

UNIVERSIDADE DO ESTADO DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA ADMINISTRAÇÃO E SOCIOECONÔMICAS- ESAG
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ADMINISTRAÇÃO
DOUTORADO PROFISSIONAL EM ADMINISTRAÇÃO

Grupo de Pesquisa – Strategos: organizações e processos organizacionais

**GESTÃO FINANCEIRA COMO PREVENÇÃO DE RISCOS PSICOSSOCIAIS EM
PSICÓLOGOS CLÍNICOS AUTÔNOMOS**

082.519.269-20

Florianópolis

2025

1. INTRODUÇÃO

A atuação como psicólogo clínico autônomo exige uma série de habilidades que vão além do conhecimento técnico-clínico, incluindo competências em gestão financeira e administração de consultórios e clínicas. A ausência de preparo acadêmico voltado para questões financeiras pode dificultar a manutenção de um consultório sustentável, impactando diretamente a segurança econômica e o bem-estar emocional dos profissionais (Pimenta; Rodriguez, 2021).

1.1 Contextualização do Tema

O estresse laboral decorrente da instabilidade financeira tem sido apontado como um fator de risco para a saúde mental de profissionais da saúde, incluindo psicólogos. A natureza do trabalho emocional realizado por esses profissionais exige um elevado grau de envolvimento subjetivo, tornando-os vulneráveis a impactos advindos de dificuldades econômicas. Assim, uma gestão financeira eficiente pode atuar como fator protetivo contra o estresse psicossocial, promovendo uma prática profissional mais equilibrada e sustentável (Santos; Gomes; Santos; Medeiros, 2024; Marques; Carlotto, 2023; Pimenta; Rodriguez, 2021). Esta pesquisa adotará o conceito de gestão financeira principalmente no que se refere à projeção de fluxo de caixa, que possibilita avaliar a própria situação financeira ao analisar entradas e saídas de recursos em um determinado período (Moterle; Wernke; Junges, 2019).

Neste contexto, torna-se relevante a abordagem psicossocial dos fatores de risco relacionados ao trabalho. Estudos indicam que aspectos da organização e gestão do trabalho podem influenciar significativamente o bem-estar dos trabalhadores, sendo essenciais para compreender o impacto do trabalho autônomo na saúde mental dos psicólogos (Santos; Gomes; Santos; Medeiros, 2024).

Este estudo tem como objetivo investigar a interseção entre gestão financeira e estresse psicossocial em psicólogos autônomos, analisando como o planejamento econômico pode contribuir para a prevenção de impactos negativos à saúde mental desses profissionais. Além disso, busca-se desenvolver ferramentas que promovam maior estabilidade financeira, possibilitando uma prática clínica mais segura. Para delimitar o conceito de estresse psicossocial, recorreremos à literatura, que define os riscos psicossociais do trabalho (RPST) como condições laborais capazes de afetar negativamente a saúde mental, física e social dos trabalhadores. Esses riscos decorrem da interação entre fatores organizacionais, ambientais e individuais, podendo ser agravados por uma concepção inadequada do trabalho, como carga excessiva, baixa autonomia, relações interpessoais conflituosas e falta de suporte

organizacional. Quando não gerenciados, os RPST podem resultar em estresse crônico, burnout, depressão e outros transtornos psicológicos (Santos; Gomes; Santos; Medeiros, 2024).

Gollac e Bodier (2012) ampliam essa perspectiva ao definir os riscos psicossociais como “riscos para a saúde mental, física e social, causados pela interação de fatores socioeconômicos com a psique dos trabalhadores” (p. 42). Os autores incluem os fatores socioeconômicos à definição, indo além do ambiente interno das empresas e direcionam a análise para um macrocontexto que envolve o trabalho, o que também é discutido por Santos, Gomes, Santos e Medeiros (2024).

Fatores de risco e de proteção são características que influenciam o desenvolvimento de problemas comportamentais e emocionais. Fatores de risco aumentam a vulnerabilidade, enquanto fatores de proteção a diminuem. Identificá-los é decisivo para a prevenção e intervenção precoce, promovendo a saúde mental (Santos-Vitti; Faro; Baptista, 2020). A importância do tema se justifica pela crescente adesão ao trabalho autônomo na área da psicologia e pela necessidade de um suporte mais estruturado para esses profissionais, de modo a minimizar riscos psicossociais e garantir a qualidade de vida e eficiência na prática profissional. O crescimento do trabalho autônomo no Brasil tem sido acompanhado por desafios na gestão financeira, como em áreas onde a formação acadêmica não inclui conhecimentos administrativos. Psicólogos que atuam de forma independente frequentemente encontram dificuldades em estabelecer valores justos para seus serviços, gerir despesas fixas e variáveis, e planejar sua sustentabilidade financeira a longo prazo (Pimenta; Rodriguez, 2021).

Estudos indicam que dificuldades econômicas estão diretamente relacionadas ao aumento do estresse psicossocial, impactando a qualidade de vida e a saúde mental. No contexto dos psicólogos autônomos, esse impacto pode se refletir na qualidade do atendimento prestado, na frequência de burnout e na capacidade de manter uma prática profissional de longo prazo. Em um estudo realizado em 2024, cujo objetivo foi identificar os instrumentos disponíveis na literatura para avaliar os Fatores de Risco Psicossociais no Trabalho e verificar se contemplam as novas dimensões psicossociais mediadas pelas Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs), aponta para uma escassez conceitual sobre os RPST, observada tanto em artigos científicos quanto em documentos governamentais. A maioria dos estudos os trata como fatores de estresse ocupacional, o que permite uma abordagem quantitativa, mas limita a compreensão de exigências emocionais, gestão e liderança (Santos *et al.*, 2024).

