Embargo:

Principais Conclusões:

21.00 horas de 2-10-12

Estudo Completo:

24 horas de 2-10-12

O Impacto da Crise
no Bem-estar dos Portugueses

SEDES

1 de Outubro de 2012

Patrocinadores:

JERÓNIMO MARTINS Deloitte. JOGOS SANTACASA Fidelidade Mundial

Apresentação

A SEDES procura analisar questões de relevância nacional e com este trabalho — **"O Impacto da Crise no Bem-estar dos Portugueses"—** aprofunda o estudo dos problemas que cada cidadão enfrenta no seu dia-a-dia.

Pensamos que é um trabalho muito relevante, tanto para a elaboração das políticas públicas, como para as empresas que lidam com milhares de pessoas todos os dias. Saber como os Portugueses se sentem, como reagem à crise e os factores que afectam o seu bem-estar é um estudo meritório em si mesmo, para além de útil, naturalmente.

Este estudo só foi possível pela generosidade de patrocinadores. Desde logo, a "Jerónimo Martins", mas também a "Deloitte", a "Jogos Santa Casa" e a "Fidelidade Mundial" a quem agradecemos. A SEDES agradece ainda o preço, particularmente simpático, de elaboração do trabalho pela "Fora da Caixa, Estudos para Gestão, Marketing e Comunicação" e pela "BestForecast", que fez o trabalho de campo.

Se a generosidade dos apoios é sempre de louvar, em tempos de grave crise esses patrocínios são, além disso, uma prova de consciência social que nos apraz registar. Sem eles o trabalho da SEDES não se teria realizado.

Agradecemos ainda aos *media partners*: SIC-N e Diário de Notícias.

Luís Campos e Cunha

(Presidente da SEDES)

30-09-2012

O impacto da crise no bem-estar dos Portugueses

Pesquisa realizada para a Sedes

Fora da Caixa, Estudos para Gestão,
Marketing e Comunicação, Lda.

O impacto da crise no bem-estar dos Portugueses

Introdução

Num País particularmente afectado por uma Crise que, como sabemos, é tanto financeira como social, a SEDES quis saber como a população portuguesa está a viver este momento, designadamente:

1. Ir além da temática do desemprego e procurar avaliar o seu impacto nos lares dos portugueses;

2. Identificar as grandes áreas onde estão a ser efectuados os "cortes" para equilibrar a despesa das famílias – com que prioridade e quais as variáveis que influenciam os "cortes" realizados;

3. Delinear a "face oculta" da crise: o seu impacto na saúde (física e mental), nos relacionamentos interpessoais e na satisfação global com a vida;

4. Perceber a expectativa dos portugueses face às políticas orçamentais do Governo e o seu comprometimento com as medidas propostas/ co-responsabilização assumida face à situação actual.

Pretendeu-se, a par de recolher informação objectiva sobre o período que vivemos (em termos de comportamentos) fazer também uma abordagem inicial ao bem-estar subjectivo da população portuguesa e retirar algumas conclusões sobre o que o afecta.

Utilizámos como definição de bem-estar subjectivo aquilo que os próprios indivíduos assumem ser uma "vida boa" (independentemente do que isso abarca ou significa). Trata-se de uma definição "democrática", na medida em que dá a cada indivíduo a possibilidade e o direito de decidir se a sua vida é satisfatória para si próprio da forma como "é".

Esta abordagem na definição de "vida boa" ou "qualidade de vida" tem vindo a ser referida na literatura técnica como "bem-estar subjectivo"(Subjective Well Being – SWB) ou, mais coloquialmente, como "felicidade": "O bem-estar subjectivo refere-

se às avaliações que os indivíduos fazem das suas vidas – avaliações estas que são tanto afectivas como cognitivas. As pessoas experienciam bem-estar subjectivo (na sua valência positiva) quando vivem muitas emoções positivas e poucas emoções negativas, quando estão envolvidas em actividades interessantes, quando experienciam muitas situações de prazer e poucas de dor, quando estão satisfeitas com as suas vidas. Outros aspectos podem ser levados em conta, com impacto quer na valorização da vida quer na saúde mental, mas o bem-estar subjectivo refere-se à avaliação que as pessoas fazem das suas próprias vidas". (Ed Kiener, 2000).

Porquê utilizar como "pano de fundo" uma abordagem de bem-estar subjectivo?

Porque, embora o "bem-estar subjectivo" seja, por definição, subjectivo, as suas expressões podem ser psicológicas e fisiológicas. E estas têm impacto na sociedade:

> Por exemplo, sabemos que o SWB se correlaciona positivamente com a depressão (Moum, 1996, sustenta que avaliações negativas de satisfação com a vida são preditoras de suicídios nos 5 anos seguintes). E que medidas de depressão (como a qualidade do sono e a dificuldade em encontrar energia e entusiasmo para realizar as tarefas solicitadas) estão altamente correlacionadas com a (in)satisfação com a vida.
>
> Um estudo de Steptoe, Wardle & Marmot (2005) estabeleceu uma correlação inversa entre o bem-estar e a produção de cortisol, uma hormona cuja produção está relacionada com o risco de obesidade, hipertensão e doenças autoimunes, tendo concluído que "A diferença média de 32,1% no cortisol, entre o nível mais baixo e o nível mais elevado de felicidade, é substancial e constitui um risco para a saúde se persistir ao longo de meses ou anos."
>
> Além disso, os indivíduos que relatam maior satisfação com a sua vida são menos propensos a ficar doentes e recuperam mais rapidamente das doenças do que aqueles que relatam uma menor satisfação (Cohen et al, 2003, e Kiecolt-Glaser, McGuire, Robles & Glaser, 2002).

Ainda no âmbito do bem-estar subjectivo, interessou à SEDES, no contexto desta pesquisa junto da população portuguesa, **validar** as conclusões de Brickman & Campbell (1971), que sustentam que o **desemprego é uma das circunstâncias que escapam à tendência dos indivíduos para uma *neutralidade hedonista***, isto é - os seus efeitos negativos sobre o bem-estar têm uma elevada persistência ao longo da vida futura:

> Estes autores advogam que as pessoas se adaptam de acordo com aquilo a que chamaram uma "passadeira hedonista": à medida que aumentam as suas conquistas e "posses"/bens, também aumentam as suas aspirações. Assim, rapidamente se adaptam a um novo nível, que já não os faz mais felizes. Da mesma forma, as pessoas ficam infelizes face a acontecimentos negativos, mas rapidamente se adaptam, deixando estes acontecimentos de os tornar infelizes. Na base deste raciocínio está a premissa segundo a qual, a longo

> prazo, as pessoas tendem para uma *neutralidade hedonista*. Foram, contudo, identificadas algumas circunstâncias como tendo um efeito mais permanente, ou seja não apenas transitório – os efeitos do desemprego (e o mal estar daí resultante) - não se desvanecem completamente com o tempo (Lucas, Clark, Georgellis & Diener, 2004).

Um outro tema que nos propusemos validar é o do **efeito da incerteza** (mais concretamente da ansiedade que gera) sobre os comportamentos, designadamente nos cortes realizados pelas famílias portuguesas para equilibrar o seu orçamento…

> Na sua análise de uma pesquisa realizada em oito mercados (Japão, Rússia, Estados Unidos, Inglaterra, Espanha, Canadá, Brasil e Austrália) a JWT refere que "o que foi quase universal foi que mesmo os consumidores não directamente afectados pela recessão começaram a tomar precauções, impulsionados pela ansiedade acerca do futuro. Ao deparar-se com acontecimentos fora do seu controle os consumidores começam a procurar exercer controle sobre o que lhes é mais próximo – mesmo que não tenham sido directamente afectados por estes acontecimentos. (…) Planeiam as suas compras em função dos locais e das ocasiões que lhes permitem obter melhores negócios (promoções, cupões de desconto), restringem as suas despesas (férias mais baratas, adiamento de compras de maior investimento) e compram produtos mais baratos". (JWT Anxiety Index, Quarterly, Spring 2009).

Assim, num momento em que muito se fala, discute e debate sobre questões de muito largo espectro, dificilmente apreensíveis pelo cidadão comum, **quisemos identificar comportamentos e avaliar os sentimentos.**

Quisemos saber o que estão os portugueses a "fazer" para lidar com a crise. **E quem faz o quê, e em que medida.**

Sendo o desemprego um dos aspectos teorizados como tendo maior impacto (e mais duradouro) no bem-estar subjectivo, debruçámo-nos sobre ele.

Da mesma forma, sendo a **sensação de impotência** um outro gerador de mal-estar subjectivo, foi propósito desta pesquisa perceber como encaram os portugueses as medidas tomadas e quais as suas expectativas sobre a sua eficácia.

Finalmente, procurámos **aprofundar questões com impacto no bem-estar subjectivo**: a qualidade do sono, a energia, o stress, as relações pessoais, o tempo dedicado ao lazer.

Esperamos, com a informação assim recolhida, dar uma primeira "imagem" de como se sentem os portugueses hoje.

Porque a forma como se sentem não é indiferente e merece ser conhecida.

E porque a forma como se sentem hoje afecta directa e objectivamente o Portugal de amanhã.

Índice

Introdução 4

Índice 8

Principais Conclusões 9

Metodologia 18

Universo 18

Amostra 18

1. Os Portugueses hoje – o Espectro do Desemprego 19

2. Onde os Portugueses "cortam" 24

3. Como se sentem os Portugueses 33

Stress 33

Sono e Energia 36

Relacionamentos Pessoais 40

4. Atitude face à situação actual e percepção da eficácia das medidas tomadas pelo Governo 42

5. Satisfação com a Vida 47

Anexo 1 – Caracterização da Amostra 50

Anexo 2 - Os Portugueses hoje – o Espectro do Desemprego 53

Anexo 3 - Onde os Portugueses "cortam" 63

Anexo 4 – Como se sentem os Portugueses 79

Anexo 5 – Atitude face à situação actual e percepção da eficácia das medidas tomadas pelo Governo 87

Anexo 6 – Satisfação com a Vida 90

Principais Conclusões

1/5 dos lares portugueses foram afectados pelo desemprego.

- 19% dos respondentes referem que um dos elementos do seu agregado familiar está desempregado, 3% antecipam que o desemprego vá ocorrer em breve e também 3% encaram a possibilidade de desemprego, podendo estas situações ocorrer em simultâneo. Assim, de acordo com a nossa amostra, 21% dos agregados familiares portugueses vivem uma situação profissional instável no que respeita ao seu rendimento, por um ou mais dos seus elementos estarem desempregados ou por viverem uma situação de incerteza relativamente à manutenção da remuneração da sua actividade profissional.

- O desemprego, assim como a instabilidade profissional, afecta mais os inquiridos residentes nas regiões do Litoral Norte e do Algarve, as mulheres, os mais velhos (com idades compreendidas entre os 45 e os 64 anos) e os que pertencem à classe média (C1/C2).

- Quase metade dos inquiridos desempregados (46%) estão sem ocupação profissional há mais de um ano, ou seja – são desempregados de longa duração. Destes, quase metade (22% dos desempregados) são-no há mais de 2 anos, isto é, não recebem qualquer apoio do Estado.

- A maioria (61%) dos inquiridos desempregados não acredita vir a conseguir, em breve, encontrar um emprego ou ocupação remunerada semelhante à que tinha. Esta descrença cresce com a antiguidade do desemprego a partir de um ano (quando se atinge o período a partir do qual se considera desemprego de longa duração).

    - Comparando estes resultados com os do Flash Eurobarometer Survey - FES[1], de Dezembro de 2011, cujo objectivo é recolher as opiniões dos

[1] Flash EuroBarometer 338 - TNS Political & Social – "Monitoring the social impact of the crisis: public perceptions in the European Union" (wave 6) - pesquisa realizada pelo Directorate-General for Employment, Social Affairs and Inclusion.

cidadãos europeus sobre o impacto da crise económica actual, constata-se que 74% dos portugueses auscultados[2] vêem como improvável encontrar um emprego rapidamente, na eventualidade de ficarem desempregados, valor apenas suplantado pelo da Grécia e pelo de Chipre. Os valores encontrados nessa pesquisa e os do nosso estudo são semelhantes em magnitude.

- **Nos lares portugueses, os "cortes" começam pelas actividades de lazer (cerca de 32%). Segue-se uma redução na despesa com os bens de consumo essenciais (despesas com alimentação, água, electricidade e gás): são referidos cortes nas despesas com esta rubrica em 30% dos lares.**

  - A terceira rubrica que revela maior magnitude em termos de redução para equilibrar a despesa é a que se refere aos gastos com a saúde (cerca de 22%), surgindo os cortes nas despesas com a educação dos filhos como último reduto (apenas cerca de 5% da população assume ter realizado reduções nesta categoria de despesas).

    - De acordo com o F.E.S., 13% dos portugueses assumem que se tornou muito mais difícil fazer face às despesas de saúde - suas e do seu agregado familiar – e 33% que se tornou algo mais difícil fazê-lo. Chamamos aqui a atenção para que, embora as questões colocadas tenham sido algo diferentes – "cortes" realizados versus capacidade para fazer face às despesas – a magnitude dos valores encontrado ser semelhante.

    - O F.E.S. não inclui uma questão específica sobre a educação dos filhos, mas aborda a temática da capacidade para fazer face aos cuidados com estes (*childcare*) nos últimos 6 meses, constatando-se que 10% dos portugueses entrevistados assumem que se tornou muito mais difícil ou mais difícil fazer face a estas despesas, número que

[2] No F.E.S. esta questão foi colocada ao total da amostra. No nosso estudo foi colocada à sub-amostra de desempregados. Os resultados não são directamente comparáveis, já que endereçam populações distintas e se referem a amostras de dimensão diferente.

cresce para 50% junto daqueles para quem esta questão faz sentido (indivíduos com filhos que recorrem a entidades externas como fornecedores destes serviços). Constatamos de novo que estes resultados e os que obtivemos com o nosso estudo estão alinhados em magnitude.

- Verificamos também que os cortes nas despesas com a educação dos filhos são crescentes com o tempo de desemprego, sendo assumidos por cerca de 22% dos respondentes desempregados há mais de 2 anos.

Os "cortes" realizados nestas várias rubricas são menos referidos pelos indivíduos que não foram afectados pelo desemprego e mais referidos tanto pelos já afectados pelo desemprego como pelos que assumem vir a sê-lo, traduzindo, neste último caso, uma redução do consumo por antecipação.

- Cerca de 25% do total da amostra assume ter reduzido o **tempo** dedicado ao lazer. Os desempregados e os que antecipam vir a sê-lo são quem mais reduziu o tempo dedicado a actividades desta natureza (33% e 35%, respectivamente).

- Para uma parte significativa da amostra (32%), também a **natureza** das actividades de lazer sofreu alterações no sentido da redução das despesas com o lazer, independentemente da estabilidade ou instabilidade da sua situação profissional.

A análise destes dados sugere então uma predisposição para um menor consumo em geral que, à luz do F.E.S. , podemos assumir que terá como alicerces a percepção do empobrecimento e o medo do futuro, e que se traduz em cortes em todas as rubricas consideradas por parte de toda a população, agravada quando se trata de indivíduos desempregados ou que antecipam a possibilidade de desemprego.

