

EM BUSCA DE UM FUTURO MELHOR: ESTRATÉGIAS DE REGULAÇÃO EMOCIONAL NO ROMANCE “OS CORUMBAS”

Marley Rosana Melo de Araújo¹

Ariana Moura de Jesus²

INTRODUÇÃO

Conforme o Censo brasileiro de 2010, 35,4% da população do país não mora no município onde nasceu, sendo que 14,5% (26,3 milhões de pessoas) residem em outro estado (IBGE, 2011). O processo migratório faz parte da história humana em sua dinâmica expansiva e os motivos que levam alguém a migrar, o arranjo do processo migratório real e a assimilação desses migrantes podem ser vistos à luz de diversas teorias. A migração é tratada por alguns autores por um viés científico economicista (Mondardo, 2007) e quando acontece por razões econômicas, observa-se o deslocamento da periferia para os centros urbanos, os quais possuem maior valorização financeira (Borges & Martins, 2004).

¹ Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Pará. Professora Associada da Universidade Federal de Sergipe. <http://lattes.cnpq.br/2058161918015980>. <https://orcid.org/0000-0002-5161-6863>. marleymeloaraujo@gmail.com. Endereço para correspondência: Universidade Federal de Sergipe, Centro de Educação de Ciências Humanas. Av. Marechal Rondon, s/n, Rosa Elze, São Cristóvão, SE, Brasil. CEP: 49100-000. Telefone: (55 79) 31946747, Ramal 6747.

² Mestra em Psicologia pela Universidade Federal de Sergipe. Vínculo profissional não informado. <http://lattes.cnpq.br/8963253322398249>. <https://orcid.org/0000-0002-5335-4289>. arianamourapsi@hotmail.com.

Em contrapartida, Cunha (2000) afirma que os fatores de cunho social, os quais estavam a parte do olhar de estudiosos de décadas anteriores, passam a assumir importância frente às motivações econômicas, visto que a educação dos filhos, saúde, meio ambiente, segurança, lazer, cultura e amenidades, ciclo e novo modo de vida, conforto, descentralização administrativa e econômica das empresas transnacionais estão sendo pontos influentes na decisão de migrar. Há que pontuar que o autor não está deixando de lado os determinantes econômicos ou desmerecendo o papel deles na migração, mas apenas situando o cenário recente de fenômenos migratórios como um contexto com outros fatores envolvidos para além desses, os quais resultam nos mais diversos perfis de deslocamento migratório.

Para Conte (2004), o ato de migrar não é algo decidido de maneira abrupta, mas um processo cercado por fatores, sejam eles os motivos para que o indivíduo migre, qual a expectativa do mesmo e quais as possibilidades de tomar essa atitude, assim como o difícil processo de se “desadequar” do local de origem e adequar-se à sociedade do local de destino.

A adaptação daquele que migrou é perpassada por uma conjunção complexa de aprendizados e assimilações de aspectos sociais, culturais, econômicos e políticos, tanto do local de origem, quanto do ambiente de destino. Durante esse processo, o migrante vivencia, ainda, uma intensa reestruturação subjetiva, conseqüente das expectativas anteriores à migração (Trad, 2003).

No Nordeste brasileiro, especificamente, parte dos fluxos migratórios ocorre entre regiões, estimulados pelo calendário agrícola e suas safras de plantio e colheita (Coelho & Trentin, 2014), deslocando grupos de trabalhadores rurais temporários em busca de sua próxima empreitada. Se estas migrações transitórias, motivadas pela promessa de trabalho por tempo determinado, já demandam do indivíduo uma disponibilidade objetiva e subjetiva para aderir à constante mudança, aquelas migrações mais

permanentes, forçadas pela fuga do quadro de secas arrasadoras dos sertões brasileiros, aumentam as exigências dos mecanismos adaptativos dos indivíduos (Turri, Faro & Araújo, 2018).

Ao analisar o processo migratório por um viés psicológico, é possível observar que o mesmo envolve a fragmentação de uma identidade, pois ao retirar-se de um local, o sujeito experimenta a perda das suas referências e esse processo de afastamento ocasiona um sentimento de desamparo (Borges & Martins, 2004). Ainda que não se desconsidere que o processo migratório seja um evento com múltiplas facetas sociais, culturais, políticas, antropológicas e simbólicas, para além do viés psicológico, inclusive com possibilidades de desfecho positivas para o indivíduo que migra, neste estudo entendemos que o processo migratório configura-se como um potencial evento estressor, o qual exige do sujeito investimento adaptativo e, para adaptar-se a esse evento, o migrante precisará lançar mão de estratégias de regulação emocional.

O estresse pode ser caracterizado como toda resposta do organismo, em conjunto com os elementos psicológicos, físicos, mentais e hormonais, que acontece quando advém a necessidade de adaptação a uma situação estressante, com o agravante de, se a exposição ao estressor prolongar-se, o sujeito tornar-se suscetível a doenças (Rossetti *et al.*, 2008). E o processo de regulação emocional consiste em um gerenciamento de emoções para que o sujeito se adapte melhor ao contexto onde se encontra, podendo regular a emoção no que se refere ao tempo de duração, magnitude e latência. O objetivo da regulação emocional é proteger o sujeito de eventos indesejáveis, evitando sofrimento ou mantendo eventos prazerosos, a fim de preservar o bem estar (Rodrigues & Gondim, 2014).

Eventos migratórios estão fartamente ilustrados na bibliografia científica (Dustmann & Glitz, 2011; Ojima & Nascimento, 2015; Queiroz, 2015) e nas manifestações artísticas e literárias brasileiras, em especial, aqueles deslocamentos mobilizados pelas áridas

condições de vida no Nordeste profundo. Como exemplo, podemos referir, sem pretensões de esgotar o tema, as canções de Luiz Gonzaga que ilustraram o êxodo do sertanejo (Turri, Faro & Araújo, 2018) e as obras literárias de Graciliano Ramos (“Vidas Secas” - 1938), de Domingos Olímpio (“Luzia-Homem” - 1903) e de Rachel de Queiroz (“O Quinze” - 1930).

As obras literárias nos facultam o acesso a questões de uma época que talvez não observássemos em outras fontes, como as fontes históricas oficiais. Por meio da literatura, entramos em contato com modos de vida e de comportamento de um período que não alcançamos, auxiliando-nos na compreensão de um tempo histórico e de experiências remotas (Melo, 2014). Apesar de uma determinada obra literária retratar outro contexto sócio-histórico, ainda assim pode ter validade e proveito para o momento presente da vida em sociedade: grande parte dos clássicos e obras de destaque na literatura brasileira não foi produzida contemporaneamente e, mesmo assim, conservam, nos dias atuais, a legitimidade de análise e denúncia social, assim como a riqueza de ensinamento de valores e práticas.

No presente artigo, a literatura está sendo abordada como fonte de informações para realizar a investigação proposta, como ilustração de uma realidade social e de vida, com vistas à promoção de reflexões no campo dos estudos organizacionais. Uma obra literária compõe uma narrativa que tem a realidade como referente; são representações que apontam para a vida (Melo, 2014) e que a registram, descrevem, reescrevem ou explicam. O recurso à uma obra da literatura auxilia no conhecimento do mundo interior e exterior aos indivíduos, das existências individuais e coletivas, uma vez que pode dar indícios dos sentimentos, das emoções, das maneiras de falar, dos códigos de conduta partilhados, da gestualidade e das ações sociais (Pinto & Ribeiro, 2018) de outrora e do presente. “O romance, neste sentido, pode ser entendido como uma estrutura complexa que não desconsidera, em sua feitura, as múltiplas possibilidades

de apreensão do mundo (...) O texto literário cumpre, assim, uma função de ‘traduzir’ o mundo a sua volta” (Melo, 2014, p. 19).

Neste sentido, a obra literária *Os Corumbas*, de Amando Fontes (1999), será utilizada no presente artigo como um recurso de pesquisa para entender o fenômeno regulação emocional, objeto deste estudo. Optou-se por analisar uma obra literária, pois a literatura constitui-se uma maneira de expressão do ser, possibilitando, assim, o estudo dos processos emocionais e psicológicos do homem (Figueira, 2013). “Há ocasiões nas quais o texto pode ser uma excepcional síntese de tensões e vibrações, inquietações e perspectivas, aflições e horizontes de indivíduos e coletividades, em dada situação, conjuntura ou emergência” (Ianni, 1999, p. 41).

Isto posto, precisamos ressaltar que não se pretende explorar este clássico da literatura nacional pelas lentes da análise literária, ainda que o exercício contido neste artigo consista em uma tentativa de aproximação entre a tradição dos estudos de análise literária e a técnica qualitativa de análise de conteúdo, amplamente utilizada nos estudos educacionais e organizacionais (Câmara, 2013; Mendes & Miskulin, 2017; Urquiza & Marques, 2016). “A Literatura tem sido cada vez mais frequentada pelos historiadores e, mais recentemente, por administradores e economistas” (Pinto & Ribeiro, 2018, p. 203). O presente trabalho se pretende uma interface possível entre os saberes da Literatura, da Psicologia e dos Estudos Organizacionais, uma vez que a regulação emocional é um processo fundamental na vida social e presente em todas as esferas de inserção humana, dentre elas, o mundo do trabalho (Gondim & Borges-Andrade, 2009).

Os romances de caráter neorrealista – como *Os Corumbas* – ao primarem pelo detalhamento descritivo de suas cenas e pela organização lógica dos fatos dentro do enredo, fortalecem a veracidade daquela narrativa como representante de acontecimentos e práticas sociais possíveis, “narrativas semelhantes à realidade” (Pinto

& Domingues, 2019, p. 5), o exercício da verossimilhança. Os fatos de uma história ficcional não precisam corresponder exatamente a fatos ocorridos no mundo real, mas devem ser verossímeis; mesmo tendo sido inventados pelo autor, o leitor deve acreditar no que lê (Gancho, 2002).

Ademais, a literatura comparece, igualmente, como fruto e veículo de práticas sociais, permitindo-nos conhecer facetas da realidade social e entender os fenômenos da sociedade do trabalho. No romance *Os Corumbas*, comparecem temas essenciais na construção de seu enredo que podem colaborar para este propósito: o contexto geográfico, econômico e histórico-social de secas recorrentes, que assolam o sertão sergipano; o desafio da vida na capital, com seus perigos dissimulados; a lógica e dinâmica de trabalho urbano e industrial; a conscientização da classe trabalhadora, suas conquistas e derrotas; o papel do lazer e da religiosidade na vida dos personagens (Melo, 2014).

A narrativa sobre o trabalho, contida na obra, autoriza sua abordagem pelas lentes da Psicologia do Trabalho, em busca de reconhecer as relações sócio-produtivas, a exploração objetiva e subjetiva do trabalhador e a dinâmica de resistência individual e coletiva. As inúmeras adversidades com as quais a família Corumba se depara, desde sua migração para a capital sergipana, põem à prova seus mecanismos de enfrentamento e ajustamento psicossocial, possibilitando a leitura da narrativa pelos conhecimentos da Psicologia da Saúde. Em uma perspectiva mais abrangente, tais contribuições da psicologia ao conhecimento sobre a dinâmica humana podem ancorar a abordagem e encaminhamento de processos organizacionais, comungando com a afirmação de Boeira e Vieira (2010, p. 48) acerca da construção interdisciplinar dos estudos organizacionais, uma vez que “a engenharia, a sociologia, a psicologia e a economia formam a base da ciência da administração e/ou dos estudos organizacionais”.