A hegemonia dos modelos baseados no estresse ocupacional restringe a análise dos RPST aos riscos e fatores de exposição mensuráveis objetivamente, sem considerar dimensões macrosociais e aspectos subjetivos da experiência do trabalhador. Alternativas, como a

Psicodinâmica do Trabalho (PDT), emergem como possibilidade de ampliar a compreensão, explorando a relação entre prazer e sofrimento no trabalho. Outras abordagens, como a fenomenologia e o materialismo histórico-dialético, também são apontadas como meios de acessar narrativas e percepções individuais sobre as condições de trabalho e saúde mental (Santos; Gomes; Santos; Medeiros, 2024). No contexto das mudanças recentes na legislação, destaca-se a atualização da Portaria nº 1.419, de 27 de agosto de 2024, que trouxe novas diretrizes para o gerenciamento de riscos ocupacionais, conforme a Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1). A partir dessa alteração, a avaliação de risco deve agora considerar, de forma mais detalhada, os fatores ergonômicos e psicossociais relacionados ao trabalho, reconhecendo a importância de abordagens integradas para a saúde e segurança no ambiente laboral. Entre as principais modificações, destaca-se a necessidade de incluir a avaliação dos riscos psicossociais, além dos tradicionais riscos físicos, químicos e biológicos, refletindo uma evolução nas práticas de prevenção e controle de riscos ocupacionais. A organização deve agora adotar medidas para eliminar ou minimizar esses riscos, com ênfase na adaptação das condições de trabalho às necessidades dos trabalhadores, conforme os parâmetros estabelecidos pela NR-17. Esse avanço legislativo reforça o compromisso com a saúde integral dos trabalhadores, promovendo um ambiente mais seguro e saudável (Brasil, 2024).

Contudo, novas formas de trabalho, como o home office, trazem desafios psicossociais específicos que ainda carecem de avaliação mais aprofundada. No caso dos psicólogos autônomos que trabalham remotamente, aspectos como a sobrecarga emocional, isolamento social, falta de suporte organizacional e dificuldades na separação entre vida pessoal e profissional tornam-se fatores relevantes. A mediação das interações por TICs pode tanto ampliar o acesso ao trabalho quanto gerar novas formas de sofrimento, demandando instrumentos de avaliação que contemplem essas especificidades (Santos *et al.*, 2024).

1.2 Delimitação do Problema

Um dos desafios enfrentados pelos psicólogos autônomos é a dificuldade de equilibrar a prática clínica com a sustentabilidade financeira, o que evidencia uma lacuna na formação acadêmica em relação à gestão econômica. Esse contexto gera dificuldades socioeconômicas que, por sua vez, acarretam estresse psicossocial, comprometendo a saúde mental dos profissionais. O estresse, originado pela instabilidade financeira, torna-se ainda mais impactante pela natureza emocionalmente exigente da profissão, que demanda um envolvimento subjetivo com os pacientes.

Dessa maneira, o problema de pesquisa pode ser definido como: **Quais são os desafios financeiros e os fatores que contribuem para o estresse psicossocial em psicólogos autônomos, de modo a subsidiar o desenvolvimento de um guia de gestão financeira que auxilie na redução desses problemas?**

A falta de uma formação específica em gestão financeira para psicólogos autônomos gera uma série de dificuldades econômicas que, por sua vez, resultam em estresse psicossocial. Este, além de ser um fator de risco para a saúde mental dos profissionais, prejudica a qualidade do atendimento prestado. Portanto, a gestão financeira eficiente se configura como um mecanismo de prevenção e um fator de proteção, contribuindo para uma gestão emocional e financeiramente segura do consultório.

Assim, a tese preliminar a ser investigada neste projeto é: **A gestão financeira é um fator preventivo contra os riscos psicossociais em psicólogos autônomos, promovendo uma prática profissional emocionalmente saudável.**

1.3 Objetivos da Pesquisa

Objetivo Geral

- Desenvolver e validar um guia de gestão financeira para psicólogos autônomos, com foco na prevenção do estresse/risco psicossocial, visando a sustentabilidade econômica e emocional da prática clínica.

Objetivos Específicos

- Analisar, na literatura nacional e internacional, a relação entre gestão financeira e estresse e/ou risco psicossocial em profissionais autônomos da saúde mental.
- Identificar os principais desafios financeiros enfrentados por psicólogos autônomos e suas implicações para o bem-estar emocional.
- Desenvolver ferramentas e estratégias de gestão financeira adaptadas à realidade dos psicólogos autônomos.
- Elaborar um guia com orientações para otimizar a gestão econômica e prevenir o estresse e/ou risco psicossocial nesses profissionais.
- Testar a eficácia do guia de gestão financeira desenvolvido, por meio da aplicação prática junto a psicólogos autônomos, avaliando sua utilidade na redução do estresse psicossocial e na melhoria da gestão econômica da prática clínica.

1.4 Justificativa e Contribuição da Pesquisa

A pesquisa se justifica pela necessidade crescente de modelos sustentáveis de gestão financeira para psicólogos autônomos, um nicho que frequentemente enfrenta dificuldades econômicas devido à falta de formação específica na área. A ausência de planejamento financeiro pode levar a estresse psicossocial, comprometendo a qualidade do atendimento prestado aos pacientes e a longevidade da carreira desses profissionais.