- Segundo o F.E.S.:
    - 22% dos portugueses assumem-se nada confiantes ou não muito confiantes em que conseguirão manter o seu emprego nos próximos 12 meses;
    - 17% assumem que, em algum momento nos últimos 12 meses, não tiveram dinheiro para comprar comida ou outros itens básicos de consumo;

- 46% reconhecem haver um risco elevado ou moderado de, nos próximos 12 meses, não terem dinheiro para comprar comida ou outros itens básicos de consumo;
- 5% assumem não estar a ser capazes de pagar algumas ou muitas das despesas do lar ou compromissos de crédito assumidos;
- 64% reconhecem um risco elevado ou moderado de não poder fazer face a uma despesa inesperada de 1.000€ nos próximos 12 meses;
- 56% dos que pagam uma renda ou uma hipoteca reconhecem um risco elevado ou moderado de, nos próximos 12 meses, não poder honrar os compromissos assumidos com a sua habitação e 10% dizem ser provável ter que deixar a sua casa nos próximos 12 meses por não conseguir continuar a suportar essa despesa – número que mais do que duplicou face ao anterior período de avaliação;
- 58% dos indivíduos com crédito ao consumo referem um risco elevado ou moderado de não poder pagar os empréstimos ao consumo que contraíram;
- E 66% são da opinião de que a sua situação financeira piorará nos próximos 12 meses – valor em que Portugal é apenas superado pela Grécia.

- Em linha com estes dados, verificámos no nosso estudo que 5% da amostra não afectada pelo desemprego afirma não poder fazer face às despesas contraídas para a sua habitação (empréstimos e rendas), estando subjacente um decréscimo no rendimento disponível das famílias, independente da situação de emprego/desemprego.
- Esta incapacidade cresce para cerca de 15% junto dos indivíduos afectados pelo desemprego e para 13% junto daqueles que o antecipam, sendo eminente junto de cerca de 8% dos desempregados e tida como uma possibilidade por cerca de 10% dos indivíduos que antecipam vir a ficar desempregados.

Para além do impacto financeiro, a actual crise está a influenciar o bem-estar psicológico de muitos portugueses.

- Quase metade dos portugueses inquiridos assumem vivenciar níveis elevados de stress/pressão - 12% referiram sentir-se muito pressionados/stressados e 35% algo pressionados/stressados - em consequência da actual crise.

- Referem níveis mais elevados de stress: os portugueses que residem nas regiões do Litoral Norte, do Grande Porto, do Alentejo e do Algarve, as mulheres, os indivíduos com idades entre os 35-44 anos os que têm mais de 55 anos. Constata-se ainda que o stress vivenciado é superior nas classes socioeconómicas média e média baixa.

- A situação de desemprego gera também níveis de stress mais elevados: 55% dos respondentes desempregados referem níveis elevados de stress (versus 47% no total da população).

- Na sub-população dos inquiridos desempregados, o número de pessoas que refere níveis elevados de stress – "muito pressionado/stressado" aumenta com a duração do desemprego, atingindo 48% nos desempregados há mais de 2 anos.

- Os agregados familiares afectados pelo desemprego registam níveis de stress superiores.

- Os agregados familiares que antecipam vir a ser afectados pelo desemprego registam tendencialmente níveis de stress mais elevados do que os já afectados pelo desemprego, corroborando estes resultados a enorme importância do factor incerteza na geração de ansiedade.

38% dos portugueses assumem não dormir bem.

- As dificuldades ao nível do sono são mais frequentemente referidas pelos respondentes residentes nas regiões do Litoral Norte, Grande Porto e Algarve, pelos que têm idades compreendidas entre os 25-34 anos e pelos que têm mais de 55 anos e pelos que pertencem às classe sociais mais baixas (D/E).

- Os inquiridos desempregados tendem a dormir pior (41% referem não dormir bem versus 38% no total da população). Junto desta sub-população, a qualidade do sono tende a deteriorar-se a partir dos 2 anos de duração do desemprego.

Quase ¼ dos portugueses (24%) sentem falta de energia, dificuldade em se levantar de manhã e relutância em dar início às suas tarefas diárias.

- A falta de energia e de motivação para iniciar o dia é mais referida pelos inquiridos residentes no Litoral Norte, Alentejo e Algarve, pelas mulheres,

pelos indivíduos mais velhos (com mais de 55 anos) e pelos indivíduos de classes socioeconómicas mais baixas (D/E).

- Referem mais frequentemente baixos níveis de energia/motivação os indivíduos que integram agregados familiares afectados pelo desemprego e, ainda mais frequentemente do que estes, os que fazem parte de agregados familiares que antecipam vir a sê-lo.

A actual conjuntura económica é tida como estando na origem de uma quebra na qualidade dos relacionamentos pessoais por parte de 18% dos portugueses.

- Esta quebra é superior junto dos respondentes que têm idades compreendidas entre os 25 e os 34 anos e junto dos pertencentes às classes socioeconómicas mais altas (A/B).

- A crise é ainda mais frequentemente percebida como tendo afectado de forma negativa as relações pessoais dos desempregados (22% referem esta ocorrência versus 18% do do total da população), e em particular quando a duração do desemprego é superior a 1 ano (37,5% dos desempregados entre há um e há 2 anos referem que as suas relações pessoais se deterioraram).

- O impacto negativo da crise nas relações pessoais acentua-se também nos agregados familiares afectados pelo desemprego e dos que antecipam vir a sê-lo (sendo tendencialmente superior junto destes últimos).

17% dos portugueses atribuem à crise um impacto positivo nas suas relações pessoais.

- Esta perspectiva é mais comum por parte dos inquiridos residentes no Litoral Norte e no Grande Porto e por parte dos que têm até 44 anos.

52% dos portugueses afirmam "sentir-se revoltados com a situação actual, não se sentir responsáveis por ela, achar que os culpados deveriam ser punidos, não se conformar e estar a lutar para a mudar".

- A situação de desemprego agrava a atitude de revolta: 62% dos inquiridos desempregados assumem-se revoltados com a presente situação, tendendo o número de "revoltados" a crescer com a antiguidade do desemprego.
- Semelhante sentimento de revolta é relatado pelos indivíduos que fazem parte de agregados familiares que, apesar de não estarem a ser afectados actualmente pelo desemprego, antecipam vir a sê-lo.
    - A este propósito convirá mencionar que, de acordo com o F.E.S., 28% dos portugueses acreditam que vão receber, no momento da sua reforma, uma pensão mais baixa do que esperavam, 23% acham que vão ter que poupar mais para ter a pensão que esperavam e 22% crêem que vão ter que se reformar mais tarde para poder ter a pensão que esperavam; sendo que 78% se assumem muito ou bastante preocupados com o facto de a pensão que irão receber não lhes permitir, na sua velhice, viver com dignidade – número, mais uma vez, em que Portugal é apenas suplantado pela Grécia.

Em contrapartida, 45% dos portugueses afirmam "estar resignados com a situação, achar que não há outra solução, achar que temos que passar por isto e que não podem ou não adianta fazer mais nada".

- Esta atitude é mais frequentemente assumida pelos inquiridos que integram agregados familiares não afectados pelo desemprego e que não antecipam vir a sê-lo, pelos residentes no Interior e no Alentejo, pelos mais jovens (18-24 anos) e pelos mais velhos (com mais de 65 anos) e pelos pertencentes às classes socioeconómicas mais baixas (D/E).

A maioria dos portugueses (60%) assume-se confiante de que esta fase irá ser ultrapassada em breve, mas 39% não acreditam nos esforços que lhes estão a ser exigidos, nem na eficácia das medidas de austeridade que lhes foram impostas.

- A percepção da ineficácia das medidas de austeridade adoptadas é mais referida pelos respondentes que residem no Interior, pelos mais velhos (55-64 anos) e pelos pertencentes à classe média (C1/C2).

- O cepticismo relativamente às medidas tomadas é, ainda, superior junto dos desempregados há menos de 6 meses e há mais de 2 anos, sugerindo "picos" nas expectativas em relação ao futuro em função do tempo de desemprego e também superior junto dos indivíduos que integram agregados familiares que, não vivendo presentemente uma situação de desemprego, antecipam essa circunstância.

30% dos portugueses assumem-se insatisfeitos com a sua vida.

- Esta insatisfação é mais comum junto dos portugueses que residem no Algarve, dos que são do sexo feminino, dos que têm mais de 55 anos e dos que pertencem às classes socioeconómicas mais baixas.

- Os inquiridos desempregados estão também mais insatisfeitos (45% referiram estar "Não muito satisfeitos"/"Nada satisfeitos" versus 30% no total da amostra), sendo de realçar a diferença na "magnitude" da insatisfação: 50% dos desempregados há menos de 6 meses assumem-se "não muito satisfeitos" com a sua vida e 38% dos desempregados há mais de 2 anos assumem-se como "nada satisfeitos" com a sua vida.

- A insatisfação com a vida é mais frequente junto dos agregados familiares que vivem actualmente uma situação de desemprego, mas também junto dos antecipam vir a vivê-la em breve, sendo contudo superior junto destes últimos, corroborando, mais uma vez, o impacto da ansiedade gerada pela incerteza no bem-estar de quem a experiencia.

- A satisfação com a vida por parte dos desempregados decresce tendencialmente com a antiguidade do desemprego, reforçando a importância deste factor na manutenção do bem-estar subjectivo.

- O período de desemprego “entre 6 meses e 1 ano” revela-se atípico no que à satisfação diz respeito: seguindo-se a uma fase inicial de maior insatisfação, neste período a satisfação com a vida cresce, para voltar a decrescer nos períodos subsequentes, reforçando a premissa da teoria da “passageira hedonista” segundo a qual os indivíduos se adaptam a acontecimentos negativos, tendendo para uma “neutralidade” hedonista. O facto de a insatisfação voltar a crescer nos períodos subsequentes corrobora também as conclusões encontradas, segundo as quais os efeitos do desemprego (o mal estar daí resultante) - não se desvanecem com o tempo, pelo menos completamente (Lucas, Clark, Georgellis & Diener, 2004).

Parecem estar a ser mais agudamente afectados pela crise (nas várias medidas aqui consideradas): as mulheres, os mais velhos (mais de 55 anos), os indivíduos mais pobres (classes socioeconómicas D e E) e os residentes nas regiões do Litoral Norte, Grande Porto e Algarve.

Não obstante tudo o que se passa à sua volta, cerca de 70% dos portugueses continuam a assumir-se satisfeitos com a sua vida.

- Revelam maior satisfação com a vida os respondentes que residem nas regiões do Interior e do Alentejo, os que são do sexo masculino, os mais jovens (18-24 anos) sendo a satisfação com a vida tendencialmente decrescente com a idade, os que são solteiros e os de classe socioeconómica mais elevada (A/B).

- 55% dos portugueses desempregados assumem-se satisfeitos ou muito satisfeitos com a sua vida, o que sugere a importância de outras variáveis, para além do trabalho, na satisfação global com a vida.

Metodologia

- Quantitativa: entrevistas telefónicas (CATI) com base em questionário estruturado
- Amostra estratificada (quotas) por idade e região.

Universo

- Indivíduos de ambos os sexos, com 18 e mais anos, residentes no território nacional continental.

Amostra

- Foram realizadas 980 entrevistas telefónicas.
- Esta amostra assegura um nível de confiança de 95%, com 1,3% de margem de erro.
- A recolha dos dados teve lugar entre os dias 23 de Março e 13 de Abril de 2012.

1. Os Portugueses hoje – o Espectro do Desemprego

Quase 1/5 dos lares portugueses auscultados nesta amostra foram afectados pelo desemprego.

Em 19% dos casos um dos elementos do agregado familiar está desempregado, em 3% dos casos antecipa-se que o desemprego vá ocorrer em breve e, também em 3% dos casos, encara-se a possibilidade de desemprego, podendo estas situações ser concomitantes:

ACTUAL SITUAÇÃO PROFISSIONAL DO AGREGADO FAMILIAR (Base: Total de Inquiridos - 980)	Sim	Não
Desemprego/perda do rendimento habitual	18,7% (n=183)	81,3% (n=797)
Eminência de perda do emprego/perda do rendimento habitual	2,9% (n=28)	97.1% (n=952)
Possibilidade de perda do emprego/perda do rendimento habitual	2,8%. (n=27)	97,2% (n=953)

P1. Diga-me, por favor, se neste momento no contexto do seu agregado familiar se verifica alguma das seguintes situações:

Na maioria dos casos, a situação de desemprego é referente ao próprio entrevistado (53% - 97 indivíduos), em 22% dos casos esta situação é vivenciada na primeira pessoa pelo cônjuge e, em 36% dos casos, por outro elemento do agregado familiar.

ACTUAL SITUAÇÃO PROFISSIONAL DO AGREGADO FAMILIAR	O próprio	O cônjuge	Outro elemento do agregado familiar
Desemprego/perda do rendimento habitual (n=183)	53,0% (n=97)	21,9% (n=40)	36,1% (n=66)
Eminência de perda do emprego/perda do rendimento habitual (n=28)	21,4% (n=6)	28,6% (n=8)	53,6% (n=15)
Possibilidade de perda do emprego/perda do rendimento habitual (n=27)	33,3% (n=9)	22,2% (n=6)	51,9% (n=14)

P1. Diga-me, por favor, se neste momento no contexto do seu agregado familiar se verifica alguma das seguintes situações:

O desemprego afecta mais os inquiridos residentes nas regiões do Litoral Norte e do Algarve, as mulheres e os mais velhos (com idades compreendidas entre os 55 e os 64 anos).

Para além do desemprego, também o espectro do desemprego (aqui entendido no sentido mais lato da perda ou diminuição do rendimento) afecta as famílias portuguesas. Para avaliar o impacto desta instabilidade no seu global considerámos, para construção da variável "instabilidade profissional", também a eminência da perda de emprego/fonte de rendimento ou a sua possibilidade.

Com base nesta análise, verificámos que 21% dos agregados familiares portugueses vivem uma situação profissional instável no que respeita ao seu rendimento…

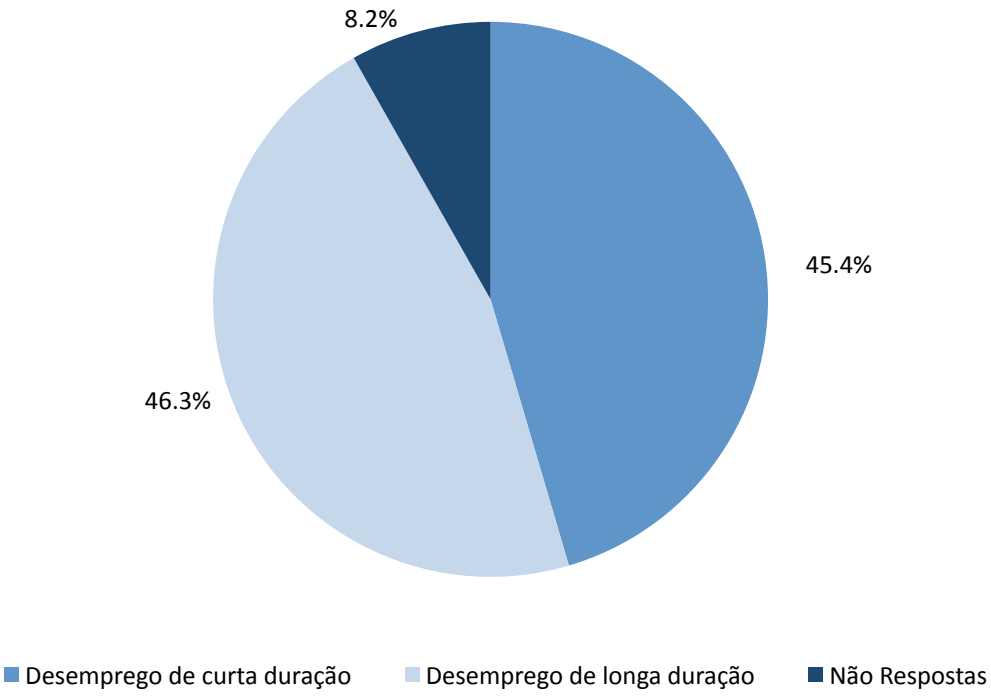
- por um ou mais dos seus elementos estarem desempregados,
- ou por viverem numa situação de incerteza relativamente à manutenção da remuneração da sua actividade profissional.

