs um método, e, no geral, nenhum muito bom. Ninguém estava preparado para aulas à distância” (P6).

Os alunos mencionam a universidade e evidenciam seus sentimentos: “Eu precisei desistir da bolsa de internet pq não tinha a menor possibilidade de pegar registros de bens em cartório e tantas outras coisas que são pedidas antes mesmo da entrevista. (P7). Percebe-se sentimentos de decepção e insatisfação. A universidade é culpabilizada pelas novas políticas adotadas, como do auxílio internet. Os alunos reforçam: “A insegurança e incerteza que a faculdade está gerando faz com que muitos desistam do curso, pensei em trancar ou transferir de faculdade” (P8); “Como caloura que sonhava com uma universidade como a [Universidade X], tô vivendo mesmo é pesadelo” (P9). Com os relatos, evidencia-se o quanto se sentem fragilizados neste novo cenário.

Associada a este último relato, outra barreira de carreira externa mencionada com frequência foi a **crise econômica**:

Sem contar que com a crise provocada pela pandemia tá cheio de desempregado e família aí sem condições financeiras de manter o básico dentro de casa. Esse papo aí de que todo mundo tem *e-mail* institucional, td mundo tem acesso a *internet*, blá blá blá é conversa fiada. A realidade de muitos não é essa (P10).

Segundo os alunos, a pandemia influenciou negativamente a economia do país, gerando dificuldades financeiras para as necessidades básicas e maior desemprego. De fato, estudos vêm demonstrando uma situação econômica crítica no Brasil. Como exemplos, o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) apontou que em 2020 houve queda significativa no poder de compra da população brasileira (IBGE, 2021a). Ainda, a taxa de desocupação no país referente ao primeiro trimestre do ano de 2021 foi de 14,7% (IBGE, 2021b) – sendo o maior índice e o

maior contingente já registrado de pessoas desocupadas de todos os trimestres da série histórica, que foi iniciada pelo IBGE em 2012. Vale ressaltar que pesquisas prévias que estudaram o impacto de crises já demonstraram o quanto estas influenciam negativamente as percepções individuais em relação à carreira (MELO; MARTINS-SILVA, 2019; MELO; MARTINS-SILVA; DE ANDRADE, 2020; SIMOSI; ROUSSEAU; DASKALAKI, 2015).

Outra barreira percebida externamente pelos estudantes que vem dificultando a carreira incluiu a **crise política** no Brasil: “Sdds sofrer por *crush*, não aguento mais sofrer pela democracia” (P11); “Já pararam pra pensar que esse desgoverno tá causando boicotes pesados de dinheiro pra as universidades públicas?” (P12).

De acordo com pesquisa realizada, as políticas públicas atuais não fornecem amparo suficiente à população em termos de educação e acessibilidade digital, e o ensino remoto emergencial parece surgir como um ato extremamente improvisado (GUSSO et al., 2020). No Brasil, a crise política e a falta de amparo tornam a situação ainda mais complexa (GUSSO et al., 2020; RIBEIRO, 2020). São muitos os relatos de estudantes excluídos de acesso *on-line* pela falta de computadores ou de internet, ou pela falta de condições adequadas para o estudo em suas próprias residências (GUSSO et al., 2020). Nas palavras de Gusso et al. (2020), percebe-se uma cronificação da situação social e econômica das famílias brasileiras.

No campo do trabalho, Ribeiro (2020) explica a importância do papel do Estado para regular e estruturar o mundo do trabalho como promotor de proteção social e segurança. No entanto, o pesquisador explica que o governo brasileiro aprovou uma reforma trabalhista em 2017 que trouxe diversas consequências para a população. Dentre elas, o beneficiamento das pessoas de alta renda e qualificação, como também o enfraquecimento dos suportes e proteções sociais via Estado para a maior parte dos trabalhadores. Com isso, tem-se maior precarização do trabalho no país, além da intensificação da desigualdade social (RIBEIRO, 2020).

A partir do exposto, conclui-se que as barreiras de carreira externas vêm sendo percebidas de forma mais intensa pelos alunos. Estas barreiras envolveram crises nacionais nas dimensões educacional, econômica e política. No cenário mundial, a pandemia da Covid-19 instaurou um cenário crítico, turbulento e angustiante para as pessoas, e veio a intensificar tais crises no Brasil. Na literatura de carreira, estudos recentes vêm apontando as intensas mudanças no contexto e o quanto estas vêm impactando (e ainda podem impactar) as experiências individuais de carreira (HIRSCHI, 2018). Nesta pesquisa, os alunos da Universidade X reconhecem crises do contexto e externalizam inúmeros problemas decorrentes delas, reforçando que “não sabem o que está pior”.

3.2 BARREIRAS EXTERNAS DO MICROAMBIENTE: “CONFESSO QUE VOU DISPUTAR O COMPUTADOR”

Os estudantes destacaram barreiras percebidas no microambiente em que vivem. Ou seja, no ambiente mais próximo que afeta diretamente a carreira, incluindo restrições de **recursos financeiros** e as diversas consequências que tais restrições provocam para a carreira:

Aluno carente, que depende de bolsa, alojamento e RU pra poder estudar não tem condição de pagar internet banda larga em casa para assistir vídeo aula. Muitos não têm nem computador em casa, outros mal tem celular (P13).

As maiores queixas são decorrentes do ensino remoto emergencial: “Será que impossível [EaD]!!! Vou ter que disputar o computador com os filhos, o marido. Eu que LUTE...” (P14). “Meu receio sobre o EaD é eu não conseguir fazer por causa do computador que tenho. Só tenho ele e esse celular velho que estou usando agora (...)” (P15). “(...) existem alunos que moram em locais onde não tem sinal sequer de televisão, telefone, imagine lá de internet. Então não é uma questão financeira apenas, mas também de estrutura” (P16).