Contribuições teóricas e práticas:

- Contribuição para a literatura sobre gestão financeira no setor de saúde mental.
- Desenvolvimento de estratégias aplicáveis na gestão econômica de consultórios psicológicos.
- Promoção do bem-estar e redução do estresse psicossocial em psicólogos autônomos.

A vinculação com o grupo de pesquisa Strategos se dá pelo alinhamento com temas como inovação em serviços e estratégias de sustentabilidade para profissionais autônomos. Além disso, a proposta está alinhada com os objetivos do Programa de Pós-Graduação em Administração, que busca soluções aplicáveis para desafios organizacionais e profissionais.

Esta pesquisa se alinha com diversos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) propostos pela ONU, especialmente os ODS 3, 4, 8, 10 e 16. O ODS 3 (Saúde e Bem-Estar) é diretamente relacionado ao foco da pesquisa, que visa compreender e reduzir os impactos do estresse psicossocial nos psicólogos autônomos, promovendo o bem-estar emocional desses profissionais. Além disso, o ODS 4 (Educação de Qualidade) é abordado ao considerar a importância da educação financeira para esses psicólogos, uma vez que a falta de conhecimento em gestão financeira pode ser um fator significativo de estresse. O ODS 8 (Trabalho Decente e Crescimento Econômico) é contemplado pela busca de soluções para melhorar a sustentabilidade econômica da prática autônoma, proporcionando um crescimento estável e um trabalho mais equilibrado. O ODS 10 (Redução das Desigualdades) é atendido ao oferecer estratégias que podem reduzir as desigualdades financeiras enfrentadas por psicólogos em diferentes contextos, permitindo uma prática mais acessível e sustentável. Por fim, o ODS 16 (Paz, Justiça e Instituições Eficazes) se reflete na busca por uma prática profissional mais ética e eficaz, promovendo um ambiente de trabalho justo e estável, essencial para a saúde mental e o bom desempenho desses profissionais. Dessa forma, a pesquisa contribui para a promoção de práticas mais sustentáveis, acessíveis e saudáveis dentro da profissão.

A escolha do tema dessa tese de doutorado é justificada pela escassez de estudos focados especificamente na saúde e bem-estar dos psicólogos, em especial daqueles que atuam de forma autônoma. As pesquisas citadas indicam a complexidade dos fatores de risco e proteção na prática clínica dos psicólogos, destacando a necessidade de intervenções para reduzir estressores profissionais e a importância do autocuidado. A gestão financeira, nesse contexto, aparece como uma ferramenta para reduzir os impactos dos riscos psicossociais, pois uma boa organização financeira pode proporcionar maior segurança e tranquilidade, permitindo que o profissional foque no cuidado de sua saúde mental e física. Além disso, a pesquisa aponta para a necessidade de desenvolvimento de habilidades sociais e práticas de manejo dos estressores, áreas nas quais a gestão financeira pode se integrar como um fator adicional de proteção, ajudando a reduzir a ansiedade e o estresse relacionados à instabilidade econômica, comum na atuação autônoma. Assim, este estudo preenche uma lacuna importante, oferecendo um olhar prático e contextualizado sobre como a gestão financeira pode ser estratégica na proteção da saúde psicossocial dos psicólogos clínicos autônomos. Este tema me atravessa pessoalmente pois desde que me formei em 2017 e iniciei a prática profissional no ano seguinte, já fui inserido na psicologia clínica autônoma; vivenciei basicamente todos os aspectos citados aqui neste pré-projeto de pesquisa, desde os riscos até o desenvolvimento dos fatores de proteção. Resolvo escolher um recorte – a gestão financeira – pois acredito que a partir dela se desenvolve outros fatores de proteção, como organização, qualidade de vida pessoal e familiar, além de maior sustentabilidade e manutenção do consultório autônomo, se este for o desejo do profissional. Meu desejo para essa e para futuras pesquisas é de que os psicólogos e profissionais de saúde em geral tenham mais ferramentas práticas para lidar com as lacunas que a graduação generalista não suporta, como o empreendedorismo e a gestão financeira autônoma. Espero, ainda, que com o desenvolvimento de um produto a partir dessa tese, possa percorrer as salas de aula de graduação em Psicologia e que possa servir de apoio transversal às disciplinas que tratam da prática profissional. Além disso, adiciono uma expectativa de, quem sabe um dia, lecionar uma disciplina voltada a essas angústias nos cursos de graduação em Psicologia e áreas afins – afinal, poderia, assim, conciliar ambas as áreas de atuação (Psicologia e Ciências Contábeis – em desenvolvimento).

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA PRELIMINAR

2.1 Riscos psicossociais e psicólogos: fatores de risco e de proteção ao desenvolvimento humano

No contexto dos psicólogos clínicos autônomos, seja no modelo home office ou presencial, é possível identificar diversos fatores de risco psicossociais que impactam sua saúde mental. Esses fatores incluem estressores físicos, sociais e psicológicos, que, segundo a literatura, podem resultar em prejuízos significativos, como transtornos cardiovasculares, ansiedade e depressão (Pimenta; Rodriguez, 2021).