Esta instabilidade profissional é mais comummente referida por parte dos portugueses que…

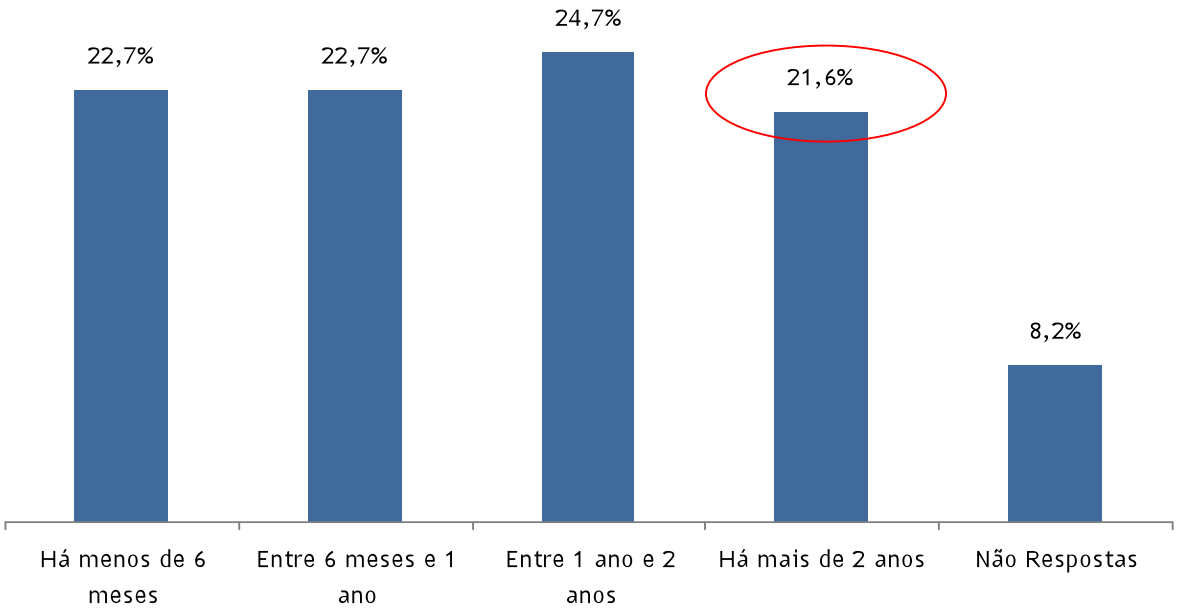
- residem nas regiões do Litoral Norte e do Algarve,
- dos que são do sexo feminino,
- dos que têm idades compreendidas entre os 45 e os 64 anos e
- dos que pertencem à classe média (C1/C2).

Quase metade dos portugueses desempregados (46%) estão sem ocupação profissional há mais de um ano, ou seja – são desempregados de longa duração.

Destes, quase metade (22% dos desempregados) são-no há mais de 2 anos, isto é, não recebem qualquer apoio do Estado.

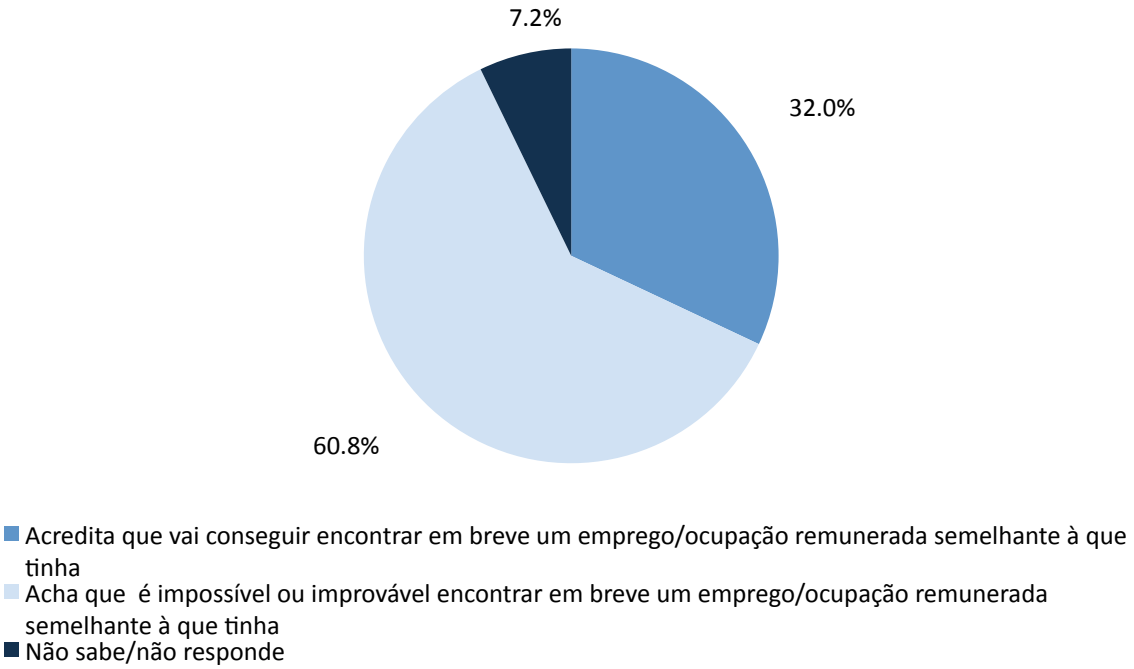


P1e - Há quanto tempo se encontra desempregado?
(Base: Total de Inquiridos Desempregados– 97)



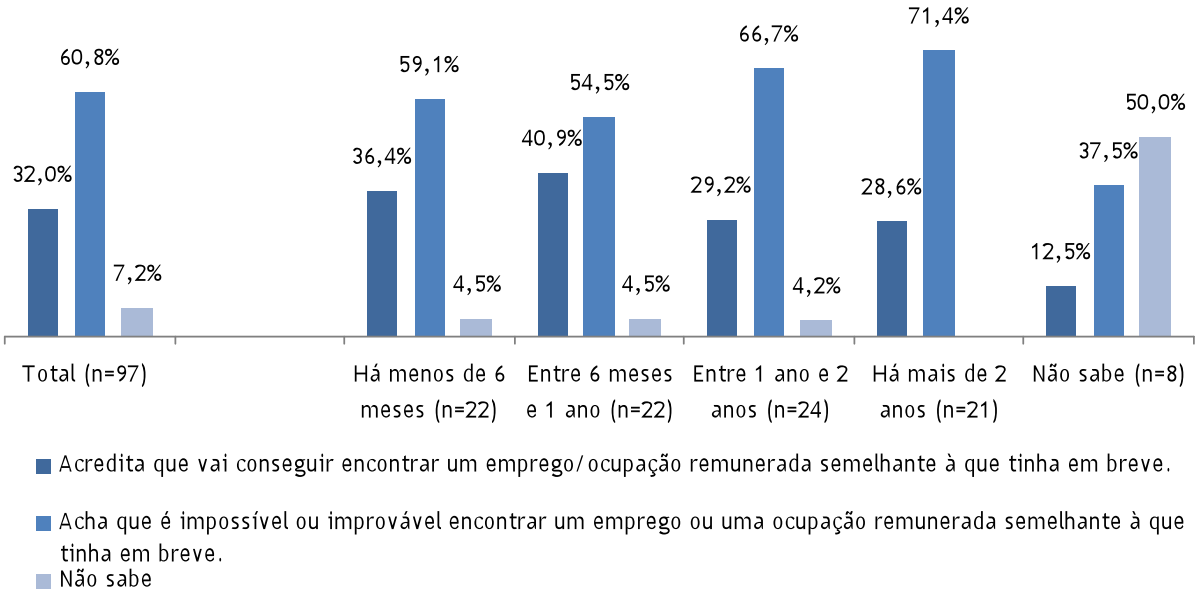
P1e - Há quanto tempo se encontra desempregado?
(Base: Total de Inquiridos Desempregados- 97)

A maioria dos desempregados (61%) não acredita vir a conseguir, em breve, encontrar um emprego ou ocupação remunerada semelhante à que tinha.



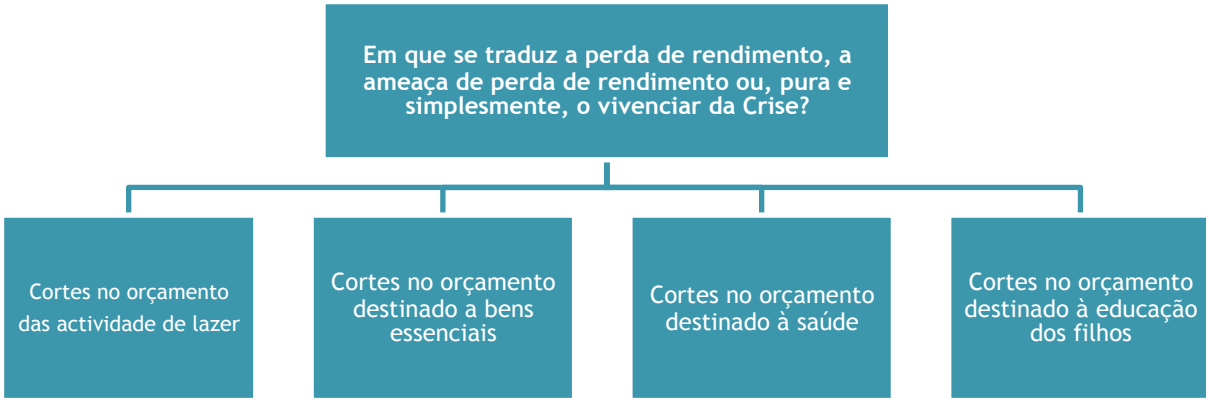
P10- E qual das seguintes frases melhor descreve a forma como vive a presente situação?
(Base: Total de Inquiridos Desempregados- 97)

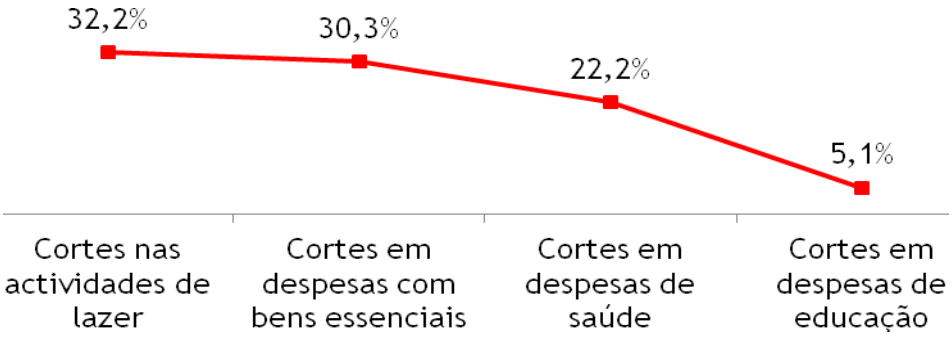
Esta descrença cresce com a antiguidade do desemprego a partir de um ano (quando se atinge o período a partir do qual se considera desemprego de longa duração).



P10- E qual das seguintes frases melhor descreve a forma como vive a presente situação?

2. Onde os Portugueses “cortam”

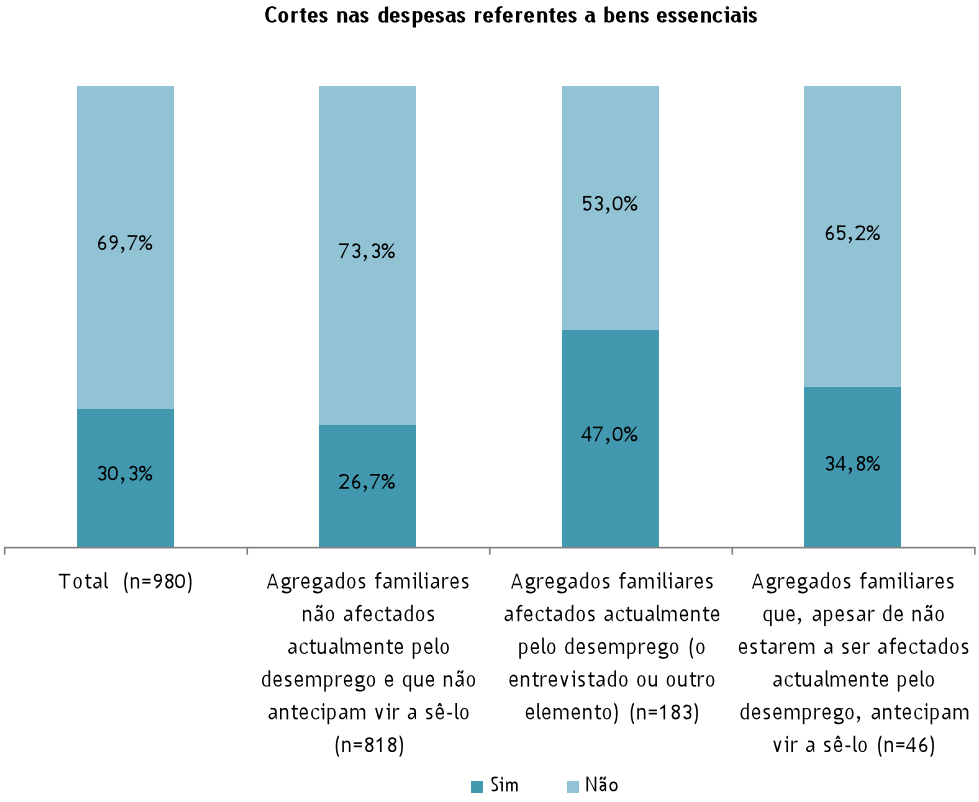




De acordo com a nossa amostra, nos lares portugueses, os “cortes” começam pelas actividades de lazer (cerca de 32% dos entrevistados referem ter realizado cortes no orçamento destinado a este tipo de actividades).

Segue-se uma redução na despesa com os bens de consumo (aqui considerados os essenciais – despesas com alimentação, água, electricidade e gás): cerca de 30% dos lares assumem ter reduzido os gastos com esta grande rubrica.

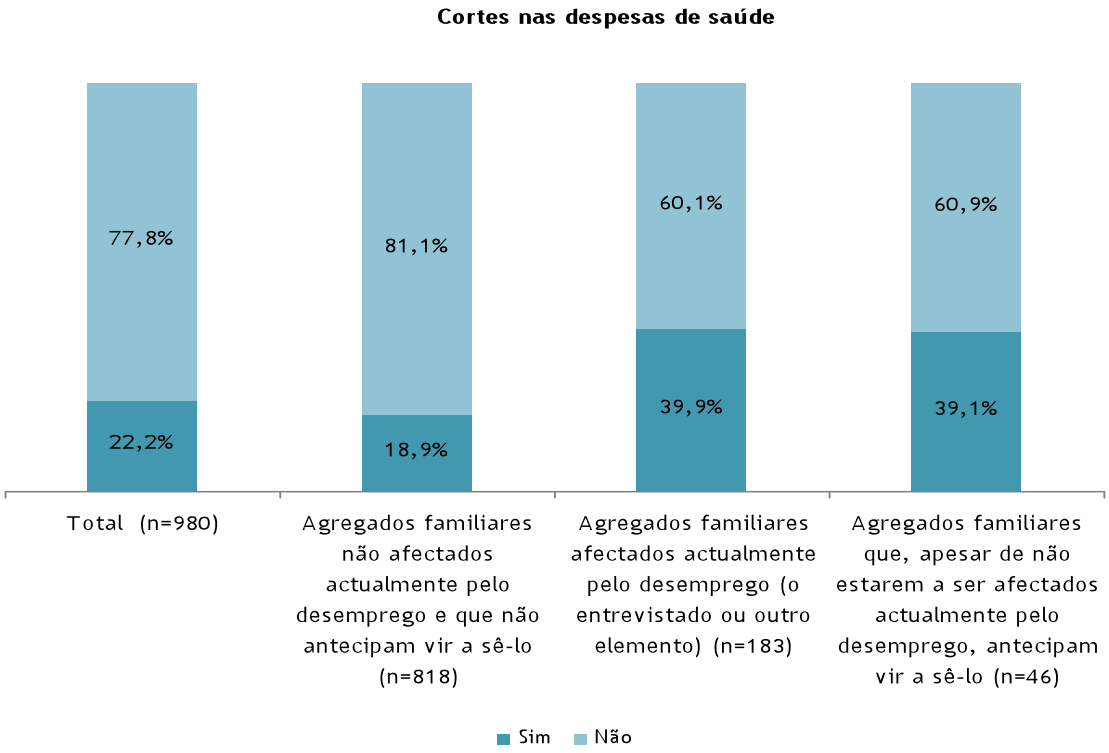
Este valor decresce ligeiramente junto da população não afectada pelo desemprego (e que não antecipa essa hipótese) – 26,7% - e cresce junto da população afectada pelo desemprego (47%), assim como junto dos agregados familiares que antecipam essa possibilidade (34,8%).