Em ambiente organizacional de trabalho, as contribuições da Psicologia do Trabalho e da Saúde se fazem sentir não apenas quanto a temas como manejo do estresse psicológico e adaptação de trabalhadores a seus ambientes ocupacionais, a suas tarefas e cobranças inerentes, ou a contextos em que imperativos por mudança organizacional estejam em vigor (Nascimento, 2012). Comparecem, também, no debate sobre a própria lógica capitalista de produção, seus modos de organização e gestão do trabalho, que colaboram para o embate ideológico de forças entre o capital e o trabalho (Borges & Yamamoto, 2014), e trazem consequências para os modos (objetivos e subjetivos) do viver individual e coletivo. No campo dos estudos organizacionais, diálogos e encontros de olhares de áreas distintas, mas afins, como o que foi tentado pelo presente artigo, tornam a compreensão da complexidade da vida em sociedade e seus arranjos uma tarefa renovada.

Diante do cenário construído pelo processo migratório e adaptação à nova realidade de vida e seus conflitos subjacentes, narrados no romance *Os Corumbas*, perguntamos: Quais estratégias de regulação emocional os personagens utilizam? Os personagens se diferenciam no uso destas estratégias? Haveria um perfil psicológico dos personagens quanto à regulação emocional? Na tentativa de indicar respostas a estas indagações, essa iniciativa de investigação debruçou-se sobre as adversidades e estratégias de regulação vividas pelos personagens do romance *Os Corumbas* (Fontes, 1999). Sendo assim, o objetivo desse trabalho foi demonstrar as estratégias de regulação emocional utilizadas pela família Corumba, mediante os eventos estressores provenientes da migração e adaptação à nova vida na capital sergipana.

Entender como funciona o estresse produzido pelo processo migratório, a adaptação à nova realidade de vida e a maneira como as pessoas pensam e se comportam frente a esses estímulos, em outras palavras, conhecer suas respostas a esses eventos estressores, contribui para minimizar os aspectos negativos consequentes dessas mudanças, por meio de intervenções orientadas a garantir uma transição menos

traumática. Adicionalmente, o exercício de análise apresentado neste artigo pode colaborar para a representação didática e compreensão do conceito regulação emocional, consolidando o aporte teórico necessário a práticas profissionais voltadas à manutenção do bem estar e ajuste adaptativo do indivíduo, pois, nos ambientes corporativos de trabalho, situações do cotidiano, mudanças organizacionais e características do público externo e interno disparam emoções que necessitam ser reguladas (Rodrigues & Gondim, 2014).

REGULAÇÃO EMOCIONAL

Inúmeros eventos do cotidiano têm potencial para ocasionar modificações no estado emocional dos indivíduos, pois as emoções fazem parte da vida e dão um colorido especial à existência. As emoções auxiliam as pessoas a identificarem situações perigosas, a exporem seus conteúdos interiores e, inclusive, direcionarem os comportamentos em relação às outras pessoas, a si próprio e ao ambiente em volta (Gondim & Siqueira, 2014). A tendência teórica em voga é reconhecer que emoções são processos biopsicoculturais (Gondim & Borges-Andrade, 2009).

Os conceitos de emoção e sentimento, embora utilizados como sinônimos, são distintos. O sentimento é definido como uma experiência essencialmente privada, incluindo os pensamentos e sensações somáticas, ao passo que a emoção seria a expressão do sentimento, de modo que outras pessoas observem-na (Bonfim & Gondim, 2010). Desse modo, a regulação emocional é o processo de gerenciamento de emoções como uma maneira do sujeito adaptar-se melhor ao seu contexto. A regulação emocional tem como objetivo proteger a pessoa de eventos indesejáveis, evitando o sofrimento, ou dar continuidade a eventos prazerosos, com o objetivo de manter ou promover a saúde física e mental (Rodrigues, 2012). Pessoas regulam suas emoções com finalidade de conformarem-se às expectativas sociais e de assegurarem a

qualidade dos relacionamentos familiares, amorosos, de amizade e no trabalho (Gondim & Borges-Andrade, 2009).

Para Aldao (2013), o propósito da regulação emocional, em grande parte das vezes, não é o de acabar com as emoções “desadaptativas”, como a raiva, e trocá-las por outras “adaptativas”, como alegria ou felicidade, e sim, de intervir na dinâmica de cada emoção, com o objetivo de gerar respostas adaptativas ao contexto. O processo adaptativo consiste no meio pelo qual o indivíduo administra suas relações com os outros, com o ambiente e consigo mesmo (Faro & Pereira, 2013), aprendendo a guiar de modo mais saudável a própria vida por intermédio da habilidade de identificação e reação a situações positivas e negativas (Folkman, 2011).

O desenvolvimento da regulação emocional envolve um grupo de estratégias as quais o indivíduo recorre para aumentar, manter ou diminuir um ou mais elementos de uma determinada resposta emocional, e pode ocorrer em todos os aspectos do processamento emocional. As emoções precisam ser reguladas e o êxito do controle dos impulsos emocionais, especialmente os destrutivos, é uma tarefa de fundamental importância para o bem estar, saúde e funcionamento social dos indivíduos (Vaz, 2009).

No Quadro 1 pode-se visualizar a existência de dois grupos de estratégias de regulação emocional, focados cada um nos aspectos antecedentes e consequentes da resposta emocional. Naquelas que são focadas nos aspectos antecedentes, o indivíduo modifica os sentimentos internos para controlar a percepção da situação desencadeadora de emoções, de modo a fazer seu enfrentamento. Por existir uma mudança cognitiva, essa forma antecedente de regular a emoção é também chamada de estratégia de regulação emocional profunda. Nas estratégias focadas nos aspectos consequentes, a regulação ocorre após a emoção ser acionada, havendo necessidade de o indivíduo modulá-la por meio de tentativas de alterar seus estados fisiológicos e expressão da emoção. Como nestas estratégias não ocorre mudança na atitude e conduta para lidar

com a situação, podem ser compreendidas como estratégias superficiais de regulação emocional (Gross, 1998). Nesta modalidade de regulação, pode ocorrer incongruência entre a experiência emocional (interna) e a expressão emocional (Diamantino & Gondim, 2017).

A estratégia de regulação emocional superficial está relacionada à manifestação de emoções que o indivíduo, efetivamente, não está sentindo, como se colocasse uma máscara, a fim de esconder, ampliar ou falsear suas reais emoções. A estratégia de regulação profunda, por sua vez, envolve uma mudança interior que leva à expressão emocional autêntica e condizente com as exigências de seu meio (Rodrigues & Gondim, 2014). No que se refere ao tempo de ativação, Rodrigues (2012) ressalta que a ativação antecedente ocorre antes de a emoção ser eliciada, como forma antecipada de enfrentar a situação em vista. A ativação consequente está relacionada ao controle da emoção depois de ativada, a fim de reparar suas consequências negativas.

O Quadro 1 expõe, de maneira sintetizada, as estratégias de regulação emocional. As definições das estratégias de regulação emocional, à primeira vista, podem parecer complexas e, a depender do referencial teórico, essa questão pode ser maximizada. Por essa razão, o conteúdo do quadro foi elaborado a partir de diversas referências teóricas e o objetivo dessa diversidade é iluminar a compreensão dos conceitos e a identificação na prática.

Quadro 1 – Definição das estratégias de regulação emocional

	Estratégia	Descrição	Referência	
Antecedentes	Reavaliação Cognitiva	Tentativa de alterar o significado da emoção para atenuar seu impacto, através da alteração do conteúdo dos próprios pensamentos. Utiliza recursos como negação, comparação com experiências de outros ou interpretação do acontecimento de uma perspectiva diferente.	Matsumoto <i>et al.</i> (2008) / Gondim e Borges-Andrade, (2009)	
	Modificação da Situação	Expressar emoções intencionais, buscando modificar o curso da interação em andamento.	Gross (1998)	
	Seleção da Situação	Evitação de situações, pessoas ou eventos considerados difíceis, que despertem emoções indesejáveis, ou aproximação das que despertem emoções desejáveis.	Gross e Thompson (2007)	
	Atenção Posicionada	Distração	Desviar o pensamento ou atenção do objeto ou situação que desperte emoção indesejada, e focar a atenção em aspectos não emocionais e eventos prazerosos.	Nelis, Quoidbach, Hansenne e Mikolajczak (2011) / Rodrigues e Gondim (2014)
		Concentração	Mobilização de recursos cognitivos para focalizar a atenção no problema e melhor elaborá-lo.	Rodrigues e Gondim (2014)
		Ruminação	Focar demasiadamente sua atenção no evento eliciador da emoção negativa e suas consequências, de forma a esgotar seu potencial de produzir sofrimento.	Augustine e Hemenover (2009)
	Consequentes	Supressão	É a inibição do comportamento expressivo da emoção para modular a experiência emocional.	Matsumoto <i>et al.</i> (2008)
Intensificação		Ressaltar a emoção, a fim de modular a experiência emocional pessoal e o comportamento da outra pessoa.	Rodrigues e Gondim (2014)	
Compartilhamento Social		Compartilhar experiências e sentimentos, obtendo, assim, apoio social e modelos de comparação para a modificação ou redução da emoção desencadeada.	Rodrigues e Gondim (2014)	
Comportamento compensatório		Ações para atenuar ou compensar os impactos emocionais, a exemplo de exercícios respiratórios e de relaxamento, o uso de tranquilizantes, álcool, cigarro e comida, os quais podem diminuir a excitação fisiológica ou aumentar a sensação de prazer.	Rodrigues e Gondim (2014)	

Fonte: Elaborado pelas autoras, com base nas referências citadas no quadro.

Por vezes, os conceitos de reavaliação cognitiva e modificação da situação são confundidos. A reavaliação cognitiva é a regulação da experiência emocional através da alteração do conteúdo dos próprios pensamentos. Por exemplo, um funcionário público, diante das agressões verbais dos usuários que esperam por atendimento,

procura pensar que a grosseria das pessoas não é algo pessoal e procura colocar-se no lugar daqueles que esperam. Por outro lado, na modificação da situação, frente a um contexto que provoca emoção, esforços do indivíduo são exigidos para modificar a situação, de forma a alterar o seu impacto emocional inicial (Rodrigues & Gondim, 2014). Durante uma briga, por exemplo, após já ter sido tomada pela raiva, uma pessoa vai controlando-se e mostrando-se mais calma no decorrer da interação.

O processo de regulação emocional possui características que merecem atenção, a saber (Gross & Thompson, 2007): 1) a tendência em se regular mais as emoções negativas, como a raiva, tristeza, ansiedade, medo e asco, que as positivas, como a alegria; 2) a ideia de que a regulação emocional, normalmente, é usada como alívio de tensões; 3) a consciência do processo de regulação. No entanto, a depender da frequência com a qual o indivíduo se depara com o mesmo fato, a estratégia de regulação emocional, que no início era consciente, pode tornar-se automática, estando relacionada à ausência de consciência e controle, ocorrendo sem que o indivíduo perceba. Contrariamente, a regulação controlada acontece de maneira consciente e intencional.