Em um dos estudos revisados (Pimenta; Rodriguez, 2021), os psicólogos entrevistados relataram riscos como sobrecarga de trabalho, baixa remuneração, pressão para atender muitos pacientes, exposição excessiva às redes sociais e desafios relacionados à contratransferência — fenômeno no qual emoções pessoais do terapeuta interferem na prática profissional. Por outro lado, os fatores de proteção psicossociais são fundamentais para a promoção do bem-estar e da saúde mental desses profissionais. Destacam-se práticas de autocuidado, como mindfulness, atividades físicas, alimentação equilibrada e suporte social de amigos e familiares. Além disso, o chamado tripé terapêutico - que engloba supervisão clínica, estudo teórico e psicoterapia pessoal - tem sido apontado como uma abordagem para o fortalecimento emocional dos psicólogos. A definição de limites claros entre vida profissional e pessoal também surge como um mecanismo para prevenir o esgotamento e garantir a longevidade na carreira.

Para fins desta pesquisa, utilizaremos como sinônimos de risco psicossocial os termos **estresse laboral** (Hirschle; Gondim, 2020), **estresse ocupacional** (Duarte; Moraes, 2016) e **estresse psicossocial** (Vidal; Abreu; Portela, 2017) pois todos se referem aos impactos emocionais e físicos decorrentes do ambiente e das condições de trabalho, no que tange ao objeto do projeto.

2.2 Resiliência e regulação emocional

Utilizaremos nessa pesquisa as noções de resiliência (Sertori, 2021) e regulação emocional (Hirschle; Gondim, 2020) como possibilidades criativas aos psicólogos para lidarem com as inseguranças da autonomia profissional e consequentemente financeira. A regulação emocional é um fator de proteção essencial para o bem-estar mental e físico, pois permite lidar com emoções de forma adaptativa, reduzindo impactos negativos e potencializando experiências positivas. Trata-se de um processo de autorregulação que pode ocorrer tanto de

maneira automática quanto consciente, ajudando a equilibrar reações diante de estímulos emocionais (Hirschle; Gondim, 2020). A resiliência, por sua vez, é um processo dinâmico e influenciado por múltiplos fatores, incluindo características individuais, redes de apoio e contextos familiares. A interação entre risco e proteção ao longo da vida pode favorecer a adaptação e o enfrentamento de adversidades, demonstrando que a resiliência é construída e desenvolvida a partir das experiências e do suporte disponível (Sertori, 2021).

Diante de desafios, a regulação emocional e a resiliência auxiliam na separação entre vida profissional e pessoal, promovendo estratégias para reduzir o estresse e aumentar a flexibilidade mental. Identificar fontes de incômodo, utilizar suporte social e desenvolver soluções criativas são formas eficazes de aprimorar essa habilidade.

2.3 Dificuldades financeiras: educação e gestão financeira como possibilidades de intervenção

Ao refletir sobre os fatores de risco, os psicólogos enfrentam riscos financeiros significativos, especialmente aqueles que atuam como autônomos e estão nos primeiros anos da profissão. A baixa remuneração, a instabilidade na captação e manutenção de pacientes e os custos operacionais elevados, como aluguel de consultório e supervisão profissional, são realidades que não são reveladas de forma tão assertiva durante a graduação. A falta de educação financeira e o desconhecimento sobre gestão de carreira podem dificultar a construção de uma trajetória profissional a longo prazo, o que pode ocasionar estresse e predisposição a doenças ocupacionais. O excesso de trabalho também é um fator crítico, pois muitos profissionais acabam atendendo muitos pacientes para garantir renda suficiente, o que pode resultar em desgaste emocional e físico, comprometendo a qualidade do atendimento e aumentando o risco de burnout, por exemplo (Marques; Carlotto, 2023).

A síndrome de burnout é um dos principais riscos psicossociais para psicólogos, impactando a saúde do profissional, a eficácia do tratamento oferecido aos pacientes e a manutenção de seu projeto de vida. Fatores como idade, gênero, estado civil e experiência profissional também influenciam o risco de esgotamento. Mulheres, psicólogos mais jovens, solteiros e com menos de cinco anos de experiência tendem a apresentar maior vulnerabilidade. Além disso, a necessidade de constante atualização profissional e supervisão gera custos adicionais, tornando a estabilidade financeira ainda mais desafiadora. Assim, a adoção de estratégias de gestão de tempo, precificação adequada e autocuidado torna-se essencial para minimizar esses riscos (Marques; Carlotto, 2023).

Assim, como elencado acima que um dos fatores de risco está na dimensão socioeconômica dos psicólogos clínicos, é importante destacar que o contexto econômico atual impacta diversos profissionais autônomos, incluindo psicólogos, que frequentemente enfrentam desafios na organização de suas finanças, precificação de serviços e planejamento a longo prazo. Diante disso, o conhecimento sobre estratégias de administração financeira pode ser um fator protetivo para a estabilidade e sustentabilidade da prática profissional. Com o avanço da tecnologia, novas ferramentas têm sido desenvolvidas para auxiliar na gestão financeira. Aplicativos de controle de gastos, bancos digitais e plataformas de automação financeira permitem que os profissionais tenham um maior controle sobre suas finanças, facilitando a organização de receitas e despesas. Além disso, a inteligência artificial tem sido aplicada para oferecer sugestões personalizadas de economia, investimentos e gestão de fluxo de caixa, tornando o planejamento financeiro mais acessível e eficiente (Rodrigues; Freitas; Freitas, 2024).

A falta de educação financeira afeta, além da saúde mental dos indivíduos, algumas situações de endividamento. Como apontado por pesquisas, a inadimplência está diretamente ligada a sentimentos de ansiedade, insegurança e baixa autoestima (Rodrigues; Freitas; Freitas, 2024). Para profissionais da saúde, como psicólogos, esse fator se torna ainda mais relevante, pois muitos atuam como autônomos e precisam gerenciar sua renda de maneira estruturada para evitar instabilidade financeira e seus impactos emocionais (Pimenta; Rodriguez, 2021).