Esses relatos demonstram o contexto em que os alunos se depararam com a necessidade de terem equipamentos próprios (computador, celular, etc.) para acompanhar as aulas, além de internet suficiente, espaço apropriado em suas residências (por exemplo, locais silenciosos). Muitos estudantes explicam que não possuíam tais condições que pudessem permitir ou contribuir com o ensino remoto, como o computador pessoal. Além disso, devido às restrições financeiras muitos estudantes precisaram retornar para a casa dos pais que ficam em regiões de zona rural que não tem acesso à internet.

Ainda, com a pandemia, outra grave situação acometeu os estudantes em relação a recursos financeiros, como a suspensão e a restrição de bolsas e auxílios estudantis: “Minha imobiliária (...) não deu desconto e agora não sei mais o que fazer porque estou sem bolsa, eu duvido que a Universidade X vá voltar a ter aulas presenciais em setembro ou tão cedo, imagino que só ano que vem” (P17). Muitos alunos só conseguem residir em outra cidade e atender às suas necessidades básicas por meio de tais suportes. Com as medidas de suspensão e restrição, para muitos a permanência nos estudos é inviabilizada.

Os relatos se relacionam com estudos prévios sobre as dificuldades diversas dos alunos para acompanhar o ensino remoto emergencial (LOPES; MEIRELLES; SANTOS, 2021; RIBEIRO; CORRÊA, 2021; SANTOS et al., 2021). Especificamente sobre recursos e restrições financeiras – como exemplos, desemprego na família, baixo poder de compra, salários baixos, falta de oportunidades, dentre outros –, pesquisas prévias vêm reforçando o quanto tais

limitações impactam negativamente em escolhas, crenças, objetivos e ações relacionadas a carreira (MELO et al., 2021; SIMOSI; ROUSSEAU; DASKALAKI, 2015; URBANAVICIUTE et al., 2016).

A **condição familiar** foi também relatada de forma frequente pelos alunos, caracterizando outra barreira percebida no ambiente externo que impacta direta e profundamente a carreira:

(...) minha casa é 100% barulheira, irmãos pequenos que brincam o dia todo, correm e gritam o tempo todo, abrem a porta do meu quarto o tempo todo, minha mãe e irmãos tbem gritam muito, conversam alto e fazem uma algazarra, resumindo minha casa parece um hospício, sempre foi assim, então meio que acostumei, mas como vou fazer prova oral nesse ambiente? Sem contar que *internet* cai o tempo todo (P18).

As barreiras mencionadas incluíram falta de orientação, apoio ou incentivo no ambiente da família. Nesse sentido, Mayrhofer, Myer e Steyrer (2007) destacaram que não apenas o contexto de origem do indivíduo influencia em oportunidades e decisões de carreira, mas também o contexto atual – principalmente a situação familiar, cônjuge, número de filhos, dentre outros. Indo ao encontro ao que afirmam os autores, as dificuldades percebidas no contexto familiar foram relatadas como barreiras de carreira pelos universitários neste estudo e, logo, vêm impactando as vivências de carreira.

Adicionalmente, os estudantes que possuem filhos destacaram as dificuldades em conciliar o estudo remoto com a dinâmica familiar: “Eu tenho uma filha, e sem condições. Atitude completamente elitista de uma faculdade que se diz inclusiva e progressista.” (P19), “Difícil é ter filho pequeno e não ter ninguém para ajudar! Vai ser tenso (...)!” (P20). Com a pandemia, crianças, adolescentes e jovens tiveram as aulas presenciais suspensas. Logo, tornou-se ainda mais complexa a conciliação entre atividades/dinâmicas familiares e atividades de trabalho e de estudo, como discorrem estudantes que são mães.

Novamente, é possível estabelecer uma conexão desses relatos com a falta de investimentos e amparo à população, em termos de políticas públicas, para o acesso à educação de qualidade (GUSSO et al., 2020) durante o período de aulas remotas. Além disso, em termos de apoios de familiares, amigos ou pessoas próximas, já foi evidenciado o quanto tais suportes são importantes para ações favoráveis ao desenvolvimento da carreira – seja para dar suporte financeiro, proporcionar um ambiente de estudos mais favorável, ou até mesmo para auxiliar nos cuidados com um filho. Por exemplo, Melo e Martins-Silva (2019) verificaram que os indivíduos que adotavam comportamentos de flexibilidade na carreira percebiam o apoio da família para que isso fosse possível. Infelizmente, a intensa desigualdade social e as

características estruturais existentes no país não favorecem para que todos os alunos possam contar com redes de suporte e de amparo.

De forma geral, as barreiras externas percebidas no microambiente envolveram aspectos dificultadores para o acompanhamento das aulas remotas. Antes da pandemia, os alunos envolvidos neste trabalho cursavam aulas presenciais, e se deslocavam até a universidade para os estudos. Se eles estivessem no ambiente físico da universidade, poderiam estudar, acompanhar as aulas, tirar dúvidas com professores, se reunir com colegas de turma, participar de atividades extraclasses, dentre outras atividades. Com a pandemia, esse cenário mudou significativamente, e as preocupações passaram a girar em torno de uma *internet* adequada, um ambiente propício e a “disputa por um computador”.

Nesse sentido, considera-se que no novo cenário de aulas remotas, houve transferência significativa da responsabilidade de educação e aprendizado aos indivíduos. Ou seja, cada um deveria encontrar meios para que fosse possível acompanhar as aulas e garantir o rendimento mínimo. Por isso, é possível falar que houve intensificação da necessidade de autogerenciamento de carreira pelos alunos, com a também urgente necessidade de adoção de comportamentos adaptativos. Com isso, a partir do entendimento das percepções de barreiras externas, evidencia-se na sequência as barreiras internas percebidas pelos estudantes.