De certa maneira, os conceitos de regulação emocional e de *coping* (enfrentamento) se tangenciam, pois ambos fazem parte dos mecanismos de defesa do ego e pertencem a um processo mais amplo de regulação afetiva (Gondim & Borges-Andrade, 2009). *Coping* é entendido como o grupo de estratégias usadas pelos indivíduos, a fim de adaptarem-se a situações de adversidade, potenciais produtoras de quadros de estresse. Existem dois tipos de estratégia de *coping*: o focalizado na emoção e o focalizado no problema.

A estratégia de *coping* focada na emoção é entendida como um esforço para regular o estado emocional que é associado ao estresse ou consequência de eventos estressantes. Estes esforços de *coping* são direcionados a um nível corporal e/ou a um

nível de sentimentos, com o propósito de modificar a condição emocional do sujeito e diminuir a sensação física desagradável produzida por uma situação de estresse. O *coping* focado no problema estabelece-se em um esforço para intervir na situação que originou o estresse, com o objetivo de modificá-la. A função desta estratégia é remodelar o problema causador de tensão, que existe na relação entre a pessoa e o ambiente (Antoniuzzi, Dell’Aglia, & Bandeira, 1998). Em síntese, o *coping* é entendido como o esforço para lidar com eventos estressantes, negativos, podendo ser focado no problema (o esforço para intervir na situação que originou o estresse) e focado na emoção (o esforço para gerenciar o estado emocional associado ao estresse).

Para Anderson (1977), mediante um nível muito intenso de estresse, o indivíduo tem a tendência a abandonar as estratégias de *coping* voltadas para a resolução do problema e investir nas estratégias de regulação emocional. Parece existir uma fronteira maleável entre *coping* e regulação emocional, pois o *coping* focado na emoção sobrepõe-se à regulação de emoções negativas. Contudo, os conceitos de regulação emocional e *coping* se diferenciam, especialmente porque o *coping* está relacionado apenas ao enfrentamento de situações negativas, eventos estressantes da vida; já a regulação emocional acontece mediante situações emocionais positivas ou negativas, com o objetivo de, principalmente, diminuir o efeito das emoções negativas e aumentar as positivas (Gross & John, 2003). Além disso, esses conceitos diferenciam-se, também, porque o *coping* não é direcionado apenas às emoções, como acontece na regulação emocional, mas também pode ser utilizado para buscar a solução do problema que originou o estresse.

No que se refere à quantidade de pesquisas em regulação emocional no Brasil, esse número ainda é pequeno, se comparado com a literatura internacional. Apesar disso, alguns pesquisadores estão realizando excelente trabalho e marcando a literatura científica nacional com contribuições na área, conforme Quadro 2.

Quadro 2 – Principais pesquisas em regulação emocional no Brasil

Autor	Tipo	Objetivo
Gondim e Borges-Andrade (2009)	Artigo empírico	Analisaram as estratégias de regulação emocional dos profissionais de uma empresa aérea brasileira, após acidente fatal ocorrido em 2006.
Rodrigues (2012)	Tese de doutorado	Analisou a relação entre os padrões de vínculo com a organização e as estratégias de regulação emocional, frente às emoções negativas de servidores públicos ao manejarem situações do cotidiano de trabalho.
Morais (2012)	Dissertação de mestrado	Investigou, junto a motoristas de transporte coletivo urbano, as relações entre demandas de trabalho emocional e estratégias de regulação emocional que favorecem o bem-estar psicológico.
Rodrigues e Gondim (2014)	Artigo empírico	Analisaram a relação entre emoções, estratégias de regulação emocional e variáveis sociodemográficas de servidores públicos que trabalham em organizações do sul do país.
Santana (2014)	Dissertação de mestrado	Analisou as relações entre modos de regulação emocional e dimensões de bem estar subjetivo, a partir de dois modelos, um de predição e outro de mediação, que envolviam os efeitos indiretos da autonomia e do domínio do ambiente.
Rios (2015)	Tese de doutorado	Investigou a relação entre estado dos contratos psicológicos e estados emocionais, moderada pela centralidade do trabalho e pelas estratégias de regulação emocional, junto a docentes do ensino superior.
Diamantino e Gondim (2017)	Artigo empírico	Avaliaram o poder preditivo das estratégias de regulação emocional (reavaliação cognitiva e supressão) na percepção de trabalho emocional dos profissionais que atuam no atendimento aos usuários do SUS.

Fonte: Elaborado pelas autoras, com base nas referências citadas no quadro.

À luz da literatura estudada, é possível observar que as pesquisas sobre a regulação emocional ainda são recentes em território nacional, sinalizando a propriedade de envidar esforços no entendimento deste fenômeno. Isto posto, o objetivo do presente trabalho foi demonstrar as estratégias de regulação emocional utilizadas pela família Corumba, mediante os eventos estressores provenientes da migração e adaptação à nova vida na capital sergipana.

O ROMANCE NEORREALISTA “OS CORUMBAS”

Os Corumbas foi escrito por Amando Fontes e lançado em 1933. Consiste em um romance urbano, exemplar icônico da literatura “Romance de 30”, que inicia sua história no alvorecer do século XX (1903) e conta a trajetória da família Corumba – constituída pelo casal Geraldo e Sá Josefa, e seus filhos Rosenda, Albertina, Pedro, Bela

e Joana Caçulinha – habitante do interior de Sergipe. O enredo parte da decisão de migrarem para a capital sergipana, impulsionados pela seca da região de domicílio e pela busca por uma vida melhor, por meio das possibilidades de emprego industrial oferecidas pela vida urbana. Promessas de um amanhã venturoso, Aracaju abrigava tantas supostas vantagens: emprego decente, educação formal, casamento auspicioso para as jovens da família, conforto e progresso.

A leitura de *Os Corumbas* nos traz uma riqueza de detalhes acerca do cotidiano e do imaginário da cidade de Aracaju nas duas primeiras décadas do século XX. Os costumes, as vestimentas, as formas de lazer e as relações entre homens e mulheres, dentre outros aspectos, são retratados nas páginas do romance de maneira envolvente. O dia a dia nas fábricas têxteis, as péssimas condições de trabalho e as ocorrências de assédio moral e sexual, descritas por Amando Fontes, nos dão importantes elementos sobre como se davam as relações sociais e de trabalho naquele período, como também quais eram os anseios, as incertezas, as visões de mundo e preconceitos dos sergipanos da época (Melo, 2014, p. 24).

O livro é dividido em três partes, em função dos eventos vivenciados pela família. A primeira parte, passada no cenário agreste, narra o encontro e enamoramento dos jovens personagens de Sá Josefa e Geraldo, a subsequente formação da família e como as dificuldades provindas da seca fizeram com que eles migrassem para Aracaju. As imagens utilizadas pelo escritor para retratar o sertão captam a complexidade geográfica e simbólica da região, demonstrando que o sertão provoca sentimentos ambivalentes: ao mesmo tempo que representa o apego afetivo à terra das tradições, da vida pacata e dos valores familiares, simboliza também as vivências de sofrimento, frustração e impotência no combate aos períodos de seca (Melo, 2014; Turri, Faro & Araújo, 2018). Os romances regionalistas de 1930 assumem forte caráter de problematização e denúncia social, em especial, da realidade nordestina e seus flagelos.

Na segunda parte, com a família já instalada na cidade grande, os filhos mais velhos Rosenda, Albertina e Pedro, juntamente com o seu pai, empregam-se na indústria têxtil e nas obras da estrada de ferro. Por sua vez, Sá Josefa cuidava da casa e as filhas menores, Bela e Joana Caçulinha, estudavam. Mesmo com o empenho de todos, eles tinham uma vida difícil: moravam de aluguel, comiam e vestiam-se precariamente.

Os infortúnios se agravam numa sequência de acontecimentos: primeiro, Rosenda foge de casa com o seu namorado, o cabo Inácio, mas é abandonada por ele e passa a viver da prostituição. Em seguida, Pedro é preso e deportado após envolver-se com os comunistas que lutavam pelos direitos dos trabalhadores. Depois Bela, que sempre fora doente, inicia o trabalho na fábrica têxtil a fim de ajudar nas despesas da casa, o que a faz ficar de cama e morrer, posteriormente.

Durante a doença de Bela, Albertina conhece o Dr. Silva Fontoura, médico da fábrica onde a moça trabalhou até ser demitida, após resistir aos assédios do chefe. Apaixonada, foge com o rapaz para viver a plenitude desse amor, mas em seguida é abandonada e precisa prostituir-se para viver. Nessa época, Joana Caçulinha decide deixar os estudos para trabalhar no escritório da fábrica têxtil, a fim de ajudar a arcar com os custos da doença da irmã. Logo, Caçulinha conhece o sargento Zeca, planejam o casamento, mas pouco tempo antes do casório, a moça entrega-se ao noivo sedutor e o mesmo evade-se do compromisso, após a desonra. Desmoralizada, Caçulinha resigna-se a viver como amante do Dr. Gustavo, homem de posses da sociedade local.

Amando Fontes narra vividamente as vicissitudes enfrentadas pela família Corumba desde sua chegada a Aracaju: a luta pela sobrevivência; os conflitos de ideias, valores e visões de mundo (Melo, 2014); a estranheza para com os hábitos e comportamentos locais; o trabalho das filhas na indústria têxtil e a experiência de exploração, discriminação e assédio; e a perplexidade quando os planos acalentados caem gradualmente por terra.

Por fim, na terceira parte do livro, a cidade, antes idealizada como símbolo da esperança por dias melhores, se transforma em frustração, devido à sucessão de acontecimentos traumáticos que se abatem sobre a família (Melo, 2014). Geraldo e Sá Josefa, resignadamente, retornam para a zona rural. Partem sozinhos, envergonhados e frustrados por não terem alcançado o que tinham anelado viver na capital, quebrantados pelo volume de sofrimentos que cobrou de sua saúde mental um preço jamais imaginado.

Nesse estudo, propomo-nos a analisar as estratégias de regulação emocional dos personagens do romance de Amando Fontes, *Os Corumbas*. Nenhuma outra pesquisa propôs-se a abordar o que este estudo investiga, mas em outras áreas que não a Psicologia, alguns autores (Lima, 2010; Martins, 2015; Melo, 2014; Menezes, 2013; Santos, 2010) estudaram, por perspectivas diferentes, a mesma fonte. Embora esta obra literária já tenha sido estudada por outros pesquisadores, acredita-se que a contribuição do presente estudo é ímpar, por investigar um aspecto ainda inexplorado dessa história: o processo adaptativo exigido pela migração, enfatizando a utilização de estratégias de regulação emocional para enfrentar as adversidades.

MÉTODO

Os fenômenos humanos são complexos, e para compreendê-los, o pesquisador social precisa, cada vez mais, lançar mão de artifícios diversos. Pelzer e Paes de Paula (2002) afirmam que, nos últimos vinte anos, abordagens não tradicionais começaram a atrair os estudiosos. Nesse sentido, Miranda (2014) compreende a literatura como a mais sedutora área de estudo, não somente por sua estética, mas igualmente por possibilitar a compreensão do homem em diversos aspectos: histórico, social, psicológico.

Partindo dessa perspectiva e tendo em vista uma proposta de inovação, esta pesquisa, de caráter qualitativo, selecionou a obra *Os Corumbas* como fonte de informação para

este estudo, após uma busca na literatura brasileira por romances que narrassem histórias nas quais a regulação emocional pudesse ser identificada. É preciso frisar que este estudo não se pretende uma iniciativa de análise literária, ainda que nela se inspire, em que pese o foco dado às características dos personagens da trama na análise empreendida pelas autoras. Destarte, nos propusemos a uma tentativa de diálogo entre a tradição da análise literária e os objetos de estudo caros à Psicologia, como as emoções e seu processo regulatório.