Diante desse cenário, a inclusão da educação financeira em diferentes áreas do conhecimento se mostra uma solução atualizada, contextualizada e com possibilidades de ampliação para vários contextos, inclusive durante as disciplinas ministradas na graduação em Psicologia e áreas afins. Para além das finanças pessoais, compreender os princípios básicos de planejamento financeiro e investimento pode auxiliar profissionais autônomos a manterem sua prática sustentável e a tomarem decisões mais seguras sobre seu futuro financeiro. A relação entre saúde mental e finanças é complexa: enquanto dificuldades financeiras podem intensificar transtornos psicológicos como ansiedade e depressão, problemas de saúde mental também podem comprometer a capacidade de gestão financeira, levando a decisões impulsivas ou à dificuldade de manter a estabilidade econômica. Esse ciclo é evidente em períodos de crise econômica, quando o aumento do desemprego e a redução do poder de compra geram insegurança e sobrecarga emocional. Assim, torna-se essencial adotar uma abordagem multidisciplinar, com economistas, psicólogos e formuladores de políticas públicas para desenvolver estratégias que minimizem os impactos negativos da instabilidade financeira na saúde mental. A implementação de programas de educação financeira, tanto em escolas quanto

em comunidades, pode fornecer ferramentas para os indivíduos lidarem melhor com os desafios econômicos e reduzir os níveis de estresse e ansiedade. Portanto, a interdependência entre diferentes áreas, como psicologia, administração, economia, contabilidade e políticas públicas, é importante para criar soluções que possam enfrentar essa intersecção entre crise econômica e saúde mental de maneira integrada (Goulart *et al.*, 2025).

A tabela 1, retirada na íntegra dos autores Goulart *et al.* (2025), apresenta os principais fatores de risco associados à instabilidade econômica e seus impactos na saúde mental, pontos que vão ao encontro do que a literatura já tem apontado nos tópicos anteriores – aqui, de modo mais detalhado e organizado. Nossa pesquisa pretende enfatizar, dos itens dessa tabela, a 1) baixa escolaridade financeira; 2) ambiente de trabalho estressante; 3) todos os impactos na saúde mental listados; 4) educação financeira e planejamento de gastos; capacitação em gestão financeira e promoção de bem-estar no ambiente de trabalho.

Tabela 1: Economia e Saúde Mental

FATORES DE RISCO	IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL	ESTRATÉGIAS DE MITIGAÇÃO
Desemprego	Aumento da ansiedade e depressão	Programas de apoio ao emprego
Endividamento	Estresse financeiro e exaustão emocional	Educação financeira e planejamento de gastos
Insegurança alimentar	Redução do bem-estar psicológico	Políticas de segurança alimentar
Baixa escolaridade financeira	Maior vulnerabilidade a transtornos emocionais	Capacitação em gestão financeira
Falta de acesso a serviços de saúde mental	Dificuldade no tratamento de transtornos mentais	Ampliação do acesso a serviços psicológicos
Ambiente de trabalho estressante	Síndrome de Burnout e insatisfação profissional	Promoção de bem-estar no ambiente de trabalho

Fonte: Autores, 2025.

Fonte: Goulart *et al.* (2025), p. 4.

A literatura existente, até o momento, não oferece ferramentas práticas ou soluções claras para a instabilidade financeira enfrentada pelos psicólogos, particularmente os autônomos que estão nos primeiros anos da profissão. Embora existam referências sobre a importância da educação financeira para o bem-estar geral, as pesquisas focadas especificamente na gestão financeira de psicólogos são escassas. Este vazio na literatura evidencia a relevância da presente pesquisa, que visa explorar como o aprimoramento das habilidades financeiras pode ser uma intervenção efetiva para reduzir os riscos financeiros e emocionais que esses profissionais enfrentam.

2.4 Psicodinâmica do trabalho

Como proposta de referencial teórico, pretende-se utilizar das noções presentes na Psicodinâmica do Trabalho, que propõe reflexões críticas entre a organização do trabalho e os processos de subjetivação. Nessa perspectiva, o trabalho é visto como a tentativa do sujeito de

preencher a lacuna entre o trabalho prescrito e o trabalho real, gerando sofrimento devido a imprevistos e desafios não previstos. Essa abordagem permite analisar como as condições de trabalho afetam a subjetividade dos profissionais, como no caso dos psicólogos autônomos, que enfrentam dificuldades financeiras e instabilidade na captação de pacientes. A psicodinâmica oferece interpretações sobre o sofrimento gerado por essas condições e abre possibilidades de intervenção, destacando a importância da escuta dos sujeitos e da transformação das práticas laborais, como a inclusão da educação financeira e estratégias de autocuidado (Junior; Oliveira; Matos, 2017).

3. METODOLOGIA

3.1 Definições Epistemológicas

Este estudo adota uma abordagem qualitativa de base construtivista, focada na compreensão das experiências de psicólogos autônomos, relacionando gestão financeira e estresse psicossocial. A pesquisa segue uma perspectiva interpretativa, considerando significados, contextos e implicações das vivências na prática clínica, entendendo a realidade como dinâmica e socialmente construída. A Psicodinâmica do Trabalho (PDT) ajudará a explorar a relação entre prazer e sofrimento no trabalho (Santos; Gomes; Santos; Medeiros, 2024), enquanto a fenomenologia e o materialismo histórico-dialético auxiliarão na análise das percepções individuais sobre condições de trabalho e saúde mental (Figueiredo, 2014).