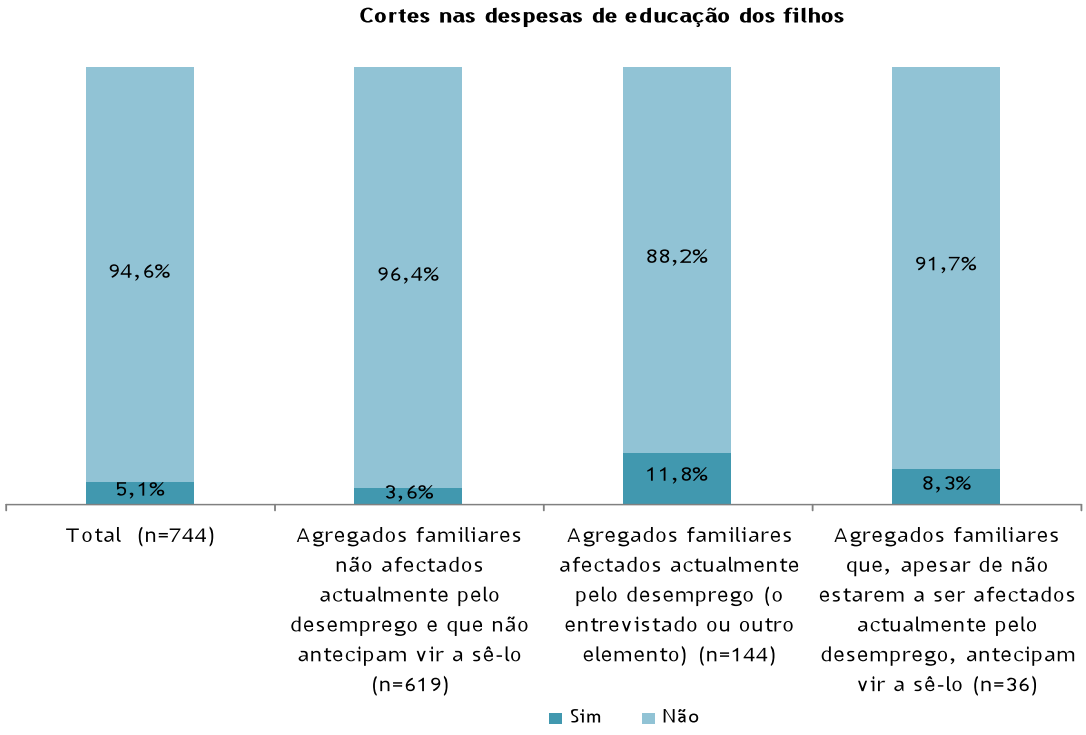
P5 - Fez cortes orçamentais nos bens considerados essenciais, como comida, água, luz e gás, e outros bens de consumo doméstico?

São os portugueses residentes nas Regiões do Grande Porto, Alentejo e Algarve quem mais refere ter feito "cortes" nos bens essenciais, assim como as mulheres, os indivíduos mais velhos (mais de 55 anos) e os mais pobres.

Seguem-se os cortes nas despesas com a saúde (cerca de 22%), surgindo os cortes nas despesas com a educação dos filhos como último reduto (apenas cerca de 5% da população assume ter realizado reduções nesta categoria de despesas).



P3 - Tem feito cortes nas despesas normais de saúde (e.g. dentista, médico de família, consultas e exames de rotina)?



P4 - E nas despesas com a educação dos seus filhos?
(Base: Total de Inquiridos com Filhos - 744)

Nas despesas quer com a saúde, quer com a educação dos filhos, verifica-se o padrão já descrito a propósito dos cortes nas despesas com os bens essenciais (cortes superiores por parte da população afectada pelo desemprego ou que antecipa vir a sê-lo), sendo contudo de referir que **a redução nas despesas de saúde tende a assumir valores semelhantes quer se trate de indivíduos desempregados quer se trate de indivíduos que antecipam esta possibilidade.**

Estas circunstâncias corroboram a importância do factor "incerteza" nos cortes realizados em qualquer destas 3 rubricas (gastos com bens essenciais, gastos com a saúde e gastos com a educação dos filhos).

Os cortes nas despesas de saúde são mais frequentemente assumidos pelos inquiridos residentes no Litoral Centro e no Algarve, pelas mulheres, pelos indivíduos com mais de 45 anos e, mais uma vez, pelos mais pobres (classes socioeconómicas D e E).

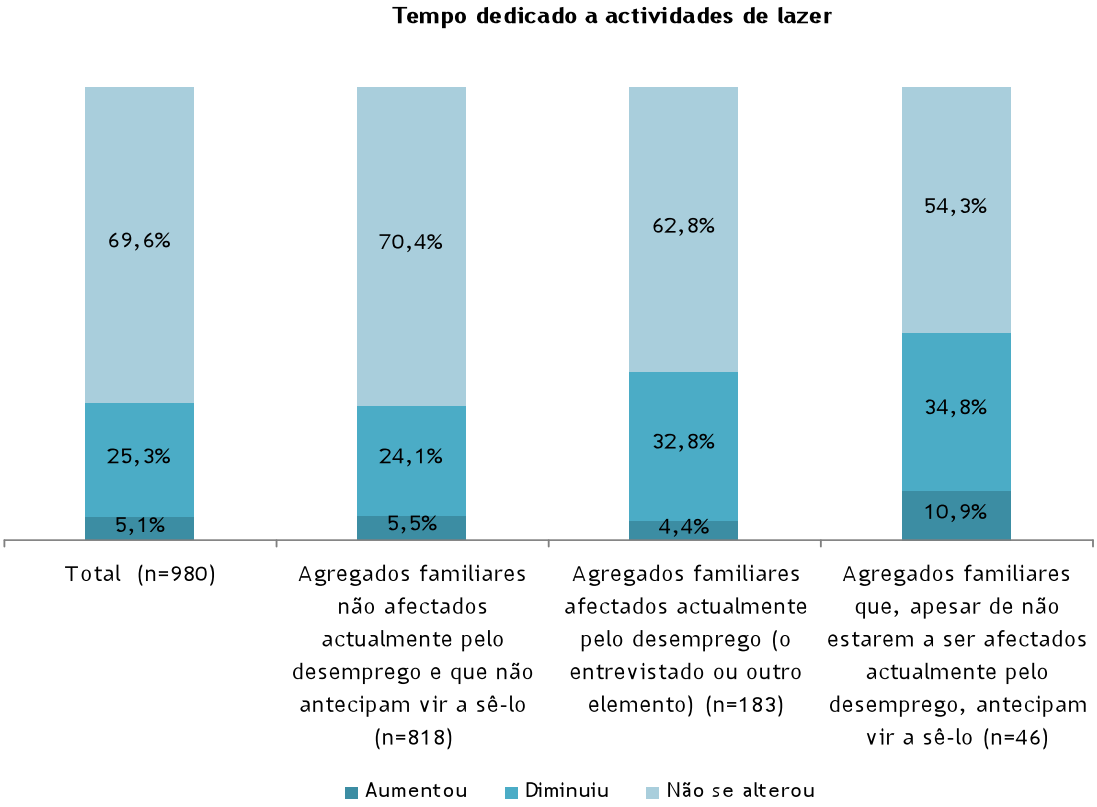
Os cortes nas despesas de educação dos filhos são mais referidos pelos indivíduos mais jovens (18-34 anos), pelos divorciados e pelos pertencentes às classes socioeconómicas mais altas (A/B).

De notar ainda que os cortes nas despesas com a educação dos filhos são crescentes com o tempo do desemprego, atingindo cerca de 22% junto dos desempregados há mais de 2 anos.

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Sim	12,7%	5,6%	10,5%	15,0%	22,2%	0,0%
Não	87,3%	94,4%	89,5%	85,0%	77,8%	100,0%

P4 - E nas despesas com a educação dos seus filhos?
(Base: Total de Inquiridos Desempregados com Filhos – 97)

Também nas actividades de lazer, item com grande importância no bem-estar subjectivo, se verificam cortes significativos:



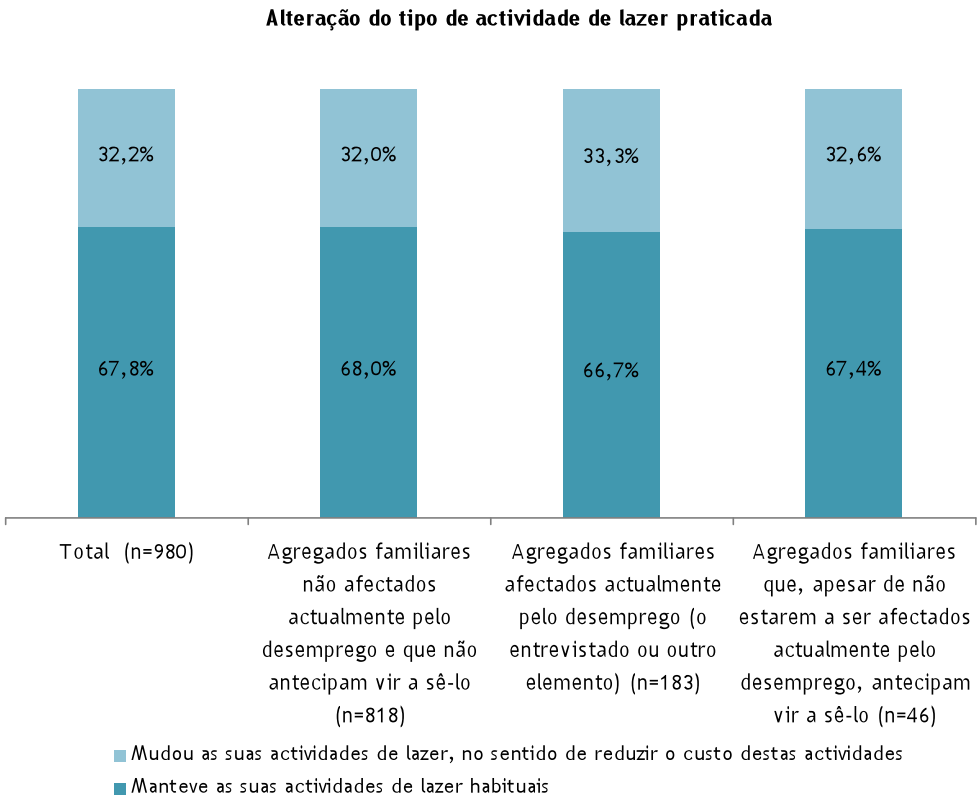
P6 - Falemos agora do TEMPO. No presente contexto, o tempo que passa em actividades de lazer…

Cerca de 25% do total da amostra assume ter reduzido o tempo dedicado ao lazer.

Tal como se verifica nas demais rubricas consideradas, são os desempregados e os que antecipam vir a sê-lo os que mais reduziram o tempo dedicado a actividades desta natureza (33% e 35%, respectivamente).

Revelam ainda reduções mais significativas no tempo dedicado ao lazer os portugueses residentes no Alentejo e no Algarve, os mais jovens (18-24 anos), os com idades compreendidas entre os 45 e os 54 anos e os indivíduos de classe média (C1 e C2).

A par dos cortes realizados no tempo dedicado a actividades com este fim, também a sua natureza se alterou para uma parte significativa da população portuguesa, de acordo com a nossa amostra: cerca de 32% dos portugueses mudaram as suas actividades de lazer no sentido de reduzir o orçamento aqui alocado, independentemente da estabilidade ou instabilidade da sua situação profissional.



P6a - E no que respeita à natureza das suas actividades de lazer (o que costumava fazer em termos de actividades de lazer…) diria que…

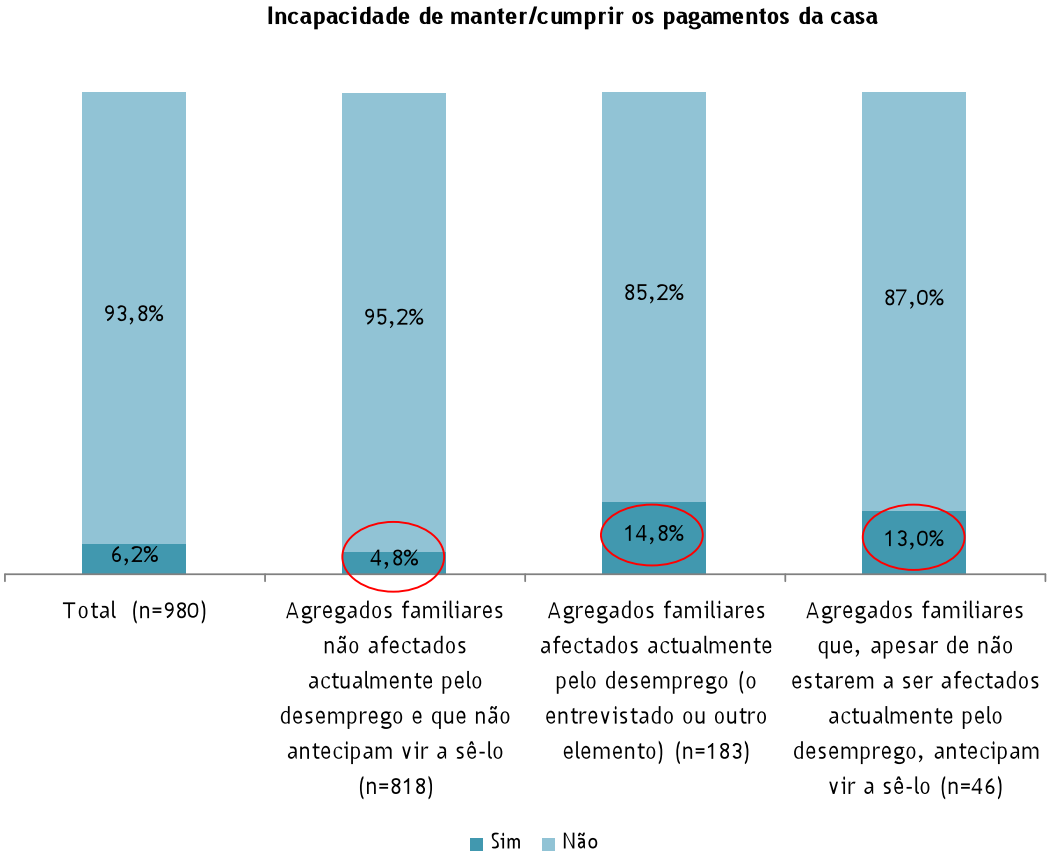
A análise destes dados revela uma predisposição para um menor consumo em geral, traduzida por uma assumpção de cortes em todas as rubricas consideradas por parte da população portuguesa auscultada nesta amostra, embora naturalmente agravada quando se trata de indivíduos desempregados ou que antecipam a possibilidade de desemprego.