Após essa prospecção, escolheu-se o livro *Os Corumbas*, um dos poucos romances do neorealismo escrito por um sergipano, além de ser um livro conhecido dos alunos em fase de preparação para o Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM), o que aumenta a sua expressividade. Ademais, o livro traz um enredo que explora os fenômenos de interesse científico deste trabalho, uma vez que versa sobre a migração e as exigências adaptativas do processo migratório, tais como o manejo de eventos estressores. Entendemos que o elemento estruturador do enredo é o conflito que se instaura entre as expectativas nutridas pela família, residente em cidade do interior de Sergipe, com a almejada mudança para Aracaju, e o que, de fato, todos os membros da família (cada um a sua maneira e de acordo com suas particularidades subjetivas) encontram e vivenciam quando já residindo na capital sergipana. Um conflito entre os personagens e o ambiente sócio-cultural, que acarreta outros conflitos à reboque (moral, econômico, psicológico).

Toda narrativa literária, dentre elas o romance, é estruturada sobre cinco elementos principais: enredo, personagens, tempo, espaço e narrador (Gancho, 2002). Não identificaremos as características da obra quanto a cada um destes elementos principais, uma vez que este artigo não se trata de uma análise literária do romance *Os Corumbas*. Contudo, tangenciando o campo dos estudos literários, ousaremos voltar o olhar investigativo para o elemento personagens, em específico aqueles constituintes da família Corumba, de forma a analisar o tema regulação emocional: Quais estratégias

de regulação emocional os personagens utilizam? Os personagens se diferenciam no uso destas estratégias? Haveria um perfil psicológico dos personagens quanto à regulação emocional?

Esta obra foi explorada analiticamente por meio da técnica de análise de conteúdo (Bardin, 1977). Conforme orienta Bardin, seguiu-se o processo para a realização da análise de conteúdo, organizado em três fases: a pré-análise; a exploração do material e; o tratamento dos resultados, inferência e interpretação. Durante a primeira fase, na pré-análise, ambas as autoras, separadamente, realizaram uma leitura flutuante do romance, a fim de conhecer seu enredo e reconhecer possibilidades analíticas nele, do ponto de vista da Psicologia. Esta abordagem preliminar da obra permitiu a emergência das primeiras impressões e sua sistematização em elementos de significação.

Na segunda fase, de exploração do material, uma nova leitura do romance foi feita pelas autoras, para identificar pontos de interesse para o presente estudo. Foram recortadas as unidades de registro usando como índices o tema e o personagem, e como regra de enumeração, a presença dos conteúdos. Isto implica que as passagens da narrativa que estavam relacionadas com o fenômeno regulação emocional foram identificadas em função do personagem responsável pelo desempenho da estratégia regulatória. Desta forma, nem todos os personagens que compõem a família são analisados, apenas aqueles que utilizam estratégias de regulação emocional ao longo da trama.

Ainda na segunda fase analítica, foi realizada a classificação destas unidades de registro em categorias temáticas, usando um esquema de categorização *a priori*, conforme as estratégias de regulação emocional apontadas na revisão bibliográfica deste estudo. As cenas trazendo personagens regulando suas emoções foram classificadas em categorias estratégicas focadas nos aspectos antecedentes ou consequentes (ver Quadro 1).

Na última fase, que consiste no tratamento dos resultados, inferência e interpretação, foi possível confrontar as informações obtidas com a teoria. As cenas categorizadas foram analisadas e discutidas com base na literatura acadêmica sobre o assunto, trazendo possíveis apropriações dos resultados para o campo dos estudos organizacionais.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Esta seção apresenta e discute os resultados da análise de conteúdo empreendida sobre o romance. Trechos do enredo foram selecionados e categorizados conforme as estratégias de regulação emocional utilizadas por alguns dos membros da família Corumba. As estratégias de regulação emocional estão divididas em dois grandes grupos: aquelas focadas nos aspectos antecedentes (por exemplo, reavaliação cognitiva, modificação da situação, seleção da situação e atenção posicionada - distração, concentração e ruminação) e as focadas nos aspectos consequentes (por exemplo, supressão, intensificação, compartilhamento social e comportamento compensatório).

No Quadro 3 estão as estratégias de regulação emocional com foco antecedente, identificadas por personagem e por cena ilustrativa. Albertina utiliza, de forma recorrente, a Distração como recurso para minimizar as vivências negativas advindas da situação de pobreza em que a família vive. A Ruminação é bastante praticada por mais de um personagem, diante da constatação de impotência frente às situações adversas que acometem a família, tais como a perda do emprego, a ameaça de violação sexual e a desonra que se abate sobre eles quando as filhas perdem a virgindade antes do casamento. Joana Caçulinha, em pontos diferentes da narrativa, frente à constatação de que teria que abandonar seus estudos e trabalhar para garantir a sobrevivência; ou que teria que se resignar a ser amante de um rico médico, após ter sido deflorada e abandonada pelo noivo, refaz o conteúdo de seus pensamentos para interpretar a

situação de forma mais condizente com a aceitação dos infortúnios (Reavaliação Cognitiva).

No Quadro 4 encontram-se as estratégias de regulação emocional com foco consequente. O Compartilhamento Social das experiências e agruras, como meio de gerenciar as próprias emoções, foi menos utilizado que a Supressão da manifestação das emoções, quando estas afloram em resposta ao estresse produzido pela contrariedade. O Quadro 5, por sua vez, traz o uso combinado de estratégias de regulação emocional, sejam elas antecedentes ou consequentes, em uma mesma passagem do enredo.

Quadro 3 – Estratégias de regulação emocional focadas nos aspectos antecedentes da resposta

Estrat.	Person.	Cena
Distração	Albertina	Albertina se queixava de que sua camisa <i>“estava uma pinoia, toda esburacada, impréstável”</i> . Mirou-se de cima a baixo, consternada; e vendo um rasgão maior, por onde o seio esquerdo violentamente apontava, disse: <i>“Mas vejam só pra isto! Parece que eu vou dar de mamar às meninas do Tecido!”</i> . E desatou uma gargalhada, que fazia toda a sua firme carnadura estremecer (p. 16).
		Albertina pergunta à mãe: <i>“É pra tomar café com esses bolachões duros que nem pedra?...”</i> Com um sorriso malicioso, fala: <i>“Então, me arranje aí um machado, que estes bolachões ou são feitos de pau, ou são de pedra”</i> (p. 17). Era hora do almoço na firma... Albertina pergunta: <i>“O que têm para comer hoje? Farofa com jabá? Tripa torrada? Pois experimentem aqui do meu, que é pra mudar o gosto ruim... Eu, agora, só papo arroz, presunto e ovos”</i> . As outras olharam o fundo da vasilha, e, vendo apenas charque com farofa, desataram em gargalhada (p. 107).
Ruminação	Sá Josefa	Albertina narrava a cena em que havia sido assediada no trabalho e Sá Josefa até ali nenhuma opinião tinha emitido. Mantinha-se calada, a fisionomia apreensiva, pensando no transtorno que aquele incidente traria para o orçamento da casa (p. 25).
	Geraldo	Albertina havia sido demitida. Sá Josefa perdia noites e noites, a pensar. Contava as pequenas cédulas de papel e concluía que, juntando os salários de Rosenda, Pedro e Geraldo, não era o suficiente para as despesas da família (p. 29). Quando Albertina entregou-se ao namorado, após Rosenda ir pelo mesmo caminho, uma onda compacta de vergonha os envolvia, pesava sobre eles [os pais]. Sá Josefa tornou-se mais magra e mais nervosa. Geraldo acabou de embranquecer em poucos dias. Quando acontecia ficarem os dois a sós em casa, conservavam-se calados todo o tempo. A velha, arrumando aqui e ali, a suspirar. Ele, sentado ao batente da porta do quintal, o cachimbo apagado preso aos dentes, o olhar perdido longe (p. 124).

Reavaliação Cognitiva	Joana Caçulinha	Após Zeca desonrar Caçulinha, os sofrimentos da rapariga naqueles últimos quatro dias, as noites passadas em claro, a consciência da infelicidade que a atingira, tinham-lhe posto a sensibilidade moral à flor da pele (p. 152). Caçula via sua mocidade sacrificada para sempre. Corriam as horas. Meia noite já soara. A jovem, entretanto, ora se revolvendo no leito, ora chorando, o rosto abafado de encontro ao travesseiro, não conseguiu adormecer (p. 155).
	Albertina	Após sofrer assédio no trabalho, Albertina precisa voltar à firma e reflete tristemente: <i>"Pobre é como boi de carro. Aguenta carga, ferrão, o diabo! E se um dia teima, sem querer trabalhar, o dono grita logo pro carreiro: 'Este boi anda cansado, está bom de ir pra faca'. Pobre é assim. Se não aguenta a lida e afrouxa, morre de fome, que é faca cega - mata devagarinho"</i> (p. 27).
	Joana Caçulinha	A situação financeira da família Corumba piorava a cada dia. Foi Caçulinha mesma quem lembrou: <i>"Não, mãe, esta situação não pode mais continuar. Assim, a gente acaba pedindo esmola na rua. Tudo está faltando aqui em casa. E só vejo um remédio: é eu largar a escola e me empregar"</i> . Fez uma pequena pausa. Depois: <i>"Quem é pobre é assim mesmo: não pode nunca satisfazer suas vontades..."</i> (p. 85). Após aceitar o convite de Dr. Gustavo para ser sua amante, Caçula fala à mãe: <i>"A vida é isso, mãe, quando a gente começa a ir pra baixo, não sabe onde vai parar... Eu, até, não tenho razão pra maior queixa. Achei um homem de posição pra me valer, ao passo que outras..."</i> (p. 165).

Fonte: Elaborada pelas autoras com base na técnica de análise de conteúdo.

Quadro 4 – Estratégias de regulação emocional focadas nos aspectos consequentes da resposta

Estrat.	Person.	Cena
Compartilhamento Social	Albertina	<i>"Seu Doutor, a situação da gente é bem triste"</i> interveio Albertina, com aquele ar de decisão que punha em tudo. Mas, a narrativa de suas próprias misérias emocionou-a. Seus olhos se encheram d'água, sua fala se entrecortou, estrangulada (p. 23).
	Geraldo	Sá Josefa conta a Geraldo que Rosenda havia entrado no mundo da prostituição. O velho permaneceu silencioso. Seus olhos cintilaram, cheios de água. Daí a pouco, pôs-se a abanar a cabeça lentamente e murmurou, baixinho, como se estivesse falando para si mesmo: <i>"De mão em mão, como uma coisa aí à toa... Pobre de minha filha!"</i> (p. 80). Bela morria lentamente. Geraldo, com seu coração fraco e emotivo, não suportava ficar muito no seu quarto, assistindo-lhe ao padecer resignado. Não raro uma comoção tão forte o tomava, que se via forçado a retirar-se, numa pressa disfarçada, para não desatar em pranto junto dela (p. 141).
Supressão	Sá Josefa	Sá Maria Pirambu conta a Sá Josefa que o namorado de Albertina havia abandonado-a. Sá Josefa não pôde ocultar a comoção. Seus lábios ficaram brancos num instante, sua respiração tornou-se curta... Sá Josefa permanecia silenciosa, o peito arfante, o olhar parado (p. 132). O namorado deixa Albertina e Sá Josefa vai até Geraldo para contar-lhe. Sentado no batente da porta do quintal, Geraldo fumava o seu cachimbo. Ela foi acocorar-se junto dele. Quis contar-lhe a nova infelicidade que sobre suas cabeças desabava, mas não teve palavras para fazê-lo. E ficou, calada e quieta, a cabeça recostada no portal, olhando, sem ver, as palmas de um coqueiro que o vento agitava sem cessar (p. 133).