3.3 BARREIRAS INTERNAS: “CONFESSO QUE ESTOU EM PÂNICO”

Os estudantes destacaram barreiras percebidas em si próprios. Os relatos dos discentes incluem questões preocupantes sobre o impacto da situação pandêmica e suas diversas consequências negativas sobre a saúde mental:

Hoje mesmo tive uma crise de pânico, e é horrível não só pela questão de afastamento social porque entendo isso, mas a incerteza de tudo deixa nós que somos ansiosos ainda mais desesperados, todos os dias eu passo por crises de ansiedade, cabeça a um milhão, a falta de sono, ou o sono demais, e é horrível essa sensação! (P21).

Essas barreiras são denominadas na literatura como barreiras de carreira internas (LENT; BROWN; HACKETT, 2000; SWANSON; WOITKE, 1997), sendo aquelas focadas no indivíduo, incluindo as barreiras que possuem cunho psicológico (PINZÓN et al., 2020; URBANAVICIUTE et al., 2016). Muitos alunos reforçaram a incerteza vivenciada no momento atual, o que refletiu em falta de motivação e bem-estar. Alguns explicam ainda que a situação atípica influenciou a mudanças de hábitos e rotinas do dia a dia. Como exemplos, pessoas que estudavam em grupos, ou que priorizavam uma rotina organizada de estudos, se perceberam

em meio a um cenário incerto e caótico, que rompeu com as atividades rotineiras e de convívio social. Esses fatores vêm abalando de forma significativa a saúde mental dos discentes, conforme relatam:

É até estranho pra alguns eu falar isso pq muitos conhecem a versão que socializa, que brinca, que sorri, e só eu sei o que tá rolando nesse tempo! E não tá sendo fácil e acho que quando tudo voltar ao ‘normal’ ainda sim vai ser estranho tudo isso (P22).

Os alunos destacaram ainda certa decepção com professores, considerando o volume de atividades e provas direcionadas neste período de intensa crise:

Confesso que esse erê já me fez chorar demais. O sistema da [Universidade X] está muito confuso, os professores estão exigindo muito e minha sanidade mental já tá na [pior]. Sinceramente, eu esperava o mínimo de compreensão e união entre professores e alunos nesse período delicado, não a total negligência (P23).

Confesso que estou em pânico, um professor decidiu que vai dar avaliação *online* (...) Sem contar que *internet* cai o tempo todo, professor sem noção demais, tô morrendo de vergonha de fazer essa prova, pior que tenho medo de reclamar com ele ou dele e ainda me ferrar (P24).

A partir do estudo de Santos et al. (2021), vale reforçar os inúmeros desafios também vivenciados por professores no período pandêmico, principalmente para aqueles que tinham o costume de trabalhar apenas com aulas presenciais. Porém, os autores reforçam a importância destes profissionais para o processo de aprendizado dos alunos, sugerindo que busquem formas de incentivar e envolver mais profundamente os discentes. Tais relatos revelam inquietações e reforçam o impacto negativo na saúde mental.

Por fim, alguns alunos explicam que já possuíam diagnóstico de doença psiquiátrica e/ou já faziam tratamentos psicológicos com profissionais da área. Porém, com a pandemia, a doença e os tratamentos de alguns discentes foram também influenciados (ou até interrompidos):

Confesso que preciso de ajuda ou um aconselhamento, que seja. Estou fazendo tratamento com o psiquiatra da [Universidade X] há 4 meses. Mas com a situação que estamos vivendo, os atendimentos foram cancelados. Só tenho medicamento pra mais uma semana e não consegui nem com que o psiquiatra fizesse uma receita pra mim. Tentei marcar pelo [órgão da Universidade X] e não estão fazendo atendimentos, o mesmo acontece com psiquiatras particulares. Não posso parar de tomar os remédios abruptamente, mas não sei o que fazer! (P25).

Tal situação demonstra-se grave e precisa de urgência para ser resolvida. Os relatos são preocupantes. Em pesquisas recentes foi demonstrado que as barreiras percebidas na carreira podem impactar percepções quanto a capacidade e autoestima dos indivíduos (MARKS; TATE; TAYLOR, 2018), o que pode ter impactos profundos e negativos na saúde mental.

Adicionalmente, estudos vêm revelando que muitas barreiras percebidas por estudantes que dificultam o avanço na carreira estão atreladas às questões psicológicas de saúde mental, envolvendo ansiedade, depressão e estresse (PINZÓN et al., 2020). Diversos dados sobre sofrimento mental de estudantes vêm sendo divulgados na mídia e na comunidade científica, sendo extremamente preocupantes.

Neste tópico, as situações mencionadas pelos estudantes envolveram barreiras percebidas internamente e reforçam inúmeros impactos negativos das crises contextuais na saúde mental dos indivíduos. Os relatos dos alunos ratificam incerteza, anseios, preocupações e medo, em que refletem que não há muito o que fazer para modificar os problemas e, com isso, confessam que “estão em pânico”. É possível inferir novamente a intensificação do autogerenciamento de carreira, já que os estudantes se depararam com a necessidade repentina de repensarem rotinas e hábitos e, isolados de colegas e professores, adotarem estratégias que otimizem o aprendizado. Sequencialmente serão mencionadas ações que envolvem o autogerenciamento de carreira (LENT; BROWN, 2013) adotadas pelos estudantes.

3.4 AUTOGERENCIAMENTO DE CARREIRA: “ENTÃO, RESPIRA FUNDO E SEGUE EM FRENTE”

O autogerenciamento de carreira envolve ações e comportamentos adaptativos que os indivíduos utilizam para alcançar objetivos de carreira (LENT; BROWN, 2013; SAVICKAS et al., 2009). As confissões analisadas nesta pesquisa envolveram ações de enfrentamento (LAZARUS; FOLKMAN, 1984) diante problemas, dificuldades ou empecilhos percebidos pelos alunos. Pelos relatos foi possível observar que os discentes adotaram ações de enfrentamento do tipo produtivas, isto é, ações que facilitaram o enfrentamento dos problemas percebidos (LIPSHITS-BRAZILER; GATI; TATAR, 2016). Foram elas a análise de informações, a articulação, a resolução, a reflexão, a busca por suporte profissional, a negociação, dentre outras, sendo que as três primeiras foram as principais.