É aqui de salientar, mais uma vez, a importância do efeito "incerteza" sobre os comportamentos. Esta incerteza traduz-se (excepção feita aos cortes nos bens essenciais em que os indivíduos que vivem uma situação de incerteza assumem realizar menos cortes do que os desempregados) numa semelhança superior do comportamento destes indivíduos com o comportamento dos desempregados.

Os efeitos desta incerteza estão também patentes no comportamento dos inquiridos não afectados pelo desemprego, verificando-se que também estes, embora em menor escala que os demais, revelam um comportamento de contenção: cerca de 27% assumem ter realizado cortes nas despesas com bens essenciais, cerca de 19% ter efectuado cortes nas despesas com saúde,

cerca de 4% ter reduzido despesas com a educação dos filhos, cerca de 24% ter reduzido o tempo dedicado a actividades de lazer e 32% ter mudado a natureza destas actividades, no sentido da diminuição do seu custo. De referir ainda que, no que a esta última rubrica diz respeito, o comportamento dos portugueses não afectados pelo desemprego é semelhante quer aos desempregados quer aos que antecipam essa possibilidade,

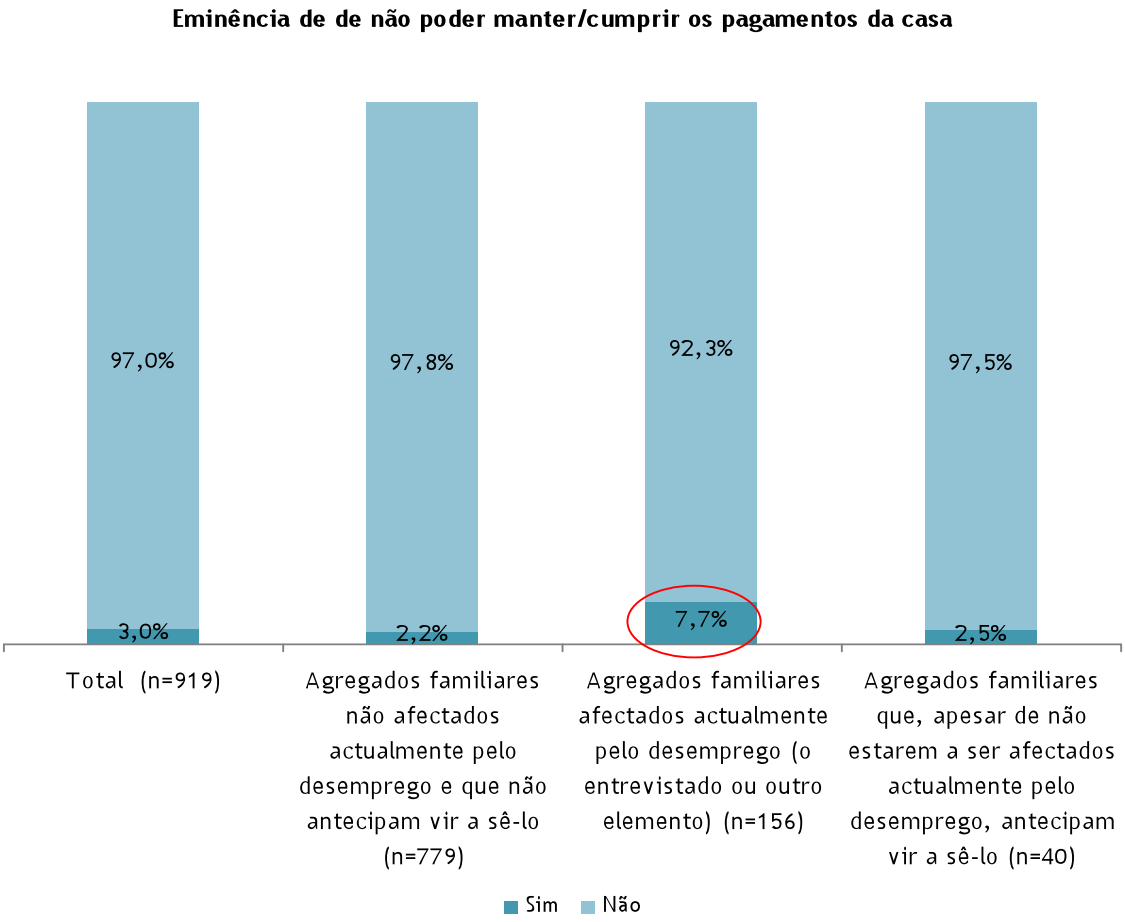
A análise mais detalhada de outras rubricas, designadamente a capacidade para cumprir com as obrigações assumidas com rendas de casa ou créditos à habitação revela que 5% da população não afectada pelo desemprego afirma não poder fazer face a estas despesas…



P2a - Encontra-se nalguma das seguintes situações:…
Incapacidade de manter/cumprir os pagamentos da sua casa?

… Sugerindo um decréscimo no rendimento das famílias, independente da situação de emprego/desemprego.

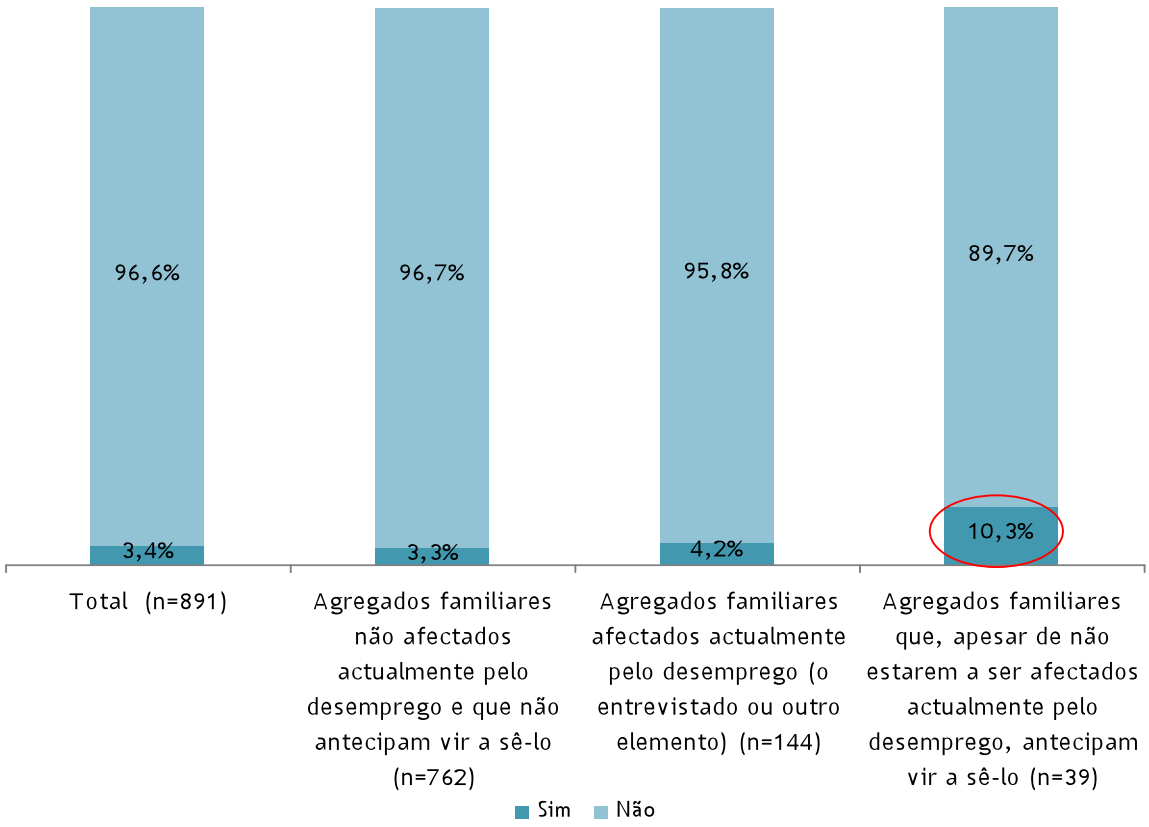
Esta incapacidade cresce para cerca de 15% junto dos indivíduos afectados pelo desemprego e para 13% junto daqueles que o antecipam, sendo eminente junto de cerca de 8% dos desempregados e tida como uma possibilidade por cerca de 10% dos indivíduos que antecipam vir a ficar desempregados ou perder o seu rendimento habitual.



(Base: Inquiridos que referiram não estar a sentir incapacidade de manter/cumprir os pagamentos da sua casa - 919)

P2b - Encontra-se nalguma das seguintes situações:
Eminência de não poder manter/cumprir os pagamentos da sua casa?

Possibilidade de não poder manter/cumprir os pagamentos da casa



Base: Inquiridos que referiram não estar a sentir incapacidade de manter/cumprir os pagamentos da sua casa nem antecipam que tal possa estar na eminência de vir a acontecer - 891)

P2c – Encontra-se nalguma das seguintes situações:
Possibilidade de não poder manter/cumprir os pagamentos da sua casa?

3. Como se sentem os Portugueses

Para além do impacto financeiro, a actual crise está a influenciar o bem-estar psicológico dos portugueses.

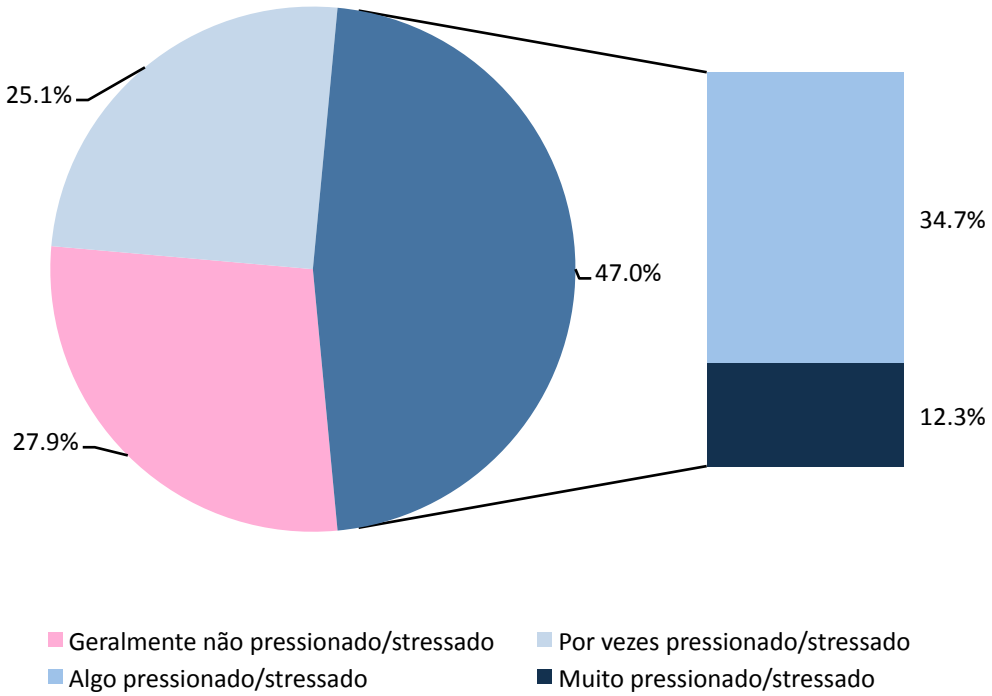
Muitos referem níveis de stress elevados, problemas de sono e uma quebra nos níveis de energia ao início do dia, variáveis que consubstanciam indicadores de depressão.

São ainda referidas alterações negativas nos relacionamentos interpessoais (com familiares e amigos).

Stress

Quase metade dos portugueses inquiridos (47%) assume vivenciar níveis elevados de stress/pressão - 12% referiram sentir-se muito pressionados/stressados e 35% algo pressionados/stressados - em consequência da actual crise.

Níveis de Stress



P8 - Em termos gerais, como diria que se sente na presente situação?
(Base: Total de Inquiridos - 980)

Referem níveis mais elevados de stress:

- os portugueses que residem nas regiões do Litoral Norte, do Grande Porto, do Alentejo e do Algarve,
- as mulheres,
- os indivíduos com idades entre os 35-44 anos os que têm mais de 55 anos.

Constata-se ainda que o stress vivenciado é superior nas classes socioeconómicas média e média baixa.

A situação de desemprego gera também níveis de stress mais elevados:

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Muito pressionado/stressado	23,7%	13,6%	13,6%	25,0%	47,6%	12,5%
Algo pressionado/stressado	30,9%	27,3%	36,4%	25,0%	33,3%	37,5%
Por vezes pressionado/stressado	28,9%	36,4%	31,8%	33,3%	14,3%	25,0%
Geralmente não pressionado/stressado	16,5%	22,7%	18,2%	16,7%	4,8%	25,0%

P8 - Em termos gerais, como diria que se sente na presente situação?
(Base: Total de Inquiridos Desempregados – 97)

- Quase 55% dos desempregados referem níveis elevados de stress (versus 47% no total da população),
- Os níveis de stress aumentam dramaticamente ao fim de um ano de desemprego, verificando-se que o número de pessoas que refere níveis elevados de stress – "muito pressionado/stressado" (na sub-população de desempregados) atinge cerca de 48% nos desempregados há mais de 2 anos;
- Note-se ainda que, no total da população dos desempregados e de acordo com esta amostra, quase 46% não se sentem stressados ou apenas por vezes sentem stress.

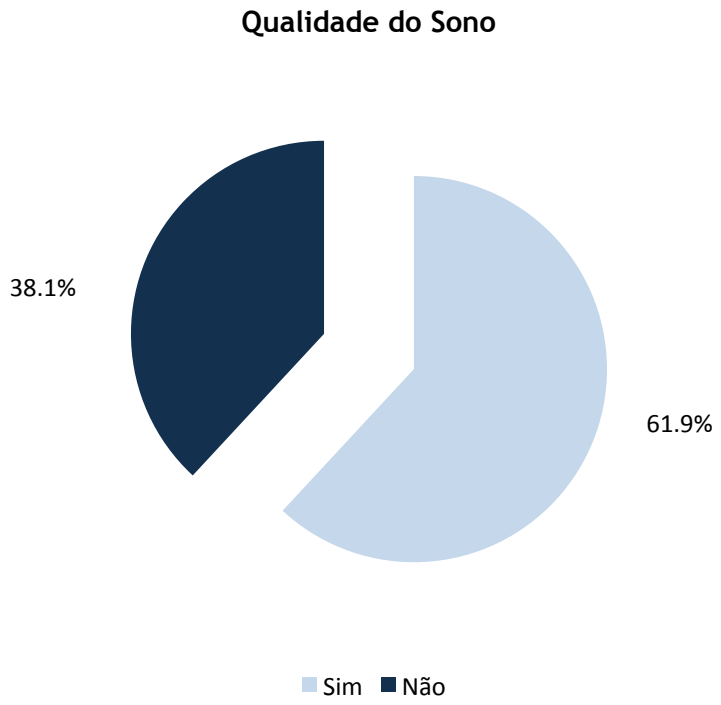
Níveis de Pressão/stress	Muito pressionado/ stressado	Algo pressionado/ stressado	Por vezes pressionado/ stressado	Geralmente não pressionado/ stressado
Total (n=980)	**12,3%**	**34,7%**	**25,1%**	**27,9%**
Agregados familiares não afectados actualmente pelo desemprego e que não antecipam vir a sê-lo (n=818)	10,6%	34,6%	25,9%	28,9%
Agregados familiares afectados actualmente pelo desemprego (o entrevistado ou outro elemento) (n=183)	23,0%	31,7%	22,4%	23,0%
Agregados familiares que, apesar de não estarem a ser afectados actualmente pelo desemprego, antecipam vir a sê-lo (n=46)	26,1%	21,7%	28,3%	23,9%

P8 - Em termos gerais, como diria que se sente na presente situação?