	De partida em regresso para o interior, Sá Josefa, ao ver que Geraldo chorava, quis reagir, dizer qualquer coisa que pudesse reanimar o companheiro. Mas não pôde transmitir-lhe uma só palavra de conforto. Estava já sem forças, abandonada de todas as suas energias ante tanto infortúnio acumulado, que acabava por obrigá-los àquela retirada, à volta humilhante para as senzalas (p. 172).
Joana Caçulinha	Após uma discussão com o noivo Zeca, Caçulinha via-o afastar-se rapidamente. Teve vontade de gritar. Apertou as têmporas nos punhos e enrodilhou-se toda, pequenina e imóvel, aos pés da cama. Ficou nessa posição alguns momentos. Mas foi sentindo uma sufocação constringir-lhe a garganta, a vista se lhe turvou, o coração pôs-se a bater com uma violência desmedida (p. 156).

Fonte: Elaborada pelas autoras com base na técnica de análise de conteúdo.

Quadro 5 – Estratégias mistas de regulação emocional

Estrat.	Person.	Cena
Supressão e Compto. compensatório	Geraldo	Rosenda foge com o namorado, e quando a mãe descobre, começa a esbravejar: <i>“Fugiu, a descarada! Nem se lembrou do mal que isso vai trazer pras outras! É esse, é esse o pago que filho dá pra gente!”</i> . Ao seu lado, olhos no chão, Geraldo não dava uma palavra. Apenas suspirava, a quando e quando (p. 52).
Reavaliação Cognitiva e Supressão	Joana Caçulinha	<i>“Ah! Se pudesse concluir o curso que ia fazendo tão bem! Seu ordenado não seria muito grande, mas seria o bastante, levaria apenas os velhos pais e seriam felizes...”</i> . Pensa assim, muitas vezes; mas, ao fim de levantar tantos castelos, olhava em torno de si e bem compreendia a impossibilidade da realização daquele anelo. Já que não pode ser, acabou-se. Fez-se de forte, secou as lágrimas nos olhos, e recebeu, conformada, os novos rumos que a vida lhe apontava (p. 87).
Ruminação e Reavaliação Cognitiva	Geraldo	Geraldo escutava, mudo, o longo discurso da mulher. À medida que Sá Josefa ia falando, o quadro completo de sua infelicidade ia-lhe desfilando na mente: Pedro, arrancado com violência de seu lar; a morte prematura de Bela; uma filha já atirada no infortúnio e a outra prestes a percorrer a mesma trilha... Afinal, passados momentos, respondeu, a voz repassada de tristeza: <i>“Se você quer, eu falo, Zefa. Mas não adianta nada... Pode crer... Isso é da sina da gente. Só mesmo Deus pode mudar...”</i> (p. 115).
Compartilhamento Social e Supressão	Joana Caçulinha	Caçula contava a Zeca sobre os infortúnios de ser uma “moça do tecido”: <i>“A gente ficou pensando que tem mesmo uma sorte triste. Contra ela não há remédio que sirva, porque a moça que trabalha numa fábrica pode ser boa e direita como for, que não adianta. É sempre tratada de resto, com desprezo. Todos torcem a boca pra um lado e vão dizendo: ‘É uma operária’, como se todas fossem iguais!”</i> . Calou-se, a voz novamente estrangulada. Duas pequenas lágrimas brilharam-lhe nas pálpebras. Ela enxugava os olhos na manga do vestido e tentava disfarçar a comoção, chorando e rindo ao mesmo tempo (p. 141).

Fonte: Elaborada pelas autoras com base na técnica de análise de conteúdo.

De maneira geral, as estratégias mais frequentes nos resultados foram Supressão e Ruminação, contabilizando nove cenas de Supressão e seis cenas de Ruminação.

Conforme Morais (2012), a supressão é uma estratégia de regulação emocional essencial em todas as comunidades humanas, tendo em vista que, nos mais diversos contextos, essa estratégia é usada com o objetivo de prevenir o desequilíbrio das relações sociais. Contudo, ainda que no contexto social, mais especificamente, nos relacionamentos interpessoais, a supressão tenha objetivos adaptativos, na vida privada pode ser entendida como uma estratégia de regulação emocional de baixa eficiência (Snyder, Heller, Lumian, & McRae, 2013). Isto é, no contexto social é fundamental que as pessoas regulem suas emoções em prol das relações, sendo a supressão eficaz para esse fim. Mas, em nível individual e interno, a supressão, em si, não promove qualquer tipo de ganho, pois não estimula reflexão e/ou mudança individual. Com a supressão, o sujeito não aprende como lidar com os estímulos que eliciaram a emoção inadequada ao contexto, não ajuda muito a reduzir os sentimentos pessoais negativos, e ainda prejudica a saúde (Carstensen, Gottman & Levenson, 1995).

A supressão é uma forma de modulação responsiva que envolve a inibição contínua da expressão emocional. É uma estratégia focada nas consequências da resposta e visa a evitar manifestar ostensivamente a expressão das emoções negativas e das emoções positivas (em situações em que sejam inadequadas) (Diamantino & Gondim, 2017). Levando em conta que a supressão acontece depois da emoção ter sido gerada, ela exige do sujeito um grande trabalho para regular a tendência a respostas que podem aparecer espontaneamente, gastando recursos cognitivos que poderiam ser empregados de outra forma, como, por exemplo, no aperfeiçoamento do funcionamento cognitivo em âmbitos sociais. Além do que, a supressão favorece a sensação de divergência entre o que o sujeito experimenta interiormente e o que ele demonstra (Gross & John, 2003). Indivíduos que usam estratégias de supressão não alcançam resultados adaptativos tão bons quanto aqueles que recorrem a estratégias de reavaliação cognitiva (Diamantino & Gondim, 2017).

Tendo em vista que os personagens são pessoas de baixa escolaridade, nascidos e crescidos em contexto rural, onde a educação é atravessada por valores que estimulam o “ser forte”, ou seja, não sucumbir à seca, à fome, à ausência de recursos básicos, essas pessoas deparam-se com a dureza da vida desde cedo (Nascimento, Marques Neto & Santana, 2011). Crescem embrutecidas e, devido aos valores e costumes disseminados no meio rural, provavelmente, não são estimuladas a expressar as suas emoções. Talvez daí venha o recurso recorrentemente utilizado de suprimir emoções como estratégia de regulação. Uma cena do livro retrata perfeitamente esse aspecto: ao ser questionada sobre a razão de estar sempre fazendo brincadeira, Albertina afirma: *“eu também tenho razão para viver triste. Mas não me entrego. Nem sou tola pra andar me lastimando. Lastimar, pra quê? Não dá remédio... Se chorar consolasse, meus olhos viravam fonte”*. Em resposta, uma outra moça completa: *“Faz bem, Albertina! Se todo pobre andasse contando suas mágoas, o mundo se acabava em pouco tempo. Ninguém trabalhava mais e a fome vinha, danada!”* (Fontes, 1999, p. 20).

Rezende (2001) afirma que as adversidades ambientais tornaram o sertanejo fisicamente mais forte, mas, em contrapartida, comprometeram o desenvolvimento de uma consciência política para batalhar por melhores condições sociais e econômicas. Por isso, uma parcela dos sertanejos sobreviveu adaptando-se ao ambiente físico e social, obstinadamente aceitando esse modo de existir (e suas agruras) como o único possível, sem lamentações, em silencioso sofrimento.

Transpondo para o contexto social do trabalho, Niven, Sprigg e Armitage (2012) comparam o uso de supressão e de reavaliação cognitiva em ambientes hostis de trabalho, no segmento de assistência à saúde, concluindo que trabalhadores que fazem uso da supressão de emoções na relação com clientes agressivos, acabam exacerbando a vivência de tensão nas interações profissionais. Por outro lado, a estratégia de reavaliação cognitiva reduz a tensão e agressão física de usuários. No estudo de Diamantino e Gondim (2017) também foram apreciadas as estratégias de supressão e

reavaliação cognitiva, operadas por profissionais que atuam na rede de atenção em saúde do SUS. O uso de estratégias de reavaliação cognitiva prevaleceu sobre as de supressão. Os autores atribuem o fato ao posicionamento cognitivo e emocional estabelecido pelos trabalhadores para um enfrentamento mais adaptativo ante os desafios do contexto de trabalho em saúde, já que a reavaliação envolve mudanças cognitivas que visam transformar contextos emocionais negativos em positivos.

No estudo de Moraes (2012), que buscou articulações entre trabalho emocional, autorregulação e bem-estar em motoristas de ônibus urbano, o uso de estratégias menos adaptativas, como a supressão, pode estar relacionado inversamente a dimensões do bem-estar psicológico. Os dados assinalam que, quando o indivíduo está diante de situações sobre as quais ele avalia não ter controle para modificá-las e gerir o evento de forma satisfatória, e, ao mesmo tempo, quando julga que uma reação inapropriada pode prejudicá-lo ou piorar a situação, ele se inclina para a estratégia de supressão da emoção, a qual inibe a emoção sentida. Mas ao fazer isso, surpreendentemente alcança-se um resultado adaptativo, pois o motorista consegue evitar desgastes nas relações com os passageiros e executar a contento as demandas de seu trabalho, funcionando para garantir a constância de seu desempenho profissional.

Além de Supressão, a Ruminação também foi muito utilizada pelos personagens. Nas pesquisas de Gross e John (2003), o uso de supressão foi relacionado ao aumento da ruminação. A ruminação consiste em focar demasiadamente a atenção no evento eliciador da emoção negativa e suas consequências (Augustine & Hemenover, 2009). A ruminação de emoções, quando adotada repetidamente, pode levar a sintomas de depressão (Nelis *et al.*, 2011). Mulheres tendem a utilizar mais frequentemente essa estratégia de regulação emocional, como uma maneira de gerenciar as emoções negativas (McRae *et al.*, 2008).

Como observado, no geral, os personagens fizeram uso de Supressão e Ruminacão para regular suas emoções. Mas, inclusive pelas diferenças individuais e de estímulos aos quais foram expostos, cada um apresentou uma maneira própria de regular suas emoções. Sá Josefa, por exemplo, é citada nos resultados cinco vezes e, desse total, três vezes utiliza a Supressão e duas vezes faz uso de Ruminacão. McRae *et al.* (2008) afirmam que as mulheres têm a tendência de regular as suas emoções negativas “ruminando” os seus problemas. Em contrapartida, foram encontradas pesquisas (Bonfim & Gondim, 2010; Rodrigues, 2012; Santana, 2014) concluindo que as mulheres são mais expansivas na manifestação de suas emoções. Na decisão deste impasse, é fundamental ter em mente que o modo de Sá Josefa regular emoções pode ser fruto da maneira como foi socializada.