Primeiramente, destaca-se a **análise de informações**, em que os discentes ponderam as diversas questões complexas inerentes ao macroambiente. Tais questões envolveram principalmente a pandemia da Covid-19 e o ensino remoto emergencial: “[...] É por pouco tempo, não é o curso todo. É uma situação extraordinária e todos precisam colaborar. A [Universidade X] e outras universidades estão tentando, mas é difícil pra todo mundo [...]!” (P26). Assim, alguns sugeriram ações que os ajudem neste período com os estudos e as atividades à distância.

Eu imagino que se a gente conseguir levar *internet* para todos, inclusive informação de como acessar as ferramentas e *sites* que são ricos em conteúdo, como buscar ajuda no caso de dúvidas, etc, podemos contornar esse problema. Claro que não é a mesma coisa de estar em frente ao professor, mas eu não acho que as coisas voltarão a normalidade não tão depressa. Talvez leve 1 ano... (P27)

Estudos prévios já destacaram a busca e análise de informações como uma estratégia produtiva de enfrentamento. Como a pesquisa de Lipshits-Brazilier, Gati e Tatar (2016), que investigaram o enfrentamento frente à indecisão de carreira e constataram que a busca por informações instrumentais é um tipo de enfrentamento que facilita os indivíduos a lidarem com a indecisão de carreira. São exemplos, neste caso, a busca por possíveis ocupações ou trabalhos de interesse. Neste presente estudo, considera-se que a análise das informações também facilita o enfrentamento, uma vez que ao refletirem sobre a atipicidade do momento atual e todos os desafios impostos pelo contexto, os alunos passam a compreender que trata-se de uma situação urgente e incomum, e que em algum momento será superada. Além disso, há a possibilidade de acessar conteúdos diversos presentes nas diferentes plataformas, o que pode auxiliar no processo de aprendizagem.

Outro tipo de enfrentamento adotado pelos discentes envolveu a **articulação**. As ações envolveram o apoio coletivo, o agrupamento de pessoas e o envolvimento destas em causas comuns, desde a troca de materiais e atividades de disciplinas diversas, como a formação de grupos *on-line*: “Confesso que: Alguém fazendo física B na turma especial (turma-E)? Já existe um grupo no whatsapp? Se não tiver, vamos criar um?” (P28); e até o apoio emocional coletivo para o enfrentamento de problemas:

Ninguém quer perder o período, mas esse não é o momento para sermos egoístas. É momento de solidariedade com nossos colegas que não terão a mesma oportunidades que a gente. E, até mesmo aqueles com todos os recursos, poderão estar passando por situações psicológicas que não podemos imaginar (P29).

Por fim, outro enfrentamento produtivo que foi amplamente mencionada pelos alunos foi denominado como **resolução**: “Pode levar vários dias para se adaptar ao novo esquema? Pode, e é natural isso... mas o importante é ter uma organização adequada para conseguir conciliar tudinho! E lembrando que isto é apenas temporário” (P30); definir cronogramas e prioridades: “O ideal é justamente isso: montar um cronograma de atividades e segui-lo, sem deixar acumular” (P31); “Então, respira fundo e segue em frente!” (P32).

As ações observadas nos relatos estiveram baseadas na análise do problema e na adoção de estratégias que poderiam amenizar ou superar o problema percebido. Como exemplos, montar rotina de estudos e também planos e ações alternativas para motivação.

Mais uma vez, as ações mencionadas reforçam o quanto houve intensificação da necessidade do autogerenciamento de carreira pelos alunos. De forma abrupta, os discentes tiveram as aulas presenciais suspensas e, isolados fisicamente, tiveram de continuar os estudos mesmo em meio a tantas crises contextuais. Nesse sentido, ressalta-se nesta investigação que a situação altamente complexa levou a adoção de outros tipos de enfrentamento pelos alunos, consideradas na literatura de carreira como não produtivas (LIPSHITS-BRAZILER; GATI; TATAR, 2016), como **distração, passividade e fuga**.

O enfrentamento por meio da **distração** incluiu ações que não se relacionam diretamente a otimizar o aprendizado ou os estudos, nem a facilitar o ensino remoto: “Eu tenho ansiedade. O que está me ajudando, é ‘tentar’ desenhar. Arte como sempre um refúgio. Como não sou boa com outras coisas, tem ocupado bastante minha cabeça” (P33), e clube de leitura: “Confesso que gostaria de saber se existe algum clube de leitura aberto de alunos da [Universidade X], com debates online agora na quarentena” (P34). Verifica-se que são planos e estratégias que auxiliam os estudantes a se distraírem, a pensarem em outras questões além de aulas, provas e atividades na universidade. Pelos relatos, muitas vezes envolvem hobbies e atividades prazerosas, como as atividades artísticas.

Já o enfrentamento pela **passividade** envolveu dificuldades percebidas pelos alunos em adotarem ações que poderiam, de fato, mudar a situação vivida ou diminuir os problemas existentes: “Já aceitei que não vai dar pra ter um aprendizado efetivo com esse estudo remoto...” (P35); de observar e não reagir: “Confesso que só observo” (P36); e de manter silêncio: “Fazendo *home-office* e sofrendo calada pelo experimento que não pude iniciar... Quero saber como vão ficar os semestres depois disso tudo” (P37). Nesse sentido, os alunos demonstram que vêm sendo fortemente influenciados pelo contexto, mas que possuem baixo nível de reação frente às circunstâncias – envolvendo a sensação de falta de aprendizado

Ainda, as ações de enfrentamento pela **fuga** basearam em tentativas intencionais de evasão cognitiva ou comportamental.