Os agregados familiares afectados pelo desemprego registam níveis de stress superiores, sendo tendencialmente mais elevados os dos agregados familiares que antecipam vir a ser afectados pelo desemprego, corroborando estes resultados, mais uma vez, a importância do factor incerteza na geração de ansiedade.

Sono e Energia

De acordo com a nossa amostra, 38% dos portugueses não dormem bem.



P11 - Tem, de uma forma geral, dormido bem? (Acorda e sente-se descansado, dorme sem interrupções,…)
(Base: Total de Inquiridos – 980)

As dificuldades ao nível do sono são mais frequentemente referidas:

- pelos portugueses residentes nas regiões do Litoral Norte, Grande Porto e Algarve,
- pelos indivíduos com idades compreendidas entre os 25-34 anos e pelos que têm mais de 55 anos;
- pelos indivíduos pertencentes às classes sociais mais baixas (D/E).

Os desempregados tendem a dormir pior (41% referem não dormir bem versus 38% no total da população). Junto desta sub-população, a qualidade do sono tende a deteriorar-se a partir dos 2 anos de duração do desemprego.

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Sim	58,8%	59,1%	68,2%	70,8%	47,6%	25,0%
Não	41,2%	40,9%	31,8%	29,2%	52,4%	75,0%

(Base: Total de Inquiridos Desempregados – 97)

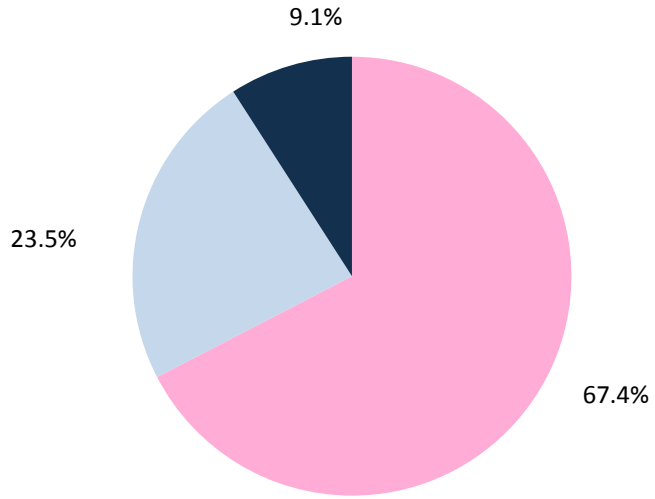
O facto de os desempregados entre os 6 meses e os 2 anos exibirem um padrão de qualidade de sono tendencialmente melhor do que o do total da população causa estranheza.
Uma hipótese explicativa para este fenómeno (não comprovável com os dados de que dispomos) poderá ser uma alteração nos padrões do sono relacionada com a depressão, cujos sintomas incluem, a par da insónia, também a sonolência, a sensação de fadiga, o cansaço e a perda de energia.
Outra hipótese explicativa (também não comprovável) seria uma alteração nos níveis de adrenalina. Uma vez que o nível de stress é mais elevado nos indivíduos que antecipam vir a estar desempregados, a concretização dessa expectativa baixaria os níveis de ansiedade, e consequentemente de adrenalina, o que poderia ter como consequência um menor nível de stress durante o primeiro ano de desemprego.

Qualidade do sono	Sim	Não
Total (n=980)	**61,9%**	**38,1%**
Agregados familiares não afectados actualmente pelo desemprego e que não antecipam vir a sê-lo (n=818)	62,1%	37,9%
Agregados familiares afectados actualmente pelo desemprego (o entrevistado ou outro elemento) (n=183)	61,9%	38,1%
Agregados familiares que, apesar de não estarem a ser afectados actualmente pelo desemprego, antecipam vir a sê-lo (n=46)	63,0%	37,0%

P11 - Tem, de uma forma geral, dormido bem? (Acorda e sente-se descansado, dorme sem interrupções,…)
(Base: Total de Inquiridos – 980)

Não se registam diferenças significativas na qualidade do sono em função da variável desemprego no agregado familiar, isto é: ao nível da qualidade do sono, a crise – a ter algum efeito ao nível do agregado familiar como um todo – parece tê-lo de forma transversal, independemente da situação profissional vivenciada.

Níveis de energia/motivação sentidos



P12 - E qual das seguintes frases melhor descreve a forma como se sente no início do dia?
(Base: Total de Inquiridos – 980)

Quase ¼ dos Portugueses (24%) sentem falta de energia, dificuldade em se levantar de manhã e relutância em dar início às suas tarefas diárias.

A falta de energia e de motivação para iniciar o dia é mais referida…

- pelos portugueses residentes no Litoral Norte, Alentejo e Algarve,
- pelas mulheres,
- pelos indivíduos mais velhos (com mais de 55 anos),
- pelos indivíduos de classes socioeconómicas mais baixas (D/E).

Não se assinalam diferenças significativas junto da sub-população dos desempregados (23% referem falta de energia/motivação para iniciar o dia, comparativamente com o total da amostra - 24%).

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Sente-se bem, energético e cheio de vontade de começar as suas tarefas do dia-a-dia	72,2%	77,3%	77,3%	75,0%	71,4%	37,5%
Sente falta de energia, dificuldade em se levantar de manhã e relutância em começar as tarefas do dia-a-dia	22,7%	18,2%	22,7%	25,0%	19,0%	37,5%
Não respostas	5,2%	4,5%	0,0%	0,0%	9,5%	25,0%

(Base: Total de Inquiridos Desempregados – 97)

Contudo, quando a situação de desemprego é analisada em relação à actual situação profissional do agregado familiar (e não do próprio entrevistado) constata-se que os agregados familiares afectados pelo desemprego e, particularmente, os que antecipam vir a sê-lo, referem com maior frequência baixos níveis de energia/motivação para iniciar o dia.

Níveis de energia/motivação sentidos	Sente-se bem, energético e cheio de vontade de começar as tarefas do seu dia-a-dia	Sente falta de energia, dificuldade em se levantar de manhã e relutância em começar as tarefas do seu dia-a-dia	Não respostas
Total (n=980)	**67,4%**	**23,5%**	**9,1%**
Agregados familiares não afectados actualmente pelo desemprego e que não antecipam vir a sê-lo (n=818)	67,0%	23,1%	9,9%
Agregados familiares afectados actualmente pelo desemprego (o entrevistado ou outro elemento) (n=183)	68,9%	26,8%	4,4%
Agregados familiares que, apesar de não estarem a ser afectados actualmente pelo desemprego, antecipam vir a sê-lo (n=46)	58,7%	39,1%	2,2%

P12 - E qual das seguintes frases melhor descreve a forma como se sente no início do dia?
(Base: Total de Inquiridos – 980)

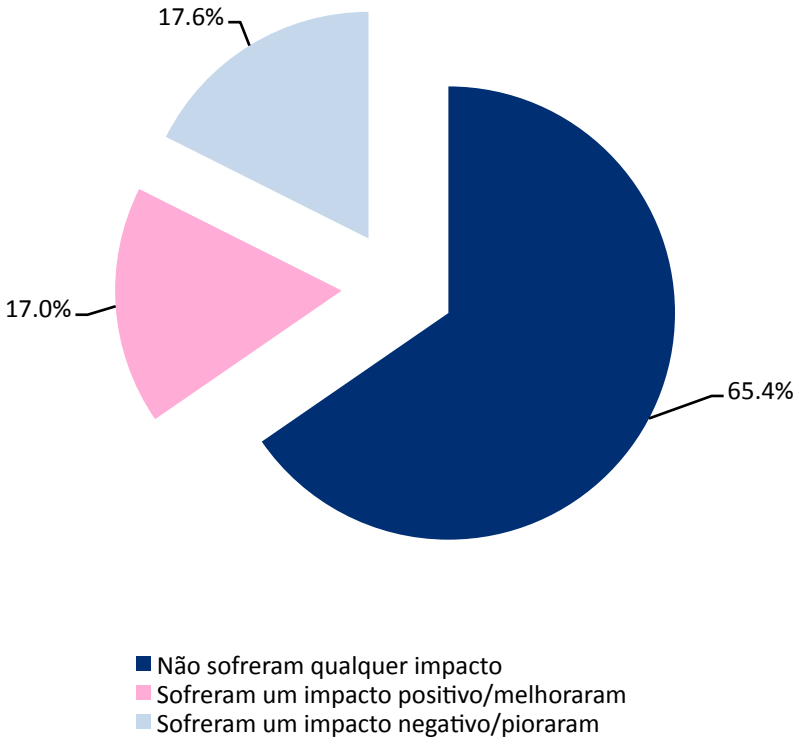
Relacionamentos Pessoais

A actual conjuntura económica é tida como estando na origem de uma quebra na qualidade dos relacionamentos pessoais por parte de 18% dos portugueses, segundo a nossa amostra, sendo esta quebra superior junto dos que têm idades compreendidas entre os 25 e os 34 anos, e junto dos pertencentes às classes socioeconómicas mais altas (A/B).

No entanto, em 17% dos casos atribui-se à crise um impacto positivo nas relações pessoais.
Esta perspectiva é mais comum por parte dos portugueses

- residentes no Litoral Norte e no Grande Porto,
- e dos com idades até aos 44 anos.

Qualidade dos Relacionamentos



P7 - No que respeita à qualidade dos seus relacionamentos com as pessoas que lhe são próximas, diria que estas, no presente contexto…
(Base: Total de Inquiridos – 980)

A análise das respostas obtidas junto da sub-população dos portugueses desempregados revela ainda que:

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Não sofreram qualquer impacto	64,9%	77,3%	72,7%	54,2%	61,9%	50,0%
Sofreram um impacto positivo/melhoraram	13,4%	13,6%	18,2%	8,3%	14,3%	12,5%
Sofreram um impacto negativo/pioraram	21,6%	9,1%	9,1%	37,5%	23,8%	37,5%

P7 - No que respeita à qualidade dos seus relacionamentos com as pessoas que lhe são próximas, diria que estas, no presente contexto…
(Base: Total de Inquiridos Desempregados – 97)

- a crise é mais frequentemente percebida como tendo afectado de forma negativa as suas relações pessoais (22% dos desempregados referem esta ocorrência versus 18% do do total da população), e em particular quando a duração do desemprego é superior a 1 ano (37,5% dos desempregados entre há 1 e há 2 anos referem que as suas relações pessoais se deterioraram).

O impacto negativo da crise nas relações pessoais acentua-se ainda nos agregados familiares afectados pelo desemprego ou que antecipam vir a sê-lo, sendo tendencialmente superior junto destes últimos.

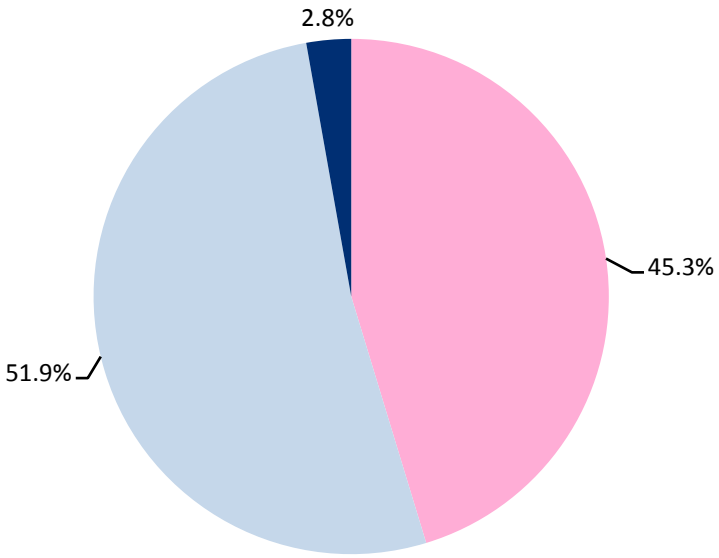
Qualidade dos relacionamentos	Não sofreram qualquer impacto	Sofreram um impacto positivo/melhoraram	Sofreram um impacto negativo/pioraram
Total (n=980)	**65,4%**	**17,0%**	**17,6%**
Agregados familiares não afectados actualmente pelo desemprego e que não antecipam vir a sê-lo (n=818)	65,0%	17,8%	17,1%
Agregados familiares afectados actualmente pelo desemprego (o entrevistado ou outro elemento) (n=183)	66,7%	13,1%	20,2%
Agregados familiares que, apesar de não estarem a ser afectados actualmente pelo desemprego, antecipam vir a sê-lo (n=46)	69,6%	8,7%	21,7%

P7 - No que respeita à qualidade dos seus relacionamentos com as pessoas que lhe são próximas, diria que estas, no presente contexto…

4. Atitude face à situação actual e percepção da eficácia das medidas tomadas pelo Governo

52% dos portugueses que integraram esta amostra afirmam "sentir-se revoltados com a situação actual, não se sentir responsáveis por ela, achar que os culpados deveriam ser punidos, não se conformar e estar a lutar para a mudar".
45% assumem estar "resignados com a situação actual (achar que temos que passar por isto e que não podem ou não adianta fazer mais nada)".

Atitude face à situação actual



- Está resignado com a situação (acha que não há outra solução, acha que temos que passar por isto, acha que não pode ou que não adianta fazer mais nada)
- Está revoltado com a situação (não se sente responsável por ela, acha que os culpados deviam ser punidos, não se conforma e está a lutar para a mudar)
- Não sabe/não responde

P9 - Qual das seguintes frases melhor descreve a forma como vive a presente situação?
(Base: Total de Inquiridos - 980)

O sentimento de revolta é mais comum por parte dos portugueses…

- residentes no Grande Porto, no Litoral Centro e no Algarve,
- mais velhos (entre os 45 e os 64 anos).

A situação de desemprego agrava a atitude de revolta:

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Está resignado com a situação (acha que não há outra solução, acha que temos que passar por isto, acha que não pode ou que não adianta fazer mais nada).	32,0%	**40,9%**	**50,0%**	16,7%	23,8%	25,0%
Está revoltado com a situação (não se sente responsável por ela, acha que os culpados deveriam ser punidos, não se conforma e está a lutar para a mudar)	61,9%	**50,0%**	**50,0%**	**75,0%**	**66,7%**	75,0%
Não sabe/não responde	6,2%	9,1%	0,0%	8,3%	9,5%	0,0%

P9 - Qual das seguintes frases melhor descreve a forma como vive a presente situação?
(Base: Total de Inquiridos Desempregados – 97)

62% dos portugueses desempregados assumem estar revoltados com a presente situação, tendendo o número de "revoltados" a crescer com a antiguidade do desemprego, com um pico junto dos desempregados entre há 1 e há 2 anos.

Semelhante sentimento de revolta é relatado pelos indivíduos que integram agregados familiares que, apesar de não estarem a ser afectados actualmente pelo desemprego, antecipam vir a sê-lo.