De acordo com Thompson e Meyer (2007), o desenvolvimento neurobiológico, a personalidade, o temperamento, o processo de socialização, a compreensão da emoção, entre outros fatores, exercem influência na utilização de estratégias de regulação emocional. “A maneira de manifestar e gerenciar as emoções é um processo coletivamente construído na interação cotidiana com os demais” (Gondim & Borges-Andrade, 2009, p. 532). Isso quer dizer que, ainda que boa parte da literatura encaminhe para resultados nos quais as mulheres compareçam como emocionalmente expressivas (expansivas), isto não deve ser encarado de forma absoluta, como uma regra, uma vez que a socialização promovida por um contexto sociocultural pode estimular o uso de mais ruminacão.

Geraldo aparece em cinco cenas, utilizando desde Supressão e Ruminacão, isoladas, até a combinação destas com outras estratégias (Ruminacão e Reavaliação Cognitiva; Supressão e Comportamento compensatório). Kostiuk e Fouts (2002) afirmam que a exteriorização de emoções é diferente para homens e mulheres, pois meninos e meninas são estimulados emocionalmente de maneira diferente durante seu desenvolvimento, assim como pais e mães se manifestam diferentemente no

tratamento com filhos e filhas. Os pais tendem a conversar mais sobre emoções com as filhas do que com os filhos, e as mães frequentemente expressam-se mais afetuosamente do que o pai. As mães motivam mais as meninas a serem “sensíveis” e a demonstrarem suas emoções, o que tende a gerar, mais tarde, na vida adulta, homens mais controlados nas manifestações emocionais do que mulheres (Sánchez-Núñez *et al.*, 2008), muito embora não possamos esquecer que estas conclusões não levam em consideração a diversidade dos contextos socioculturais nos quais os indivíduos estão imersos.

Nos resultados, Albertina aparece cinco vezes, fazendo uso de Distração, Reavaliação Cognitiva e Compartilhamento Social. Albertina faz uso recorrente do humor. Responder às adversidades com humor parece ser um comportamento comum na cultura brasileira, e tais manifestações de humor são frequentemente ácidas (Schmidt, 2013). Fazer uso do humor exige uma modificação do trabalho mental, a qual, por si só, não é capaz de restabelecer a saúde física ou atenuar distúrbios psíquicos, mas pode contribuir na busca por uma melhor qualidade de vida, atenuando pensamentos depressivos e suavizando o estresse. Eventos que promovem o riso geram bem estar, descontraem e, de certa maneira, contribuem para o gerenciamento de sentimentos e emoções negativas, evitando que o sujeito continue focado em seus problemas. Através do humor, o indivíduo torna-se ativo e essa postura não estagnada e submetida aos seus próprios problemas, produz uma melhora de qualidade de vida. No entanto, é importante ressaltar que esse comportamento maleável, na maioria das vezes, não é um ofício simples. Focar os aspectos humorísticos em situações de adversidade, quebrando as resistências, é um tipo de resiliência (Soares, 2011).

Joana Caçulinha é a mais citada nos resultados e as estratégias que utiliza para regular suas emoções são variadas, profundas e superficiais, comparecendo isoladamente ou em conjunto: Ruminação; Reavaliação Cognitiva; Supressão e Compartilhamento Social. Tendo em vista que a utilização de estratégias superficiais está associada à aceitação

do evento que iniciou a emoção a ser regulada, e as estratégias profundas estão relacionadas a um investimento mental em refletir e, assim, modificar a própria postura em relação à situação ou à maneira de interpretá-la, estas últimas são consideradas mais eficazes para preservação do bem-estar (Rodrigues & Gondim, 2014).

Podemos atribuir a utilização de estratégias profundas, por parte de Joana Caçulinha, as suas vivências diferenciadas, bem como à educação que recebeu e o que essa educação mobilizou quanto às perspectivas sobre o futuro. A educação promove a reflexão, e o que marca as estratégias profundas é a reflexão. Quando a família Corumba migrou para Aracaju, Joana Caçulinha era pequena, e cresceu com perspectivas de futuro diferentes daquelas que os seus pais tiveram na roça. Caçula foi criada pelos pais com expectativas de que viesse a se tornar professora: frequentou a escola, foi alfabetizada e quase se formou professora. Enquanto os outros trabalhavam, ela estava no cantinho lendo, vivia para estudar; em uma cena, Sá Josefa ordena que pare de ler, para não enlouquecer. Esta socialização, iniciada pelos pais e continuada pela instituição escolar, provavelmente colaborou para que ela enriquecesse as capacidades de introspecção e expressão.

Abstraindo para o contexto de trabalho, especificamente no setor de serviços, a reavaliação cognitiva, estratégia regulatória profunda, é considerada bastante efetiva para atenuar o impacto emocional negativo oriundo das interações com clientes e usuários. Comissárias de bordo, por exemplo, são treinadas para encarar as atitudes dos passageiros como aquelas próprias de crianças, de maneira a relevarem-nas e não se irritarem. A reavaliação cognitiva também está em ação quando os indivíduos reinterpretam situações críticas como desafios a serem superados, ao invés de uma dose extra de estresse. O uso de estratégias de regulação profunda, como a reavaliação cognitiva, pode sinalizar que o indivíduo tem um vínculo positivo com a organização, a ponto de se sacrificar por ela (Gondim & Borges-Andrade, 2009).

Entretanto, embora Joana Caçulinha tenha utilizado estratégias profundas, ela também fez uso de estratégias superficiais, pois a utilização de estratégias de regulação emocional pode ser diversificada, a depender das circunstâncias (Rios, 2015). Além disso, as estratégias de regulação emocional estão envolvidas em um processo temporal, onde duas estratégias podem acontecer juntas, sobretudo pelo processo de revisão da utilização de estratégias com o passar do tempo (Gross, 2015). Em contexto de trabalho, é possível que o uso frequente de estratégias superficiais de regulação provoque prejuízo ao bem estar do trabalhador, em função do enorme desgaste de dissimular emoções ou fingir senti-las (Gondim & Borges-Andrade, 2009).

Por fim, analisando a utilização de estratégias de regulação emocional nessa obra literária, é possível observar que, como afirmam Gross e John (2003), a utilização de estratégias varia entre os sujeitos e há indícios de que as características pessoais influenciam nos afetos, na regulação das emoções, no bem estar e nas relações interpessoais. "A forma como cada um responde emocionalmente ao ambiente ajuda a definir a qualidade da sua interação com o meio. O indivíduo, de modo automático ou controlado (...) irá definir a forma como utilizará e regulará suas emoções" (Rodrigues & Gondim, 2014, p. 40). O processo de regulação emocional é assinalado pelas características pessoais e recebe grande influência dos valores culturais (Matsumoto *et al.*, 2008).

Desse modo, não é possível analisar a utilização de estratégias de regulação emocional sem levar em conta o contexto onde o sujeito encontra-se inserido. Matsumoto *et al.* (2008) afirmam que a capacidade para regular emoções é exercitada no contexto de desenvolvimento do sujeito, nas experiências familiares, nas relações sociais, sendo estes fatores fundamentais para uma interação social bem sucedida e para a manutenção dos relacionamentos interpessoais. A história dos Corumbas narra as adversidades desta família, a necessidade de enfrentarem situações estressantes e a maneira como lidam com estas demandas. Os personagens apresentam modos

peculiares de reagir emocionalmente a estas situações, e desta maneira, enfrentá-las. Pelo que foi observado nos resultados desta pesquisa, cada personagem apresentou um padrão de uso de regulação emocional.

Após o percurso analítico feito para os personagens Sá Josefa, Geraldo, Albertina e Caçulinha, indagamo-nos se estes seriam personagens redondos na narrativa do romance. Personagens redondos assumem contornos caracterizadores mais complexos, a exemplo da caracterização psicológica por meio de estados de espírito (Gancho, 2002). Estes personagens aparentam ser mais complexos, sobretudo Caçulinha, em função do perfil regulatório emocional do qual são dotados, apontando para um possível perfil psicológico.

Com esta reflexão ensaística não pretendemos adentrar na seara da análise literária, mesmo porque nosso objeto de estudo não é a obra literária em si, e não nos propusemos a tratá-la pelo enfoque analítico dos estudos literários. O objeto de estudo do presente artigo é a regulação emocional, e o romance de Amando Fontes serviu como fonte magistral para representar esse mecanismo em ação. Todavia, não podemos deixar de reconhecer que as interseções entre Psicologia e Literatura convidam a abstrair possibilidades compreensivas que podem interessar aos estudiosos da área.

Não obstante a riqueza de encontros entre estas duas áreas acadêmicas, em específico, no campo dos estudos organizacionais, é necessário levar em conta a complexidade de características cognitivas, emocionais e comportamentais dos indivíduos, quando do processo decisório organizacional e implantação de estratégias de gestão (Fragoso, 2009; Lima, 2011). Sendo o trabalho uma atividade que consome um considerável tempo de vida, são importantes as investigações que busquem conhecer as principais adversidades e os mecanismos adaptativos desenvolvidos nesse contexto (Bendassolli & Gondim, 2013). Estratégias voltadas ao manejo do estresse e da ansiedade tornam-

se imperativas, e as estratégias de regulação emocional comparecem como extremamente necessárias para colaborar com o enfrentamento de dificuldades. O maior ou menor êxito dessas estratégias, em contexto de trabalho, teria impacto tanto no bem estar subjetivo de cada empregado (sentimento de satisfação e harmonia pessoal), quanto no bem estar da organização, traduzido em bom clima de trabalho, clientela fidelizada e opinião pública favorável à empresa (Gondim & Borges-Andrade, 2009).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Frente às dificuldades impostas pela vida, é importante manejar saudavelmente os desafios e desenvolver potenciais adaptativos. O sofrimento faz parte da vida de qualquer pessoa, podendo, em determinadas circunstâncias, levar a danos psicológicos (Turri, Faro & Araújo, 2018). Explorar quais fatores situacionais e/ou ambientais interferem no bem estar dos indivíduos, colabora para reconhecer as estratégias postas em ação pelos mesmos para responder às exigências de seu contexto.

No presente trabalho, o romance *Os Corumbas*, de Amando Fontes, foi analisado pelo recurso à técnica textual de análise de conteúdo (Bardin, 1977). A escolha por esta obra, publicada no início do século XX, deveu-se ao vivo interesse que ela ainda desperta em pleno século XXI, em função da verossimilhança de dilemas e reverses descritos, da riqueza de substância humana (como assinalado pela crítica literária), da posição do autor como um narrador-observador (Melo, 2014), que se isenta de interferir e julgar as ações de seus personagens, ou de traduzir os aspectos psicológicos por trás de suas atitudes. As características desta obra lançaram o convite a que empreendêssemos uma abordagem, do ponto de vista da Psicologia, aos aspectos referentes à regulação emocional dos personagens.

Embora a investigação empreendida neste artigo não represente uma análise literária, o uso da literatura como fonte de pesquisa e material de interesse científico, por outras áreas do saber, oferece possibilidades analíticas vastas. A mensagem dirigida pelo escritor ao seu público leitor transmite um conteúdo de natureza complexa – estética, humana, popular e social – como representação de indivíduos, de grupos e de sociedades (Melo, 2014). A consciência desta riqueza de possibilidades analíticas nos orientou para reflexões no campo dos estudos organizacionais.