Sei que é complicado, ainda mais para os calouros, não queria estar na pele de vocês, o primeiro período é sempre complicado. Tem hora que você deve pensar ‘ou minha sanidade mental ou os estudos’ pense, se for melhor trancar o período para você que você tranque, isso não te faz menor que ninguém, menos inteligente que ninguém (P38).

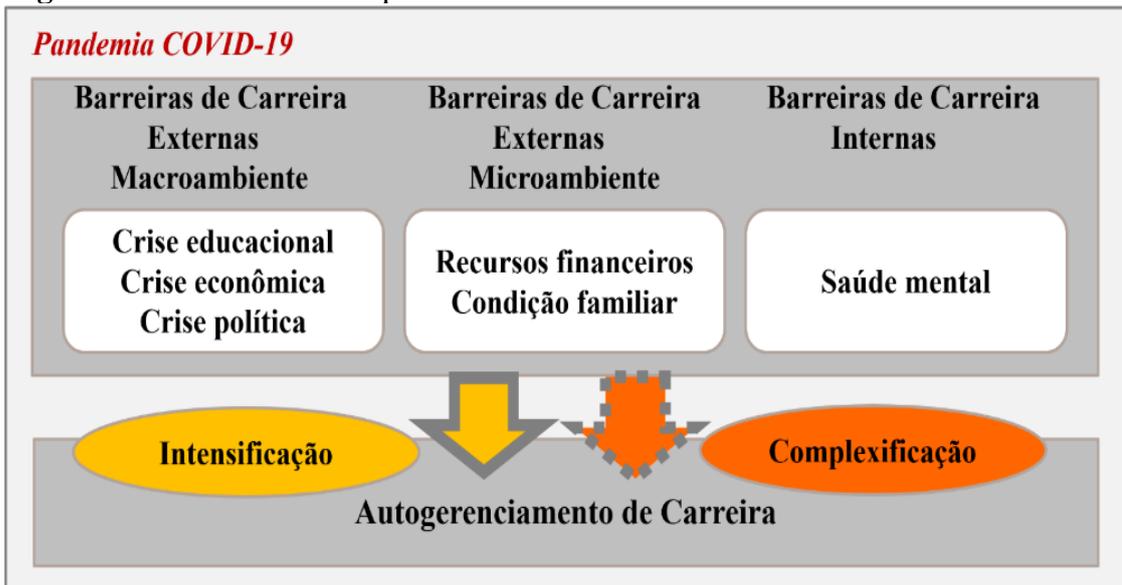
Tal achado vai ao encontro do que já foi identificado em estudo prévio por Lipshits-Brazilier, Gati e Tatar (2016). Muitos relatam a opção de trancar a matrícula haja vista as inúmeras dificuldades para dar continuidade aos estudos na modalidade remota. Com isso, vale

refletir que, na inexistência da opção de trancamento, muitos alunos poderiam desistir do curso de forma definitiva. Logo, esta estratégia de fuga por meio do trancamento da matrícula pode apresentar efeitos positivos a longo prazo, já que reflete uma fuga no momento atual pandêmico mas que, futuramente, os alunos poderão dar continuidade aos estudos.

Na literatura, esses tipos de enfrentamento são caracterizados como não produtivos, ou seja, categorias de estratégias que dificultam o enfrentamento do problema (LIPSHITS-BRAZILER; GATI; TATAR, 2016). Porém, neste presente estudo, evidenciou-se uma novidade. Dadas as diversas crises contextuais percebidas pelos alunos (educacional, econômica e política), as quais foram agravadas pela pandemia, considera-se que tais ações de enfrentamento vêm auxiliando (e em alguns casos, facilitando) o enfrentamento dos diversos problemas percebidos. Pelo conceito teórico (LIPSHITS-BRAZILER; GATI; TATAR, 2016), vale reforçar que as estratégias de enfrentamento não produtivas atrapalham o alcance de objetivos.

Porém, a partir da análise dos relatos, percebe-se que as ações que envolvem **distração**, **passividade** e **fuga** vêm auxiliando os alunos a lidarem com toda a turbulência do ambiente atual. E, além disso, em alguns casos, facilita o alcance do objetivo final de concluir o período ou o curso (por meio da distração e da passividade). Com isso, é possível inferir que a utilização de tais tipos de enfrentamento pelos discentes tornam o autogerenciamento (LENT; BROWN, 2013) de carreira mais **complexo**. Antes da pandemia, tais ações não seriam benéficas para a carreira. Porém, neste período pandêmico, há a combinação de ações e estratégias produtivas (análise de informações, articulação, resolução) e não produtivas (distração, passividade e fuga) que são utilizadas pelos alunos. A Figura 1 demonstra tais achados principais.

Figura 1. Resultados da Pesquisa



Fonte: Elaborado pelos autores.

Em síntese, além do aumento da necessidade do autogerenciamento de carreira (LENT; BROWN, 2013), isto é, a **intensificação** do autogerenciamento, conclui-se que houve também uma **complexificação** deste. Justifica-se a complexificação principalmente pela adoção de ações diversas e combinadas de enfrentamento, de cunho produtivo e não produtivo, que auxiliam juntas o enfrentamento de barreiras percebidas na carreira neste momento tão atípico e incerto. Ressalta-se que o autogerenciamento de carreira está fortemente (e ainda mais) condicionado a questões contextuais, e não unicamente a questões pessoais ou de personalidade. Ao pensar em carreira, é fundamental o reconhecimento das condicionantes do ambiente e do contexto que impactam de forma contundente as vivências dos indivíduos (MAYRHOFER; MYER; STEYRER, 2007). Logo, no período pandêmico, é possível que o enfrentamento não produtivo possa se tornar, relativamente, um enfrentamento produtivo, auxiliando no enfrentamento de barreiras.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o objetivo de explicar como as barreiras percebidas na carreira impactaram no autogerenciamento de carreira de estudantes universitários de uma universidade pública, e considerando nas análises o complexo contexto da pandemia da Covid-19, foi conduzido um estudo qualitativo. Embasaram as análises dos dados diversos estudos prévios recentes que consideraram a carreira de universitários, o mundo do trabalho, percepções de barreiras, enfrentamento e autogerenciamento (HIRSCHI, 2018; LENT; BROWN, 2013; MARKS; TATE; TAYLOR, 2018; MELO; MARTINS-SILVA, 2019; MELO; MARTINS-SILVA; DE