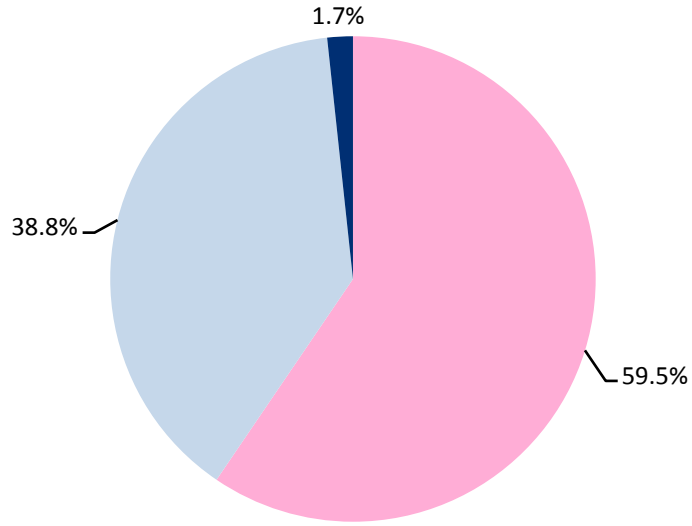
	Está resignado com a situação (acha que não há outra solução, acha que temos que passar por isto, acha que não pode ou que não adianta fazer mais nada).	Está revoltado com a situação (não se sente responsável por ela, acha que os culpados deveriam ser punidos, não se conforma e está a lutar para a mudar)	Outras respostas
Total (n=980)	**45,3%**	**51,9%**	**2,8%**
Agregados familiares não afectados actualmente pelo desemprego e que não antecipam vir a sê-lo (n=818)	47,7%	50,1%	2,2%
Agregados familiares afectados actualmente pelo desemprego (o entrevistado ou outro elemento) (n=183)	32,2%	**61,7%**	6.0%
Agregados familiares que, apesar de não estarem a ser afectados actualmente pelo desemprego, antecipam vir a sê-lo (n=46)	34,8%	**60,9%**	4,3%

Em contrapartida, 45% dos portugueses afirmam "estar resignados com a situação, achar que não há outra solução, achar que temos que passar por isto e que não podem ou não adianta fazer mais nada". Esta atitude é mais frequentemente assumida pelos…

- que integram agregados familiares não afectados pelo desemprego e que não antecipam vir a sê-lo;
- residentes no Interior e no Alentejo,
- mais jovens (18-24 anos) - precisamente os que, segundo várias sondagens publicadas nos últimos anos, são menos envolvidos politicamente;
- mais velhos (com mais de 65 anos);
- pertencentes às classes socioeconómicas mais baixas (D/E).

Apesar de, segundo a amostra entrevistada, a maioria dos portugueses (60%) se assumir confiante de que esta fase irá ser ultrapassada em breve, 39% não acreditam nos esforços que lhes estão a ser exigidos, nem na eficácia das medidas de austeridade que lhes foram impostas.

Expectativas relativamente ao futuro



P10 - E qual das seguintes frases melhor descreve a sua perspectiva relativamente ao futuro?
(Base: Total de Inquiridos – 980)

A percepção da ineficácia das medidas de austeridade adoptadas é mais referida…

- pelos portugueses que residem no Interior,
- pelos mais velhos (55-64 anos);
- e pelos pertencentes à classe média (C1/C2).

O cepticismo relativamente às medidas tomadas é ainda superior junto dos desempregados há menos de 6 meses e há mais de 2 anos, sugerindo "picos" nas expectativas em relação ao futuro em função do tempo de desemprego…

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não sabe/ Não responde
Acredita que temos que passar por isto, mas está confiante que vamos ultrapassar esta fase num horizonte temporal relativamente curto (3 a 5 anos).	56,7%	50,0%	72,7%	58,3%	52,4%	37,5%
Acha que os esforços que estão a ser pedidos são inúteis e não acredita que resultem numa melhoria da situação actual num horizonte temporal relativamente curto (3 a 5 anos)	40,2%	45,5%	27,3%	41,7%	47,6%	37,5%
Outras respostas	3,1%	4,5%	0,0%	0,0%	0,0%	25,0%

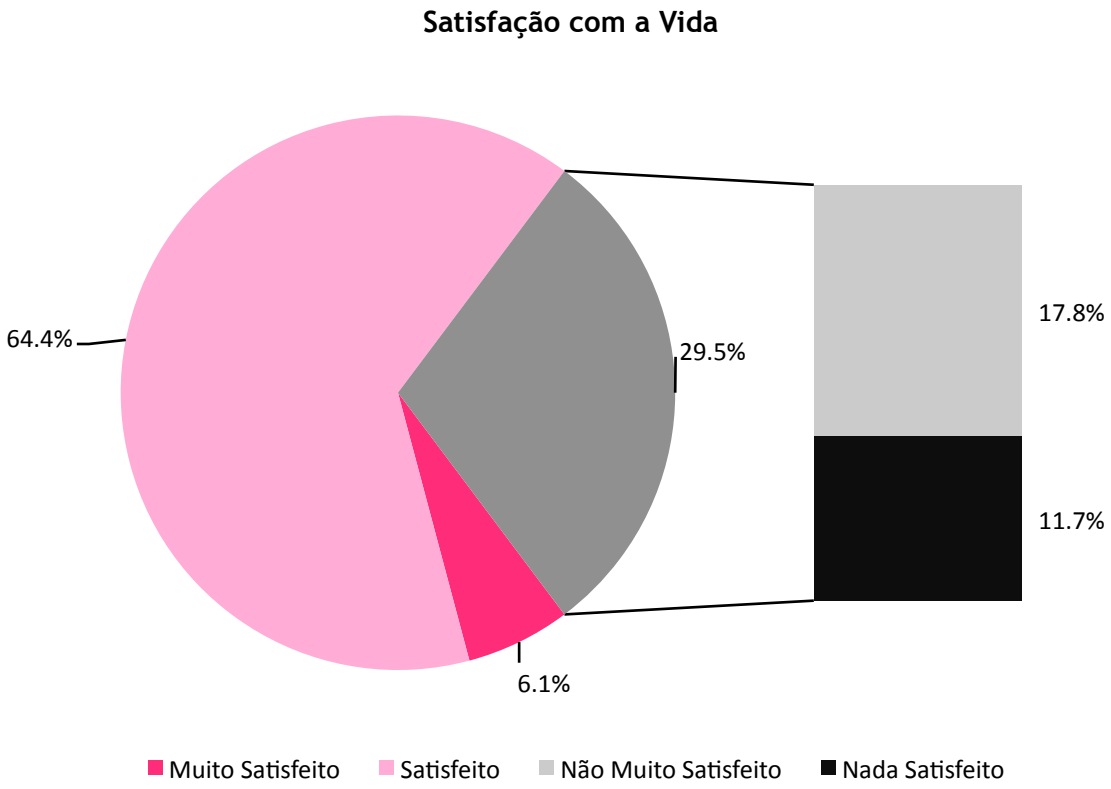
P10 - E qual das seguintes frases melhor descreve a sua perspectiva relativamente ao futuro?
(Base: Total de Inquiridos Desempregados – 97)

… E também superior junto dos indivíduos que integram agregados familiares que, não vivendo presentemente uma situação de desemprego, antecipam essa circunstância.

	Acredita que temos que passar por isto, mas está confiante que vamos ultrapassar esta fase num horizonte temporal relativamente curto (3 a 5 anos)	Acha que os esforços que estão a ser pedidos são inúteis e não acredita que resultem numa melhoria da situação actual num horizonte temporal relativamente curto (3 a 5 anos)	Outras respostas
Total (n=980)	**59,5%**	**38,8%**	**1,7%**
Agregados familiares não afectados actualmente pelo desemprego e que não antecipam vir a sê-lo (n=818)	59,0%	39,4%	1,6%
Agregados familiares afectados actualmente pelo desemprego (o entrevistado ou outro elemento) (n=183)	59,6%	37,7%	2,7%
Agregados familiares que, apesar de não estarem a ser afectados actualmente pelo desemprego, antecipam vir a sê-lo (n=46)	37,0%	60,9%	2,2%

P10 - E qual das seguintes frases melhor descreve a sua perspectiva relativamente ao futuro?

5. Satisfação com a Vida



P13 - Tendo em conta todas as circunstâncias da sua vida actual, quão satisfeito está com a sua vida? Diria que está…
(Base: Total de Inquiridos - 980)

Segundo a nossa amostra, cerca de 30% dos portugueses assumem-se insatisfeitos com a sua vida.

Considerando o somatório das respostas obtidas nos dois pólos da escala utilizada (Muito satisfeito + Satisfeito e Não muito satisfeito + Nada satisfeito) podemos constatar que:
A insatisfação com a vida é mais comum junto dos portugueses…

- que residem no Algarve,
- que são do sexo feminino,
- que têm mais de 55 anos;
- que pertencem às classes socioeconómicas mais baixas.

Os portugueses desempregados estão também mais insatisfeitos (cerca de 45% referiram estar "Não muito satisfeitos"/"Nada satisfeitos" versus cerca de 30% no total da população).

Na sub-população de desempregados a insatisfação revela picos (como tínhamos visto a propósito do cepticismo relativamente às medidas tomadas pelo Governo) no inicio do período de desemprego (até 6 meses) e quando este ultrapassa o primeiro ano. É ainda de notar a diferença na "magnitude" da insatisfação: 50% dos desempregados há menos de 6 meses assumem-se "não muito satisfeitos" com a sua vida e 38% dos desempregados há mais de 2 anos assumem-se "nada satisfeitos" com a sua vida.

Satisfação global com a vida	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Muito satisfeito	4,1%	9,1%	0,0%	4,2%	4,8%	0,0%
Satisfeito	50,5%	36,4%	81,8%	50,0%	42,9%	25,0%
Não muito satisfeito	27,8%	50,0%	9,1%	29,2%	14,3%	50,0%
Nada satisfeito	17,5%	4,5%	9,1%	16,7%	38,1%	25,0%

P13 - Tendo em conta todas as circunstâncias da sua vida actual, quão satisfeito está com a sua vida? Diria que está…
(Base: Total de Inquiridos desempregados - 97)

A insatisfação com a vida é ainda superior junto dos agregados familiares que vivem actualmente uma situação de desemprego e dos que antecipam vir a vivê-la em breve, sendo contudo superior junto destes últimos, reforçando o impacto da ansiedade gerada pela incerteza no bem-estar de quem a experiencia.

Satisfação global com a vida	Muito Satisfeito	Satisfeito	Não muito satisfeito	Nada Satisfeito
Total (n=980)	**6,1%**	**64,4%**	**17,8%**	**11,7%**
Agregados familiares não afectados actualmente pelo desemprego e que não antecipam vir a sê-lo (n=818)	6,4%	65,8%	16,4%	11,5%
Agregados familiares afectados actualmente pelo desemprego (o entrevistado ou outro elemento) (n=183)	4,9%	55,2%	25,1%	14,8%
Agregados familiares que, apesar de não estarem a ser afectados actualmente pelo desemprego, antecipam vir a sê-lo (n=46)	8,7%	45,7%	30,4%	15,2%

P13 - Tendo em conta todas as circunstâncias da sua vida actual, quão satisfeito está com a sua vida? Diria que está…

Não obstante as circunstâncias em que vivem, cerca de 70% dos portugueses, de acordo com a nossa amostra, continuam a assumir-se satisfeitos com a sua vida.

Revelam maior satisfação com a vida os portugueses…

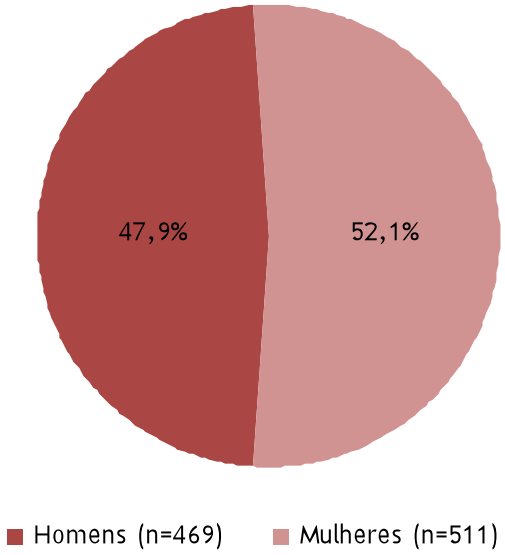
- que residem nas regiões do Interior e do Alentejo,
- que são do sexo masculino,
- mais jovens (18-24 anos) sendo a satisfação com a vida tendencialmente decrescente com a idade,
- que são solteiros e
- que pertencem às classes socioeconómicas mais elevadas (A/B).

De referir também que:

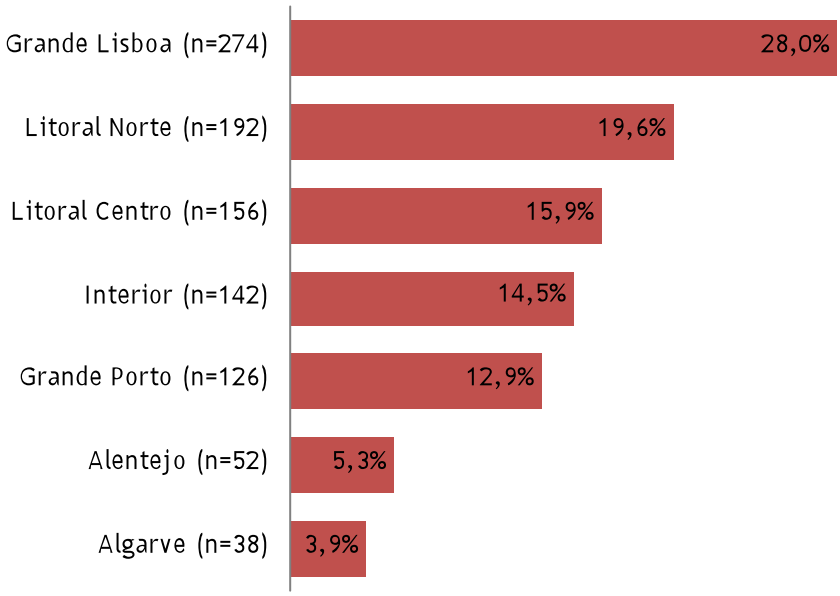
- **55% dos portugueses desempregados se assumem satisfeitos ou muito satisfeitos com a sua vida, o que sugere a importância de outras variáveis, para além do trabalho, na satisfação global com a vida;**
- A satisfação com a vida, por parte dos desempregados, decresce tendencialmente com a antiguidade do desemprego, reforçando a importância deste factor na manutenção do bem-estar subjectivo;
- o período de desemprego "entre 6 meses e 1 ano" revela-se atípico no que à satisfação diz respeito: seguindo-se a uma fase inicial de maior insatisfação, neste período a satisfação com a vida cresce, para voltar a decrescer nos períodos subsequentes, reforçando a premissa da teoria da "passadeira hedonista" segundo a qual os indivíduos se adaptam a acontecimentos negativos, tendendo para uma "neutralidade" hedonista. O facto de a insatisfação voltar a crescer nos períodos subsequentes sustenta também as conclusões encontradas, segundo as quais os efeitos do desemprego (e o mal estar daí resultante) - não se desvanecem completamente com o tempo (Lucas, Clark, Georgellis & Diener, 2004).