Trabalhamos com a hipótese de que o processo migratório configurou-se como evento estressor para a família Corumba, suscitando, assim, a utilização de estratégias de regulação emocional, com vistas à adaptação ao novo contexto. Um dos principais agentes migratórios é a motivação por uma vida melhor, principalmente para aqueles que migram compulsoriamente, vindos das regiões mais pobres do país. O sertão nordestino, ainda nos dias de hoje, expulsa seus filhos para outras regiões, colaborando para a vivência de adversidades por estas pessoas, uma vez que não é fácil abandonar seu lar, sua terra, e embarcar rumo a outra região, com cultura diferente. Tais fatores podem acarretar forte carga de sofrimento e demandar sofisticadas habilidades adaptativas em nível psicológico (Turri, Faro & Araújo, 2018). Desse modo, a importância da regulação emocional, como aspecto que promove o bem estar individual e contribui positivamente para as relações interpessoais, torna-se patente.

Os personagens analisados, membros da família Corumba, colocaram em prática uma variedade de estratégias de regulação emocional, frente aos infortúnios vividos desde sua chegada à Aracaju. Compareceram estratégias regulatórias profundas (Reavaliação Cognitiva, Distração e Ruminação – estas duas últimas, estratégias de Atenção Posicionada) e superficiais (Supressão, Compartilhamento Social e Comportamento Compensatório). Os personagens variaram na preponderância de uso de cada uma das estratégias, com Albertina usando mais Distração, Joana Caçulinha usando, em mesma

proporção, Reavaliação Cognitiva e Supressão, e Sá Josefa e Geraldo fazendo mais uso de Supressão.

Apesar da variedade de estratégias utilizadas por eles, e mesmo no caso de Caçulinha, a personagem que diversificou mais os recursos de regulação das emoções, a estratégia preponderante foi a Supressão, seguida da Ruminação. A supressão implica em estratégia superficial que incide sobre a emoção após a mesma já ter sido eliciada, com vistas a reprimi-la ou encubri-la. Em geral, esta estratégia é menos adaptativa do ponto de vista individual (Carstensen, Gottman & Levenson, 1995; Diamantino & Gondim, 2017; Gross & John, 2003), assim como no âmbito do trabalho (Diamantino & Gondim, 2017; Niven, Sprigg & Armitage, 2012). Mesmo assim, em alguns contextos organizacionais, a supressão das emoções é eficiente, ainda que em curto prazo, para manter o desempenho profissional e contornar com êxito desafios que sobrevêm na rotina laboral. É o caso de ocorrências como tentativa de assalto em transporte público coletivo, nas quais os motoristas mais experientes recorrem a estratégias de inibição de emoções negativas (medo, ansiedade) para manter a situação sob controle, interagindo cautelosamente com os infratores e adotando artifícios audaciosos para contornar o problema - a exemplo de forjar defeitos no veículo (Morais, 2012).

Estudar uma obra literária é ter a possibilidade de trabalhar com uma riqueza de conteúdo excepcional. Embora análises de obras literárias sejam bastante comuns em outras áreas, na Psicologia, esse tipo de iniciativa não é corriqueiro, o que somado à necessidade de articular perspectivas da Literatura, da Psicologia e dos Estudos Organizacionais, configuraram as principais dificuldades encontradas por este trabalho. Esta experiência inovadora pode ter padecido da escassa existência de publicações a serem adotadas como modelo, o que pode ter limitado uma abordagem mais complexa e fecunda aos dados. Outro potencial agente limitador da pesquisa foi a necessidade de analisar um texto literário na sua integralidade, correndo o risco de ter

deixado escapar algum resultado promissor, em função da abrangência de conteúdo trabalhado nesta análise.

Ainda que estes limites tenham recaído sobre a presente investigação, sua principal contribuição dirige-se ao uso de nova abordagem no estudo do gerenciamento de emoções. Diferentemente da prática usual de aplicação de medidas psicométricas de autorrelato a amostras de *survey* (Diamantino & Gondim, 2017), este estudo qualitativo, de desenho metodológico pouco ortodoxo, colabora para aumentar a acurácia de apreensão do fenômeno emocional. O enredo do romance Os Corumbas é narrado de forma tão rica, densa e realista, que dá a impressão ao leitor de estar presenciando os acontecimentos, facultando uma melhor apreensão da dinamicidade das emoções e, por conseguinte, adicionando maior validade ao julgamento feito acerca das estratégias de regulação emocional.

Esforços conjugados de pesquisa precisam ser empreendidos para avançar o conhecimento sobre as emoções humanas e seu gerenciamento. Futuros estudos poderiam abordar esta temática por meio de estudos de caso organizacionais. Lançar mão de paradigma multimetodológico, para possibilitar a triangulação dos dados, ou de desenho longitudinal, para acompanhar o processo de modulação do fenômeno, conforme as fases de desenvolvimento e existência da organização, são alternativas a serem exploradas.

REFERÊNCIAS

Aldao, Amelia. (2013). The future of emotion regulation research: capturing context. *Perspectives on Psychological Science*, 8(2), 155-172.

Anderson, Carl R. (1977). Locus of control, coping behaviors, and performance in a stress setting: a longitudinal study. *Journal of Applied Psychology*, 62(4), 446-451.

Antoniazzi, Adriane S., Dell'Aglio, Débora D., & Bandeira, Denise R. (1998). O conceito de coping: uma revisão teórica. *Estudos de Psicologia, 3*(2), 273-294.

Augustine, Adam A., & Hemenover, Scott H. (2009). On the relative effectiveness of affect regulation strategies: a meta-analysis. *Cognition & Emotion, 23*(6), 1181-1220.

Bardin, Laurence. (1977). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.

Bendassolli, Pedro F. & Gondim, Sônia M. G. (2013). Significados, sentidos e função psicológica do trabalho: discutindo essa tríade conceitual e seus desafios metodológicos. *Avances en Psicología Latinoamericana, 32*(1), 131-147.

Boeira, Sérgio L. & Vieira, Paulo F. (2010). Estudos organizacionais: dilemas paradigmáticos e abertura interdisciplinar. In Christiane K. Godoi, Rodrigo Bandeira-de-Mello, & Anielson B. Silva (Orgs.). *Pesquisa qualitativa em estudos organizacionais: paradigmas, estratégias e métodos* (2a ed.) (pp. 17-51). São Paulo: Saraiva.

Bonfim, Mirele C., & Gondim, Sônia M. G. (2010). *Trabalho emocional: demandas afetivas no exercício profissional*. Salvador: UFBA.

Borges, Hélia, & Martins, André. (2004). Migração e sofrimento psíquico do trabalhador da construção civil: uma leitura psicanalítica. *PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva, 14*(1), 129-146.

Borges, Livia O. & Yamamoto, Oswaldo H. (2014). O mundo do trabalho: construção histórica e desafios contemporâneos. In José C. Zanelli, Jairo E. Borges-Andrade, & Antonio V. B. Bastos (Orgs.). *Psicologia, organizações e trabalho no Brasil* (2a ed.) (pp. 25-72). Porto Alegre: Artmed.

Câmara, Rosana H. (2013). Análise de conteúdo: da teoria à prática em pesquisas sociais aplicadas às organizações. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 6(2), 179-191.

Carstensen, Laura L., Gottman, John M., & Levenson, Robert W. (1995). Emotional behaviour in long term marriage. *Psychology and Aging*, 10, 140-149.

Coelho, Glaucimere P., & Trentin, Raquel C. (2014). Nordeste pra frente: retratos do povo na voz de Luiz Gonzaga. *Cadernos do Congresso Nacional de Linguística e Filologia*, Rio de Janeiro, RJ, Brasil, XVIII.

Conte, Fernanda. (2004). Migrações: o homem em busca do lugar ideal. *Revista Faz Ciência*, 6(1), 305-317.

Cunha, Aparecido S. (2000). Migração de retorno num contexto de crise, mudanças e novos desafios. *Anais do Encontro Nacional de Estudos Populacionais*, Caxambu, MG, Brasil, XII.

Diamantino, Rui M., & Gondim, Sônia M. G. (2017). Regulação emocional e trabalho emocional no atendimento aos usuários de unidades do SUS na Bahia. *Revista de Psicologia*, 8(2), 72-82.

Dustmann, Christian, & Glitz, Albrecht. (2011). Migration and education. In Eric A. Hanushek, Stephen J. Machin, & Ludger Woessmann (Orgs.). *Handbook of the economics of education* (pp. 327-439). North Holland: Elsevier.

Faro, André & Pereira, Marcos E. (2013). Estresse: revisão narrativa da evolução conceitual, perspectivas teóricas e metodológicas. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 14(1), 78-100.

Figueira, Ângela C. A. (2013). Um diálogo entre Literatura e Psicologia: "O anjo Rafael". *Revista Eletrônica das Faculdades de Santos Dumont, 1*, 1-14.

Folkman, Susan. (2011). Stress, health, and coping overview. In Susan Folkman (Org.). *The Oxford handbook of stress, health, and coping* (pp. 3-11). New York: Oxford University Press.

Fontes, Amando. (1999). *Os Corumbas* (23a ed.). Rio de Janeiro: José Olympio.

Fragoso, Samarina A. (2009). Gestão estratégica de pessoas como fonte de vantagens competitivas nas organizações. *Revista Brasileira de Estratégia, 2*(3), 307-315.

Gancho, Cândida V. (2002). *Como analisar narrativas* (7a ed). São Paulo: Ática.

Gondim, Sônia M. G. & Borges-Andrade, Jairo E. (2009). Regulação emocional no trabalho: um estudo de caso após desastre aéreo. *Psicologia Ciência e Profissão, 29*(3), 512-533.

Gondim, Sônia M. G. & Siqueira, Mirlene M. M. (2014). Emoções e afetos no trabalho. In José C. Zanelli, Jairo E. Borges-Andrade, & Antonio V. B. Bastos (Orgs.). *Psicologia, organizações e trabalho no Brasil* (2a ed.) (pp. 207-235). Porto Alegre: Artmed.

Gross, James J. (2015). Regulation: current status and future prospects. *Psychological Inquiry, 26*, 1-26.

Gross, James J. (1998). The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of General Psychology, 2*(3), 271-29.

Gross, James J. & John, Oliver P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362.

Gross, James J. & Thompson, Ross A. (2007). Emotion regulation: conceptual foundations. In James J. Gross (Ed.). *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York: Guilford Press.

Ianni, Octavio. (1999). Sociologia e literatura. In José A. Segatto, & Ude Baldan (Orgs.), *Sociedade e literatura no Brasil* (pp. 9-42). São Paulo: UNESP.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (2011). *Censo demográfico - 2010*. Rio de Janeiro: IBGE. Recuperado em 5 agosto, 2020 de <https://www.ibge.gov.br/>.

Kostiuk, Lynne M., & Fouts, Gregory T. (2002). Understanding of emotions and emotion regulation in adolescent females with conduct problems: a qualitative analysis. *The Qualitative Report*, 7(1), 1-15.

Lima, Cleverton B. (2010). *Imagens do povo: política e literatura na obra de Amando Fontes*. Dissertação de mestrado, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, Brasil.

Lima, Renata F. O. (2011). Gestão estratégica de pessoas: uma ferramenta poderosa. *Anais do Simpósio de Excelência em Gestão e Tecnologia*, Resende, RJ, Brasil, VIII.

Martins, Natália S. (2015). *Tragédia familiar: uma análise de Os Corumbas, de Amando Fontes*. Dissertação de mestrado, Universidade Estadual Paulista “Julio de Mesquita Filho”, Assis, Brasil.