ANDRADE, 2020; RIBEIRO, 2020; SIMOSI; ROUSSEAU; DASKALAKI, 2015), bem como o período pandêmico e o impacto nas vivências dos indivíduos (BRAUNER et al., 2020; GUSSO et al., 2020; LOPES; MEIRELLES; SANTOS, 2021; RIBEIRO; CORRÊA, 2021; SANTOS et al., 2021).

Os resultados demonstraram que diversas barreiras vêm sendo percebidas pelos estudantes. As barreiras percebidas na carreira foram divididas neste estudo em três grupos distintos: i) barreiras de carreira externas do macroambiente, incluindo crises contextuais na educação, economia e política do país; ii) barreiras de carreira externas do microambiente, envolvendo dificuldades percebidas no ambiente externo mais próximo aos alunos em relação a recursos financeiros e condições da própria família; e, iii) barreiras de carreira internas, que incluiu percepções de dificuldades na saúde mental.

Foi verificado que tais barreiras percebidas na carreira impactaram o autogerenciamento de carreira dos alunos de duas formas principais. A primeira forma foi por meio da intensificação, uma vez que, no período pandêmico, aumentou-se a necessidade dos alunos de conduzirem ações adaptativas e autogerenciadas. Como exemplos, organizar novas rotinas e hábitos, preparar ambientes de estudo, adquirir materiais e equipamentos para permitir o acompanhamento de aulas remotas, dentre outros. A segunda forma foi por meio da complexificação, em que os alunos adotaram ações combinadas de enfrentamento (produtivo e não produtivo) para as diversas barreiras percebidas e que foram agravadas com a pandemia. A complexificação é justificada ainda pelo fato de alguns tipos de enfrentamento adotados serem considerados como não produtivos, mas que, em função da pandemia, podem garantir efeitos positivos significativos para a carreira dos estudantes. São exemplos as ações que envolveram distração, passividade e fuga.

Cabe destacar que, atualmente, os problemas do contexto se tornam mais complexos, profundos e estruturais, interferindo no poder de enfrentamento de barreiras na carreira pelos indivíduos – o que torna o processo de autogerenciamento muito mais complexo. Em contextos de crise, como o da pandemia da Covid-19, é preciso pensar além do individual para o processo de enfrentamento. Os alunos, de fato, consideram os fatores externos para o processo de autogerenciamento de carreira. Para pensar em carreira, a demasiada ênfase na ação individual isolada dos seus variados contextos (familiar, educacional, trabalho, lazer, dentre outros) não se torna efetiva. No caso dos universitários, muitas são as influências externas: relação com os colegas, formato e estrutura das aulas, professores, calendário e cronogramas, instituição de ensino, ambiente de aula, dentre outros. A carreira e o autogerenciamento desta, associada com

o gerenciamento da vida precisa considerar os apoios e barreiras que existem e que são percebidos no contexto dos indivíduos.

A partir de tais resultados, destaca-se a conexão destes com o significado mais recente de carreira. Envolvendo uma perspectiva muito mais ampla, a carreira hoje apresenta rupturas com os limites das organizações – como a universidade. Os universitários estão frente a uma trajetória acadêmica e ao desenvolvimento de suas carreiras, e vêm sendo impactados por múltiplos fatores. O contexto social, econômico, político, e a própria crise sanitária gerada pela pandemia da Covid-19 impactam profundamente vida e carreira dos universitários. As barreiras percebidas envolvem aspectos do micro e do macro ambiente, e o enfrentamento destas ocorre de forma não linear e pautado em questões complexas do contexto atual.

Algumas limitações na realização deste estudo devem ser indicadas. Primeiramente, houve a falta do contato pessoal com os participantes e, com isso, a comunicação não verbal dos sujeitos envolvidos não foi capturada. Sendo assim, sugere-se para realização de estudos futuros a realização de entrevistas em profundidade com sujeitos que vivenciam esses dilemas na carreira. Outra oportunidade seria investigar esse fenômeno sob a perspectiva da carreira de docentes universitários, a fim de destacar também as percepções de barreiras percebidas pelos profissionais em meio a tantos desafios para desenvolver a educação brasileira.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, L. S.; SILVEIRA, R.; SILVA, B.; QUEIROZ, J.; OLIVEIRA, P. As Universidades Públicas Brasileiras no Contexto da Pandemia: Iniciativas e Parcerias no Enfrentamento da Covid-19. **Cadernos Gestão Pública e Cidadania**, v. 25, n. 82, p. 1-20, 2020.
- BANDURA, A. **Social foundations of thought and action: a social cognitive theory**. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1986.
- BARBERIA, L.; CANTARELLI, L.; OLIVEIRA, M. L. C. F.; MOREIRA, N. P.; ROSA, I. S. C. The Effect Of State-Level Social Distancing Policy Stringency On Mobility In The States Of Brazil. **Revista de Administração Pública**, v. 55, n. 1, p. 0-0, 2021.
- BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. Tradução: Luís Antero Reto e Augusto Ribeiro. Lisboa: Edições 70, 2011.
- BAUER, M. W.; GASKELL, G. (Ed.). **Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático**. 4. ed. Petrópolis: Vozes, 2005.
- BENDASSOLLI, P. F. Recomposição da relação sujeito–trabalho nos modelos emergentes de carreira. **Revista de Administração de Empresas**, v. 49, n. 4, p. 387-400, 2009.
- BETZ, N. E.; HACKETT, G. Concept of agency in educational and career development. **Journal of Counseling Psychology**, v. 34, n. 3, p. 299, 1987.