3.2 Método de Pesquisa

Esta pesquisa adota uma abordagem qualitativa com delineamento exploratório-descritivo. O estudo é exploratório, pois investiga um tema com escassa literatura sobre as subcategorias e especificidades do problema proposto. A abordagem é descritiva, pois busca caracterizar e detalhar o fenômeno em questão. A escolha pela abordagem qualitativa justifica-se pelo interesse em compreender a fundo os significados e contextos relacionados à gestão financeira e ao estresse psicossocial dos psicólogos autônomos, permitindo uma interpretação detalhada e contextualizada dos dados (Sampieri; Collado; Lúcio, 2013). A pesquisa será conduzida por meio de revisão de escopo e entrevistas semiestruturadas, visando uma compreensão mais rica das experiências dos psicólogos.

3.3 Estratégia de Pesquisa

Este estudo será organizado em quatro partes. A primeira etapa consistirá em uma Revisão de Escopo sobre a gestão financeira e as dificuldades enfrentadas por psicólogos autônomos, visando mapear as evidências disponíveis na literatura sobre os principais desafios, estratégias e impactos dessa realidade profissional (Cordeiro; Soares, 2019). Na segunda parte, serão realizadas entrevistas com psicólogos autônomos, buscando compreender suas vivências, desafios e estratégias relacionadas à gestão financeira. A terceira parte do estudo consistirá na elaboração de um guia baseado nos achados da revisão e das entrevistas, reunindo informações práticas e acessíveis para auxiliar na organização financeira desses profissionais. Por fim, a quarta parte será dedicada à validação do guia, por meio de testes de usabilidade e de eficácia, avaliando sua aplicabilidade e impacto na rotina dos psicólogos autônomos.

O Grupo de Trabalho de Produção Técnica da CAPES (GT) tem como principal objetivo elaborar uma metodologia unificada para avaliar a produção técnica e tecnológica de todos os programas de pós-graduação. O produto é aquilo que o cliente recebe ao final de um processo de produção. Ele pode ser um bem material, que pode ser tocado e usado, ou um bem imaterial, como um conhecimento ou uma habilidade, que pode ser aplicado em diferentes contextos. O tipo de produto desse trabalho é um material didático, mais especificamente um guia, conforme definição da CAPES, um produto de apoio/suporte com fins didáticos na mediação de processos de ensino e aprendizagem em diferentes contextos educacionais (CAPES, 2019).

O desenvolvimento do guia de gestão financeira para psicólogos autônomos seguirá etapas estruturadas para garantir sua eficácia e aplicabilidade. Inicialmente, a análise do problema e do público-alvo permitirá identificar desafios e necessidades, seguida pelo desenvolvimento do conceito, fase de alta inovação e complexidade. A prototipação e o desenvolvimento técnico consolidarão o material, refinando ferramentas e estratégias para sua implementação. Testes e validação garantirão sua adequação antes do lançamento, que, apesar de menos complexo, será essencial para avaliar seu impacto. Em todas as etapas, a aplicabilidade do guia será alta, proporcionando um recurso prático para gestão financeira e redução do estresse psicossocial.

3.4 Hipóteses ou Pressupostos de Pesquisa

Hipótese 1: A falta de formação acadêmica em gestão financeira entre psicólogos autônomos contribui significativamente para o aumento do estresse psicossocial, afetando a saúde mental do profissional.

Hipótese 2: A implementação de uma gestão financeira eficaz entre psicólogos autônomos, por meio de um guia específico desenvolvido para esse fim, pode reduzir os níveis de estresse psicossocial.

Hipótese 3: O planejamento financeiro atua como fator de proteção contra os impactos negativos da instabilidade econômica, prevenindo o desenvolvimento de estresse psicossocial e promovendo um ambiente de trabalho mais saudável para psicólogos autônomos.

3.5 Definição e Operacionalização de Variáveis/Categorias

Variável	Definição Conceitual	Operacionalização
Falta de formação acadêmica em gestão financeira	Ausência de conteúdo de administração financeira na formação de psicólogos.	Análise da grade curricular e questionários sobre gestão financeira – percepções de psicólogos.
Estresse psicossocial	Tensão emocional e física gerada por demandas externas e internas no trabalho.	Aplicação de escalas psicométricas, testes psicológicos e entrevistas qualitativas.
Práticas eficazes de gestão financeira	Estratégias para organizar receitas, despesas, investimentos e tributos.	Questionários sobre uso de orçamento, reserva de emergência e planejamento tributário.
Guia de gestão financeira	Material didático e educativo, estruturado para otimizar a organização financeira de psicólogos autônomos.	Avaliação da adesão ao guia e impacto no estresse psicossocial pós-intervenção.
Planejamento financeiro	Organização financeira que garante previsibilidade de rendimentos e redução de riscos econômicos.	Estratégias práticas como controle de fluxo de caixa e metas financeiras.

3.6 Contexto da Pesquisa

Esta pesquisa será realizada com psicólogos clínicos autônomos, profissionais liberais que não possuem vínculo empregatício CLT ou concurso público, e que "vivem do consultório", ou seja, trabalham de forma independente, com clientes particulares ou de saúde suplementar (planos de saúde). O foco será em psicólogos registrados no Conselho Regional de Psicologia (CRP) em todo o Brasil, mas com especial atenção para os profissionais da região de Santa Catarina, onde o estudo será contextualizado.