Matsumoto, David, Yoo, Seung H., Nakagawa, Sanae, & Multinational Study of Cultural Display Rules. (2008). Culture, emotion regulation, and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(6), 925–937.

McRae, Kateri, Ochsner, Kevin N., Mauss, Iris B., Gabrieli, John J. D., & Gross, James J. (2008). Gender differences in emotion regulation: an fMRI study of cognitive reappraisal. *Group Processes & Intergroup Relations*, 11(2), 143-162.

Melo, Andréa P. S. (2014). *Representações de gênero na Aracajú ficcional de Amando Fontes: uma análise da obra Os Corumbas*. Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, Brasil.

Mendes, Rosana M. & Miskulin, Rosana G. S. (2017). A análise de conteúdo como uma metodologia. *Cadernos de Pesquisa*, 47(165), 1044-1066.

Menezes, Aldair S. (2013). Os Corumbas e os desvalidos: entre a história e a literatura. *Anais do Simpósio Nacional de História - Conhecimento histórico e diálogo social*, Natal, RN, Brasil, XXVII.

Miranda, Rosalina A. (2014). *Uma análise psicológica de Luís da Silva, personagem principal do romance Angústia*. Dissertação de mestrado, Universidade da Amazônia, Belém, Brasil.

Mondardo, Marcos L. (2007). Estudos migratórios na modernidade e na pós-modernidade: do econômico ao cultural? *Terra Livre*, 2(29), 51-74.

Morais, Franciane A. (2012). *Trabalho emocional, autorregulação e bem-estar psicológico em motoristas de transporte público*. Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Bahia, Salvador, Brasil.

Nascimento, Dayse A. M. (2012). *Resistência à mudança organizacional: correlatos valorativos e organizacionais*. Tese de doutorado, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, Brasil.

Nascimento, Adelli C. S., Marques Neto, Raul, & Santana, Gleise C. P. (2011). A precarização das relações de trabalho no município de Itabaiana/SE. *Revista Geográfica de América Central*, 2(47E), 1-12.

Nelis, Delphine, Quoidbach, Jordi, Hansenne, Michel, & Mikolajczak, Moira (2011). Measuring individual differences in emotion regulation: the emotion regulation profile-revised (ERP-R). *Psychologica Belgica*, 5(1), 49-91.

Niven, Karen, Sprigg, Christine A., & Armitage, Christopher J. (2012). Does emotion regulation protect employees from the negative effects of workplace aggression? *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 22(1), 88-106.

Ojima, Ricardo, & Nascimento, Tiago C. L. (2015). Nos caminhos para o nordeste: reflexões sobre os impactos diretos e indiretos da migração de retorno no período recente. *Redes*, 20(3), 48-62.

Pelzer, Peter, & Paes de Paula, Ana P. (2002). Fórum teatro, cinema e organizações. *Revista de Administração de Empresas*, 42(4), 10.

Pinto, Fabiane L. B., & Domingues, Fabiana F. (2019). Urbe, vida social organizada e literatura: algumas reflexões. *Anais do Encontro de Estudos Organizacionais da ANPAD*, Fortaleza, CE, Brasil, X.

Pinto, Fabiane L. B., & Ribeiro, Elizabeth M. (2018). História, literatura e estudos organizacionais: novos olhares sobre as obras de Jorge Amado. *Farol – Revista de Estudos Organizacionais e Sociedade*, 5(12), 198-267.

Queiroz, Silvana N. (2015). Tendências das migrações interestaduais de retorno no Brasil. *Ciência e Sustentabilidade*, 1(1), 77-95.

Rezende, Maria J. (2001). Os sertões e os des(caminhos) da mudança social no Brasil. *Tempo Social*, 13(2), 201-226.

Rios, Mino C. (2015). *Contratos psicológicos, centralidade do trabalho, autorregulação e estados emocionais: um estudo com docentes do ensino superior*. Tese de doutorado, Universidade Federal da Bahia, Salvador, Brasil.

Rodrigues, Ana P. G. (2012). *Os vínculos com a organização e a regulação emocional de servidores públicos*. Tese de doutorado, Universidade Federal da Bahia, Salvador, Brasil.

Rodrigues, Ana P. G. & Gondim, Sônia M. G. (2014). Expressão e regulação emocional no contexto de trabalho: um estudo com servidores públicos. *Revista de Administração Mackenzie*, 15(2), 38-65.

Rossetti, Milena O., Ehlers, Denise M., Guntert, Ingo B., Leme, Irene F. A. S., Rabelo, Ivan S., Tosi, Silésia M. V. D., Pacanaro, Silvia V., & Barrionuevo, Veridiana L. (2008). O inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL) em servidores da Polícia Federal de São Paulo. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 4(2), 108-119.

Sánchez-Núñez, María T., Fernández-Berrocal, Pablo, Montañés, Juan, & Latorre, Jose M. (2008). Does emotional intelligence depend and gender? The socialization of

emotional competencies in men and women in its implications. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 6(2), 455-474.

Santana, Vitor S. (2014). *A mediação de autonomia e do domínio do ambiente na relação entre modos de regulação emocional e dimensões de bem-estar subjetivo*. Dissertação de mestrado, Universidade Federal da Bahia, Salvador, Brasil.

Santos, Clodoaldo M. (2010). *Da literatura e da sociedade na obra Os Corumbas, de Amando Fontes*. Dissertação de mestrado, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, Brasil.

Schmidt, Maria L. S. (2013). Produções táticas de usuários e trabalhadoras de programa de saúde mental: estudo etnográfico num centro de saúde escola da zona oeste de São Paulo. *Saúde e Sociedade*, 22(4), 1084-1093.

Snyder, Sara A., Heller, Sarah M., Lumian, Daniel S., & McRae, Kateri. (2013) Regulation of positive and negative emotion: effects of sociocultural context. *Frontiers in Psychology*, 4(259), 1-12.

Soares, Vivian L. L. (2011). O humor resiliente na sociedade contemporânea. *Revista Leitura Flutuante*, 3, 1-13.

Thompson, Ross A. & Meyer, Sara. (2007). Socialization of emotion regulation in the family. In James J. Gross (Ed.). *Handbook of emotion regulation* (pp. 249-268). New York: Guilford Press.

Trad, Leny A. B. (2003). Processo migratório e saúde mental: rupturas e continuidade na vida cotidiana. *PHYSIS: Revista de Saúde Coletiva*, 13(1), 139-156.

Turri, Geovanna S. S., Faro, André, & Araújo, Marley R. M. (2018). Adaptação e adversidade no cotidiano de trabalhadores sertanejos em canções de Luiz Gonzaga. *Estudos de Psicologia, 23*(1), 22-32.

Urquiza, Marconi A., & Marques, Denilson B. (2016). Análise de conteúdo em termos de Bardin aplicada à comunicação corporativa sob o signo de uma abordagem teórico-empírica. *Entretextos, 16*(1), 115-144.

Vaz, Filipa J. S. M. (2009). *Diferenciação e regulação emocional na idade adulta: tradução e validação de dois instrumentos de avaliação para a população portuguesa*. Dissertação de mestrado, Universidade do Minho, Braga, Portugal.

EM BUSCA DE UM FUTURO MELHOR: ESTRATÉGIAS DE REGULAÇÃO EMOCIONAL NO ROMANCE “OS CORUMBAS”

Resumo

O processo migratório, motivado por diversas razões, faz parte da história humana em sua dinâmica expansiva. No processo de adequação e instalação na nova cultura, o indivíduo precisará lançar mão de estratégias adaptativas. O objetivo deste trabalho foi, a partir da análise da obra literária *Os Corumbas*, demonstrar as estratégias de regulação emocional utilizadas pela família Corumba, mediante os eventos estressores provenientes da migração e adaptação à nova vida na capital. Os resultados indicam que o processo de adaptação à vida urbana não passou isento de vivências de estresse emocional e as estratégias de regulação emocional mais utilizadas foram Supressão e Ruminação. Este exercício analítico pode colaborar na representação didática e compreensão do conceito regulação emocional, fenômeno que, no âmbito do trabalho, impacta tanto no bem estar subjetivo de cada empregado, quanto no clima de trabalho, na fidelização de clientes e na construção de imagem favorável à organização.

Palavras-chave

Migração. Regulação emocional. *Os Corumbas*. Trabalho.

EN LA BÚSQUEDA DE UN FUTURO MEJOR: ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN EMOCIONAL EN EL ROMANCE “OS CORUMBAS”

Resumen

El proceso migratorio, motivado por diversas razones, hace parte de la historia humana en su dinámica expansiva. En el proceso de adecuación e instalación en una nueva cultura, el individuo necesitará valerse de estrategias adaptativas. El objetivo de este trabajo fue, a partir del análisis de la obra literaria Os Corumbas, demostrar las estrategias de regulación emocional utilizadas por la familia Corumba para hacer frente a los eventos estresantes provenientes de la adaptación a la nueva vida en la capital. Los resultados indican que el proceso de adaptación a la vida urbana no pasó exento de vivencias de estrés emocional y que las estrategias de regulación emocional más utilizadas fueron Supresión y Rumiación. Este ejercicio analítico puede colaborar en la representación didáctica y la comprensión del concepto de regulación emocional, fenómeno que, en el ámbito del trabajo, impacta tanto en el bienestar subjetivo de cada empleado, como en el clima de trabajo, en la fidelización de los clientes y en la construcción de una imagen favorable de la organización.

Palabras clave

Migración. Regulación emocional. Os Corumbas. Trabajo.

SEARCHING FOR A BETTER FUTURE: STRATEGIES FOR EMOTIONAL REGULATION IN THE NOVEL “OS CORUMBAS”

Abstract

The migratory process motivated by several reasons is part of human history in its expansive dynamics. In the process of adaptation and installation in the new culture, the individual will need to resort to adaptive strategies. The aim of this work was, from the analysis of the literary work *Os Corumbas*, to demonstrate the emotional regulation strategies used by the Corumba family through the stressful events resulting from migration and adaptation to a new life in the capital. The results indicate that the process of adaptation to urban life was not exempt from stressful experiences, and the most used emotional regulation strategies were Suppression and Rumination. This analytical exercise can collaborate in the educational representation and understanding of the concept of emotional regulation, a phenomenon that, in the scope of labor, impacts both the subjective well-being of each employee, as well as the work environment, customer loyalty, and building the organization a positive image.

Keywords

Migration. Emotional regulation. *Os Corumbas*. Labor.

CONTRIBUIÇÃO

Marley Rosana Melo de Araújo

A autora declara que é a responsável pela ideia original do artigo e sua estruturação e conteúdos. Realizou ainda a revisão da redação do texto, introduzindo melhorias quando necessário ou quando apontado pelos pareceristas.

Ariana Moura de Jesus

A autora declara que participou de todas as etapas de construção do artigo desde a elaboração do projeto, revisão bibliográfica, coleta e análise dos dados, discussão dos resultados, até a conclusão.

AGRADECIMENTOS

-

DECLARAÇÃO DE INEDITISMO

As autoras declaram que a contribuição é inédita.

CONFLITO DE INTERESSES

As autoras declaram não haver conflito de interesses.

COMO CITAR ESTA CONTRIBUIÇÃO

Araújo, Marley R. M. & Jesus, Ariana M. (2020). Em busca de um futuro melhor: estratégias de regulação emocional no romance "Os Corumbas". *Farol – Revista de Estudos Organizacionais e Sociedade*, 7(19), 659-706.