BORGES, L. F. L.; DE ANDRADE, A. L. Preditores da carreira proteana: um estudo com universitários. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 15, n. 2, p. 153-163, 2014.

BRASIL. **Ministério da Educação**. Conselho Nacional de Educação/Secretaria Executiva. Súmula do Parecer CNE/CP n. 5/2020. Reorganização do Calendário Escolar e da possibilidade de cômputo de atividades não presenciais para fins de cumprimento da carga horária mínima anual, em razão da Pandemia da COVID-19. Diário Oficial da União, ed. 83, seção 1, Brasília, DF, p. 63, 2020. Disponível em: <<http://www.in.gov.br/en/web/dou/-/sumula-do-parecer-cne/cp-n-5/2020-254924735>>. Acesso em: 3 jun. 2021.

BRAUNER, D. F.; REICHERT, F. M.; JANISSEK-MUNIZ, R.; ZEN, A. C.; MENEZES, D.C.; CLOSS, L. Q.; CARRARO, W. B.; RUPPENTHAL, C. S.; MÜLLER, F. M.; LUBASZEWSKI, M. S.; RHODEN, M. I. Universidade engajada: Resgatando PMES na crise da Covid-19. **Revista de Administração de Empresas**, v. 60, n. 6, p. 437-450, 2020.

BROWN, S. D.; LENT, R. W. A social cognitive view of career development and guidance. In: ATHANASOU, J. A.; PERERA, H. N. (Eds.). **International Handbook of Career Guidance**. 2nd ed. Springer: Cham, 2019. cap. 7, p. 147-166.

CARDOSO, P. **Manual do inventário de percepção de barreiras da carreira**. ed.1. Évora: Universidade Évora, 2009.

CELLARD, A. A análise documental. In: POUPART, J. et al. **A pesquisa qualitativa: enfoques epistemológicos e metodológicos**. Petrópolis, Vozes, 2008. p. 295-316.

CREED, P.; HOOD, M. Career development, planning, and management from the organizational perspective. In: COLLIN, A.; PATTON, W. A. **Vocational Psychological and Organizational Perspectives on Career: towards a multidisciplinary dialogue**. Rotterdam: Sense Publishers, 2009. p. 41-62.

CRESWELL, J. W. **Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.

DI FABIO, A. From career development to career management: a positive prevention perspective. In: ATHANASOU, J. A.; PERERA, H. N. (Eds.). **International Handbook of Career Guidance**. 2nd ed. Springer: Cham, 2019. cap. 10, p. 209-239.

EVANS, P. Carreira, sucesso e qualidade de vida. **Revista de Administração de Empresas**, v. 36, n. 3, p. 14-22, 1996.

FRANCO, M. L. P. B. **Análise de Conteúdo: série pesquisa v.6**. 4. ed. Brasília: Liber Livros, 2012. 96 p.

GUSSO, H. L.; ARCHER, A. B.; LUIZ, F. B.; SAHÃO, F. T.; LUCA, G. G.; HENKLAIN, M. H. O.; PANOSSO, M. G.; KIENEN, N.; BELTRAMELLO, O.; GONÇALVES, V. M. Ensino superior em tempos de pandemia: diretrizes à gestão universitária. **Educação & Sociedade**, v. 41, 2020.

HIRSCHI, A. The fourth industrial revolution: Issues and implications for career research and practice. **The Career Development Quarterly**, v. 66, n. 3, p. 192-204, 2018.

IBGE. **Contas Nacionais Trimestrais:** Indicadores de Volume e Valores Correntes (Out. - Dez. 2020). Rio de Janeiro: IBGE, 03 março 2021a. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/2121/cnt_2020_4tri.pdf>. Acesso em: 3 abril 2021.

IBGE. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Continua:** Primeiro Trimestre de 2021. Rio de Janeiro: IBGE, 27 maio 2021b. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/2421/pnact_2021_1tri.pdf>. Acesso em: 3 jun. 2021.

LAZARUS, R.; FOLKMAN, S. **Stress, appraisal, and coping.** New York: Springer, 1984.

LENT, R. W. Social cognitive career theory. In: BROWN, S. D.; LENT, R. W. (Eds.), **Career Development and Counseling:** putting theory and research to work. 2nd ed. Hoboken: John Wiley & Sons, 2013.

LENT, R. W.; BROWN, S. D. Career decision making, fast and slow: toward an integrative model of intervention for sustainable career choice. **Journal of Vocational Behavior**, v. 120, p. 103448, 2020.

LENT, R. W.; BROWN, S. D. Social cognitive approach to career development: an overview. **Career Development Quarterly**, v. 44, p. 310–321, 1996.

LENT, R. W.; BROWN, S. D. Social cognitive model of career self-management: toward a unifying view of adaptive career behavior across the life span. **Journal of Counseling Psychology**, v. 60, n. 4, p. 557-568, 2013.

LENT, R. W.; BROWN, S. D.; HACKETT, G. Contextual supports and barriers to career choice: a social cognitive analysis. **Journal of Counseling Psychology**, v. 47, n. 1, p. 36-49, 2000.

LENT, R. W.; BROWN, S. D.; HACKETT, G. Toward a unifying social cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance. **Journal of Vocational Behavior**, v. 45, n. 1, p. 79-122, 1994.

LIPSHITS-BRAZILER, Y.; GATI, I.; TATAR, M. Strategies for coping with career indecision. **Journal of Career Assessment**, v. 24, n. 1, p. 42-66, 2016.