Para a coleta de dados, inicialmente pretende-se realizar entrevistas semiestruturadas com uma amostra de aproximadamente 20 psicólogos autônomos, a qual pode ser ajustada conforme a resposta e a saturação dos dados (Minayo, 2017). A amostra será composta por profissionais em diferentes fases de carreira e localizações geográficas do estado de SC (em especial para a região de Florianópolis e Joinville). A captação dos participantes será realizada por meio de divulgação em redes sociais, grupos de discussão voltados para psicólogos clínicos

autônomos, contatos profissionais e, quando possível, através de associações e conselhos da categoria. Além das entrevistas individuais, será considerado o uso de um grupo focal com psicólogos da região de Santa Catarina, como uma ferramenta complementar para promover uma discussão mais aprofundada sobre os desafios e as necessidades do grupo. A definição do contexto da pesquisa está alinhada com os objetivos do estudo, pois busca entender as especificidades da prática dos psicólogos autônomos, contextualizando suas dificuldades financeiras e psicológicas dentro da realidade profissional.

3.7 Procedimentos de Coleta de Dados

Para a coleta de dados, serão utilizadas quatro abordagens principais, que serão combinadas conforme a necessidade e evolução do estudo: **Revisão de Escopo:** Será realizada uma revisão de escopo da literatura nacional e internacional sobre a gestão financeira, estresse psicossocial e as dificuldades enfrentadas por psicólogos clínicos autônomos. Bases de dados: Scopus, Pubmed, Web of Science e Scielo.; **Entrevistas Semiestruturadas:** Serão conduzidas entrevistas semiestruturadas com psicólogos clínicos autônomos. As entrevistas seguirão um roteiro, com perguntas abertas, permitindo uma exploração das experiências pessoais e profissionais dos participantes; **Grupo Focal** (se necessário): Caso se identifique a necessidade de um aprofundamento maior nas discussões sobre as dificuldades enfrentadas pelos psicólogos autônomos, será realizado um grupo focal com psicólogos da região de Santa Catarina.

3.8 Análise e Interpretação dos Dados

A análise dos dados será conduzida por meio da Análise Fenomenológica Interpretativa (AFI), que busca compreender a experiência vivida pelos participantes e os significados atribuídos a ela (Tombolato & Santos, 2020). Nesse sentido, a experiência ou vivência é analisada em sua profundidade, considerando a maneira como os indivíduos atribuem significados às suas realidades. A AFI permite captar a complexidade da experiência vivida, indo além de categorizações pré-definidas e considerando a subjetividade dos participantes (Tombolato & Santos, 2020). A pesquisa será submetida à aprovação do Comitê de Ética da UDESC, garantindo conformidade com as diretrizes éticas estabelecidas pelo Conselho Nacional de Saúde, conforme as Resoluções nº 466/12, nº 510/16 e suas complementares. Todos os participantes assinarão o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), assegurando o respeito à privacidade, à confidencialidade das informações pessoais e ao sigilo dos dados coletados, em conformidade com a Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD – Lei 13.709/18).

Os resultados da pesquisa serão disponibilizados aos participantes por meio do produto final desenvolvido.

3.8 Possibilidades e Limitações Previstas

Como psicólogo clínico autônomo, tenho uma compreensão prática das dinâmicas da profissão, o que me permite acessar facilmente a rede de contatos de psicólogos e profissionais da área. A familiaridade com os desafios enfrentados pelos colegas facilita a aproximação e o estabelecimento de confiança, podendo resultar em uma maior disposição dos participantes para compartilhar suas experiências. Meu envolvimento direto na prática clínica autônoma me proporciona uma visão realista dos desafios financeiros e emocionais enfrentados pelos psicólogos, assim, posso formular perguntas mais precisas e pertinentes nas entrevistas e grupos focais. A amostra de psicólogos autônomos pode ser limitada em termos de diversidade de contextos, visto que os desafios financeiros podem variar conforme a localização geográfica, o porte do consultório e o perfil dos clientes atendidos. Além disso, a natureza qualitativa da pesquisa pode dificultar a generalização dos resultados para toda a categoria. Psicólogos autônomos podem ter uma agenda cheia, o que pode dificultar a disponibilidade para participar das entrevistas, grupos focais ou preenchimento de questionários.

4- CRONOGRAMA

<i>Ano</i>	<i>Período</i>	<i>Atividades</i>
2025-2026	Agosto a julho	Concepção e planejamento: definição do tema, revisão inicial, elaboração do projeto, submissão ao CEP e início da coleta de dados preliminares. Desenvolvimento da metodologia (AFI, revisão de escopo, entrevistas, grupo focal). Qualificação do projeto de tese.
2026-2027	Agosto a julho	Coleta e análise de dados: realização da coleta principal (revisão de escopo, entrevistas, grupo focal) e análise utilizando a AFI. Elaboração dos resultados preliminares.
2027-2028	Agosto a julho	Desenvolvimento do guia e redação da tese: criação do guia de gestão financeira para psicólogos autônomos. Redação da tese, revisão por pares.
2028-2029	Agosto a julho	Defesa, publicação e divulgação: defesa da tese, ajustes finais, publicação e divulgação dos resultados (artigos, evento). Divulgação do guia de gestão financeira para psicólogos autônomos e para faculdades de Psicologia.

5- REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. Portaria nº 1.419, de 27 de agosto de 2024. Aprova a nova redação do capítulo “1.5 Gerenciamento de riscos ocupacionais” e altera o “Anexo I - Termos e definições” da Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1) - Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais. **Diário Oficial da União**, Seção 1, 28 ago. 2024.
- CORDEIRO, L.; SOARES, C. B. Revisão de escopo: potencialidades para a síntese de metodologias utilizadas em pesquisa primária qualitativa. **BIS. Boletim do Instituto de Saúde**, v. 20, n. 2, p. 37-43, 2019.
- DUARTE, L. C. B.; MORAES, T. D. Saúde mental de psicólogos atuantes em serviços de atenção primária à saúde. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, v. 7, n. 2, p. 123-146, dez. 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072016000200008&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 18 mar. 2025.
- FIGUEIREDO, L. C. M. **As matrizes do pensamento psicológico**. 20 ed. Rio de Janeiro: Editora Vozes, 2014.
- GOLLAC, M.; BODIER, M. Mesurer les facteurs psychosociaux de risque au travail pour les maîtriser: rapport du college d’expertise sur le suivi des risques psychosociaux au travail, faisant suite à la demande du Ministre du Travail, de l’Emploi et de la Santé. Ministre du Travail, de l’Emploi et de la Santé, 2011. Disponível em: https://travail-emploi.gouv.fr/IMG/pdf/rapport_SRPST_definitif_rectifie_11_05_10.pdf.
- GOULART, M. J. B. et al. "ECONOMIA E SAÚDE MENTAL: O IMPACTO DA INSTABILIDADE FINANCEIRA NO BEM-ESTAR PSICOLÓGICO." **Revista CPAQV- Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida** 17.1 (2025): 7-7.
- HIRSCHLE, A. L. T.; GONDIM, S. M. G. Estresse e bem-estar no trabalho: uma revisão de literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 7, p. 2721–2736, jul. 2020.
- JUNIOR, S. D. G.; OLIVEIRA, V. R. de; MATOS, A. A. Precarização do trabalho e efeitos subjetivos: interlocuções entre práticas de pesquisa. **Rev. psicol. polít.**, São Paulo, v. 17, n. 39, p. 304-317, ago. 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-549X2017000200009&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 18 mar. 2025.
- MARQUES, V.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout em psicólogos: preditores sociodemográficos e laborais. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 19, n. 2, p. 135-141, dez. 2023. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872023000200135&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 17 mar. 2025. DOI: 10.5935/1808-5687.20230017.

MINAYO, M. C. S.. Amostragem e saturação em pesquisa qualitativa: consensos e controvérsias. **Revista Pesquisa Qualitativa**, [S. l.], v. 5, n. 7, p. 1–12, 2017. Disponível em: <https://editora.sepq.org.br/rpq/article/view/82>. Acesso em: 15 mar. 2025.

MOTERLE, S.; WERNKE, R.; JUNGES, I. Conhecimento sobre gestão financeira dos dirigentes de pequenas empresas do Sul de Santa Catarina. **RACE, Revista de Administração, Contabilidade e Economia**, Joaçaba: Ed. Unoesc, v. 18, n. 1, p. 31-56, jan./abr. 2019. Disponível em: <https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/race>.

PIMENTA, C. S. S. E.; RODRIGUEZ, S. Y. S. Fatores de risco e de proteção à saúde mental de psicólogos clínicos. **Trabalho (En)Cena**, v. 6, n. Contínuo, p. e021013, 2021. DOI: 10.20873/2526-1487e021013. Disponível em: <https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/10437>. Acesso em: 17 mar. 2025.

RODRIGUES, A.; FREITAS, C. R.; FREITAS, C. L. Educação financeira para jovens e adultos: um estudo sobre conhecimento, endividamento e impacto psicossocial. **Revista de Gestão e Secretariado**, v. 15, n. 10, p. e4353, 2024. DOI: 10.7769/gesec.v15i10.4353. Disponível em: <https://ojs.revistagesec.org.br/secretariado/article/view/4353>. Acesso em: 18 mar. 2025.

SAMPIERI, R. H.; COLLADO, C. F.; LÚCIO, P. B. **Metodologia de pesquisa**. 5ª ed. Porto Alegre: Penso, 2013.

SANTOS, C. C. A.; GOMES, N. R.; SANTOS, K. O. B.; MEDEIROS, A. M. Avaliação dos aspectos psicossociais do trabalho no Brasil no contexto da saúde do trabalhador: uma revisão de escopo. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 49, p. e9, 2024. DOI: 10.1590/2317-6369/38122pt2024v49e9. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2317-6369/38122pt2024v49e9>.

SANTOS-VITTI, L.; FARO, A.; BAPTISTA, M. N. Fatores de risco e proteção e sintomas de depressão na adolescência. **Psico**, v. 51, n. 4, p. 1-11, out./dez. 2020.

SERTORI, N. M. **Fatores de risco e proteção** - alguns aspectos: a resiliência como fator de proteção. UNICEPLAC, Gama, DF, 2021.

TOMBOLATO, M. A.; SANTOS, M. A. Análise Fenomenológica Interpretativa (AFI): fundamentos básicos e aplicações em pesquisa. **Rev. Abordagem gestalt.**, Goiânia, v. 26, n. 3, p. 293-304, dez. 2020.

VIDAL, J. M.; ABREU, A. M.; PORTELA, L. F. Estresse psicossocial no trabalho e o padrão de consumo de álcool em trabalhadores offshore. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 33, n. 6, p. e00116616, 2017.