LOPES, Y.; MEIRELLES, D. S.; SANTOS, C. C. S. As Barreiras do Ensino Online Durante a Pandemia de COVID-19 no Brasil. In: VII EnEPQ- Encontro de Ensino e Pesquisa em Administração e Contabilidade, 2021, *On-line*. **Anais do VII EnEPQ**, 2021.

LUCA, L.; NORONHA, A. P. P.; QUELUZ, F. N. F. R. Relações entre estratégias de coping e adaptabilidade acadêmica em estudantes universitários. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 19, n. 2, p. 169-176, 2018.

MAGALHÃES, M. de O.; BENDASSOLLI, P. F. Desenvolvimento de carreiras nas organizações. In: BORGES, L. O.; MOURÃO, L. **O Trabalho e as Organizações:** atuações a partir da psicologia. Porto Alegre: Artmed, 2013.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

MARKS, L. R.; TATE, K. A.; TAYLOR, J. M. Exploring the moderation of meaning in life in barriers and coping efficacy among women. **Journal of Career Development**, p. 1-14, 2018.

MAYRHOFER, W.; MEYER, M.; STEYRER, J. Contextual issues in the study of careers. **Handbook of career studies**, p. 215-240, 2007.

MELO, M. R. de; MARTINS-SILVA, P. de O.; DE ANDRADE, A. L. Inventário de Percepção de Barreiras de Carreira: Estudo com Universitários. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, Campinas, v. 21, n. 1, p. 67-80, jun. 2020.

MELO, M. R. de; MARTINS-SILVA, P. de O.; DE ANDRADE, A. L.; MOURA, R. L. de. Barreiras, Adaptabilidade, Empregabilidade e Satisfação: Percepções de Carreira de Formandos em Administração. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 25, n. 6, p. e190124, 2021.

MELO, M. R.; MARTINS-SILVA, P. O. “Títulos para colocar na gaveta?” As percepções de carreira de mestres recém-formados em Administração. In: XXII SemeAD - Seminários em Administração, 2019, São Paulo (SP). **Anais do XXII SemeAD**, 2019.

MOREIRA, J. A.; HENRIQUES, S.; BARROS, D. M. V. Transitando de um ensino remoto emergencial para uma educação digital em rede, em tempos de pandemia. **Dialogia**, p. 351-364, 2020.

MOZZATO, A. R.; GRZYBOWSKI, D. Análise de conteúdo como técnica de análise de dados qualitativos no campo da Administração: potencial e desafios. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 15, n.4, p. 731-747, 2011.

NUNES, R. C. Um olhar sobre a evasão de estudantes universitários durante os estudos remotos provocados pela pandemia do COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 3, p. e1410313022-e1410313022, 2021.

OLIVEIRA, C. T.; CARLOTTO, R. C.; VASCONCELOS, S. J. L.; DIAS, A. C. G. Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários brasileiros: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 15, n. 2, p. 177-186, 2014.

PATTON, W. Career theory for change: the influences of social constructionism and constructivism, and convergence. In: ATHANASOU, J. A.; PERERA, H. N. (Eds.). **International Handbook of Career Guidance**. 2nd ed. Springer: Cham, 2019. cap. 4, p. 73-95.

PINZÓN, J. H.; SANCHEZ, G. M.; MACHADO, W. L.; OLIVEIRA, M. Z. Barreiras à Carreira e Saúde Mental de Estudantes de Pós-graduação. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 21, n. 2, p. 189-201, 2020.

RIBEIRO, H. C. M.; CORRÊA, R. Estratégias de Ensino Praticadas nas Instituições de Ensino Superior Privada de um Grupo Educacional do Brasil Frente a Pandemia do Covid-19. **Revista Gestão Organizacional**, v. 14, n. 1, p. 333-355, 2021.

RIBEIRO, M. A. Reforma trabalhista: uma análise psicossocial. **Revista de Psicologia**, Fortaleza, v. 11, n. 2, p. 49-59, jul./dez. 2020.

SANTOS, E. A, dos; CAMPOS, G. H. F.; SALLABERRY, J. D. Experiências com ensino remoto e os efeitos no interesse e na satisfação dos estudantes de Ciências Contábeis durante a Pandemia da Sarvs-Cov-2. **Revista Gestão Organizacional**. v. 14, n. 1, p. 356-377, 2021.

SAVICKAS, M. L.; NOTA, L.; ROSSIER, J.; DAUWALDER, J. P.; DUARTE, M. E.; GUICHARD, J.; SORESI, S.; ESBROECK, R. V.; VIANEN, A. E.M. van. Life designing: a paradigm for career construction in the 21st century. **Journal of Vocational Behavior**, v. 75, n. 3, p. 239-250, 2009.

SIMOSI, M.; ROUSSEAU, D. M.; DASKALAKI, M. When career paths cease to exist: a qualitative study of career behavior in a crisis economy. **Journal of Vocational Behavior**, v. 91, p. 134-146, 2015.

SWANSON, J. L.; DANIELS, K. K.; TOKAR, D. M. Assessing perceptions of career-related barriers: The Career Barriers Inventory. **Journal of Career Assessment**, v. 4, n. 2, p. 219-244, 1996.

SWANSON, J. L.; WOITKE, M. B. Theory into practice in career assessment for women: assessment and interventions regarding perceived career barriers. **Journal of Career Assessment**, v. 5, n. 4, p. 443-462, 1997.

TEIXEIRA-DE-CARVALHO, D. L.; DIAS JUNIOR, J. J. L.; KRUTA-BISPO, A. C. Nosso Calendário Parou! A Mudança Organizacional na UFPB devido à COVID-19. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 25, n. Spe, p. e200249, 2021.

URBANAVICIUTE, I.; POCIUTE, B.; KAIRYS, A.; LINIAUSKAITE, A. Perceived career barriers and vocational outcomes among university undergraduates: exploring mediation and moderation effects. **Journal of Vocational Behavior**, v. 92, p. 12-21, 2016.