Anexo 1 – Caracterização da Amostra

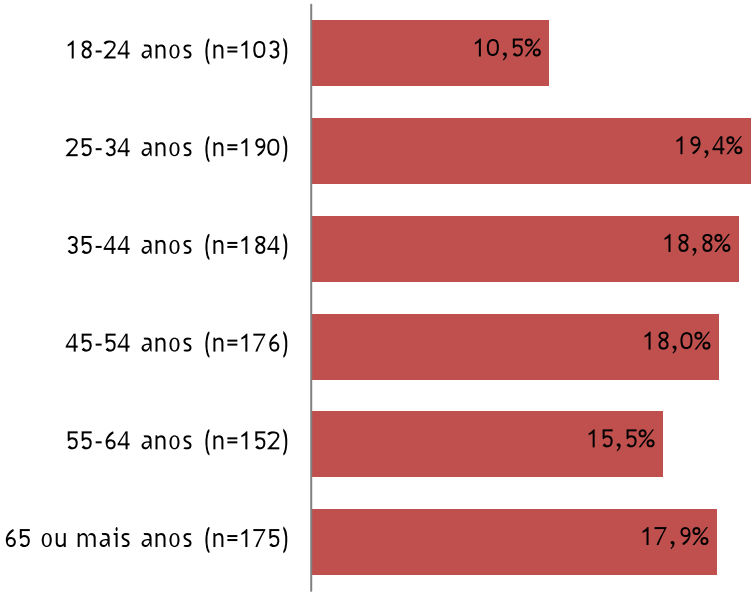
Género:



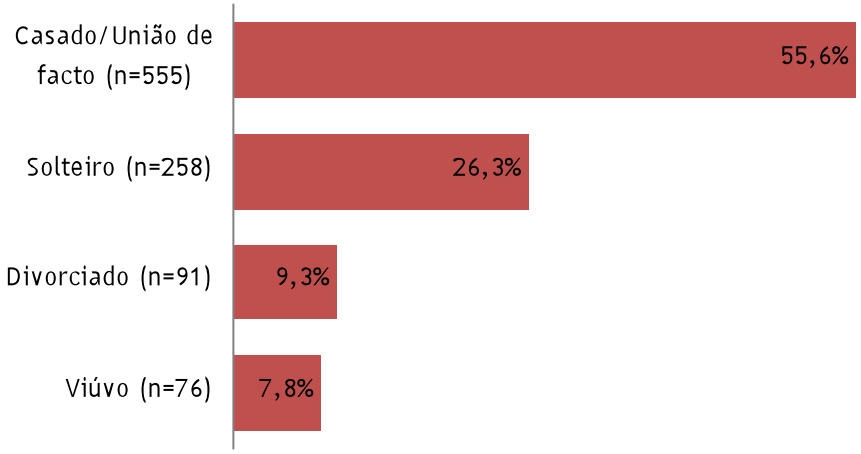
Região:



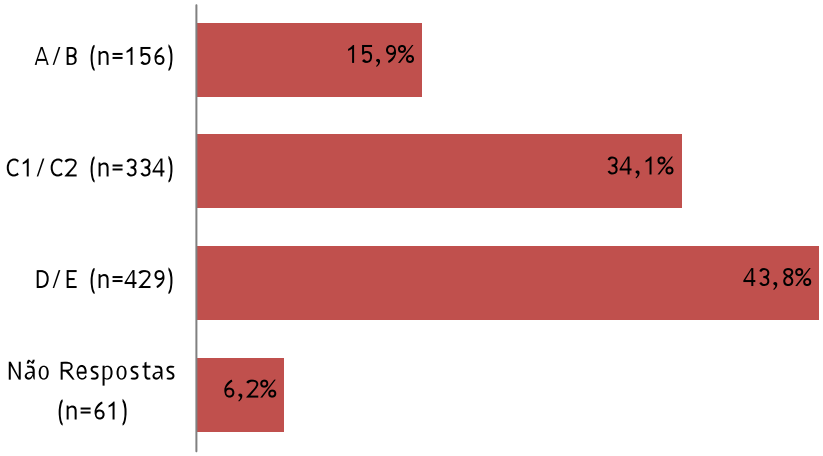
Idade:



Estado Civil:

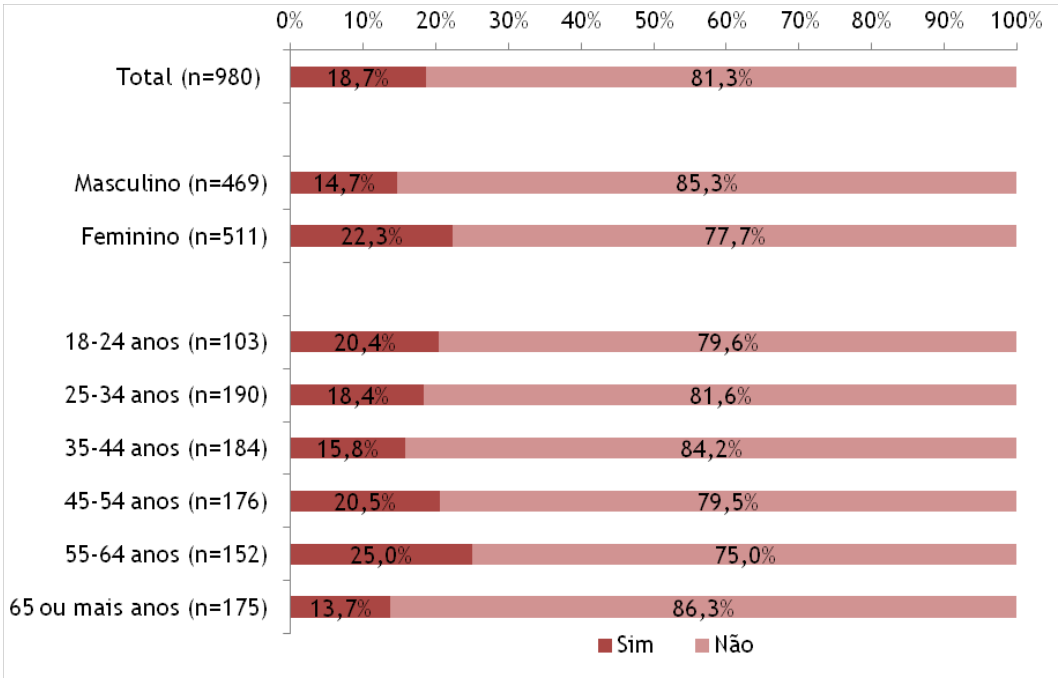


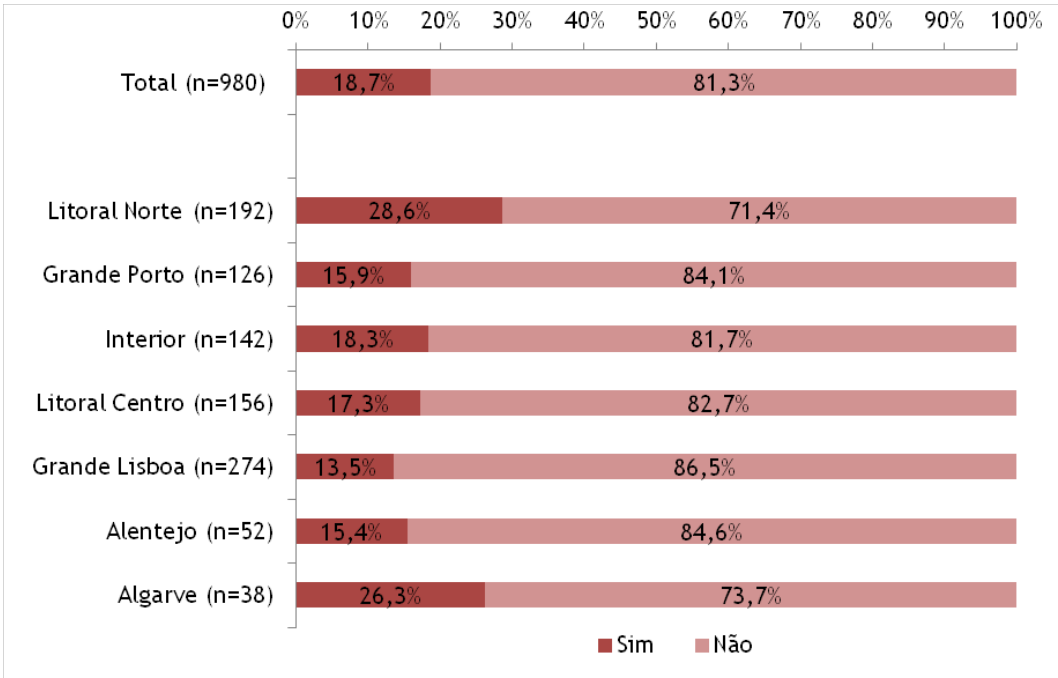
Classe Socioeconómica:



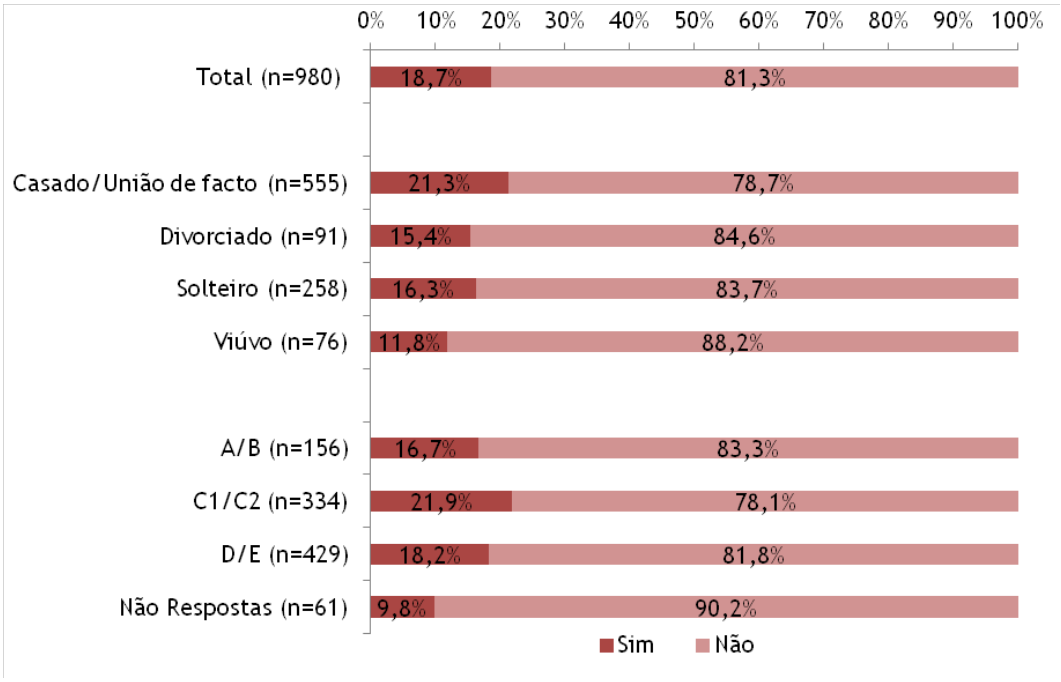
Anexo 2 - Os Portugueses hoje – o Espectro do Desemprego

P1a - Diga-me, por favor, se neste momento no contexto do seu agregado familiar se verifica alguma das seguintes situações – Desemprego/perda do rendimento actual

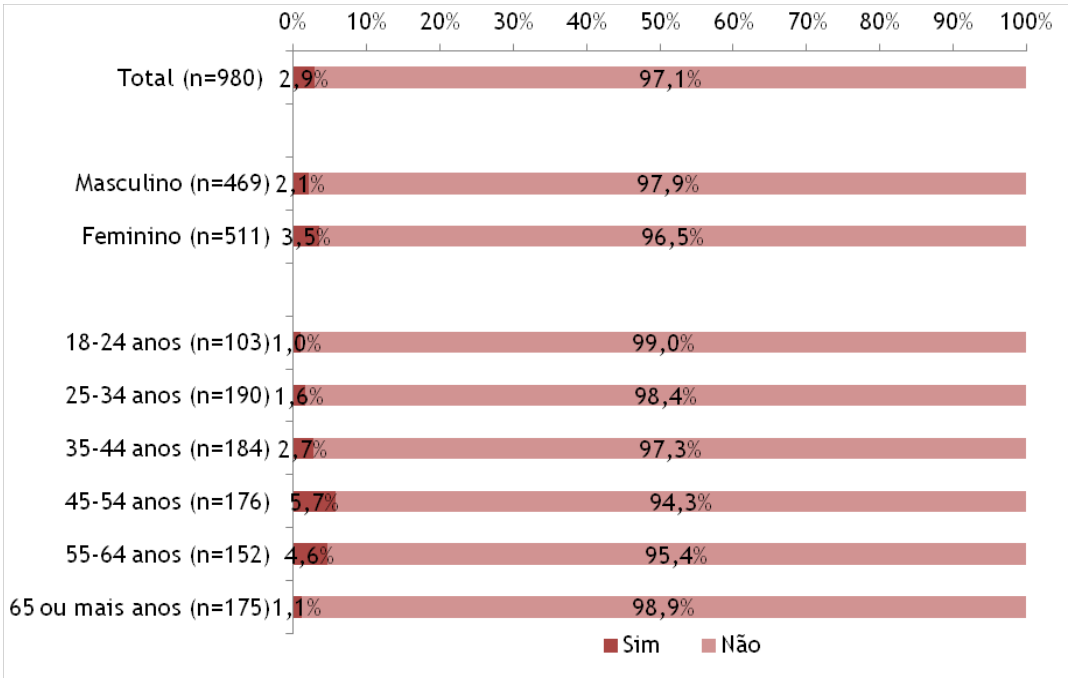




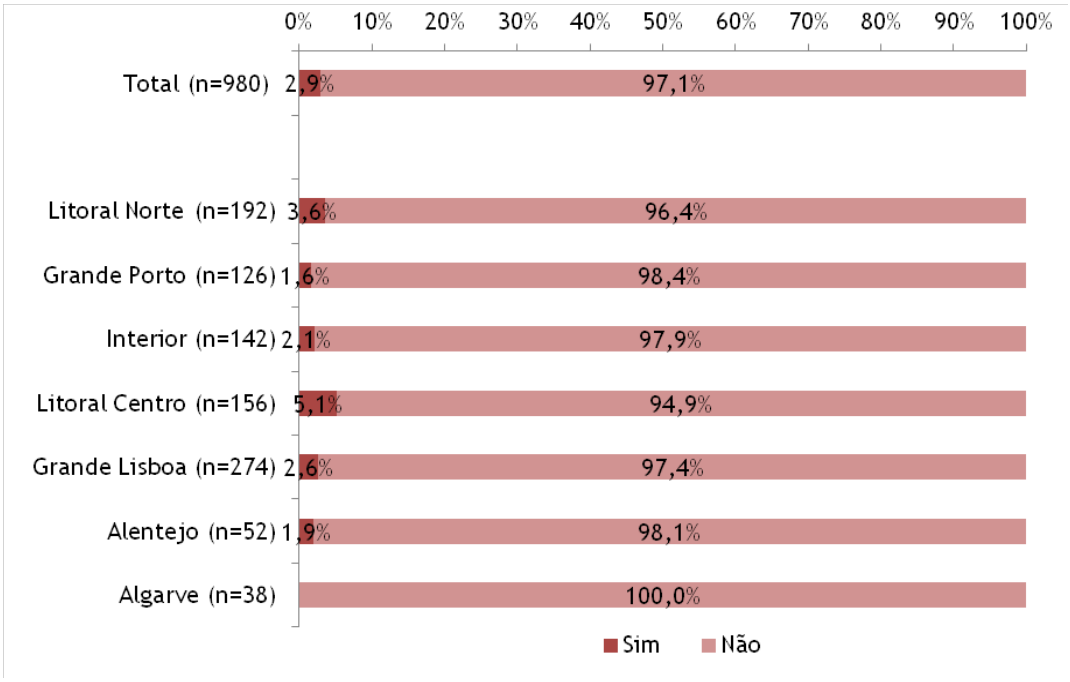
P1a - Diga-me, por favor, se neste momento no contexto do seu agregado familiar se verifica alguma das seguintes situações – Desemprego/perda do rendimento actual

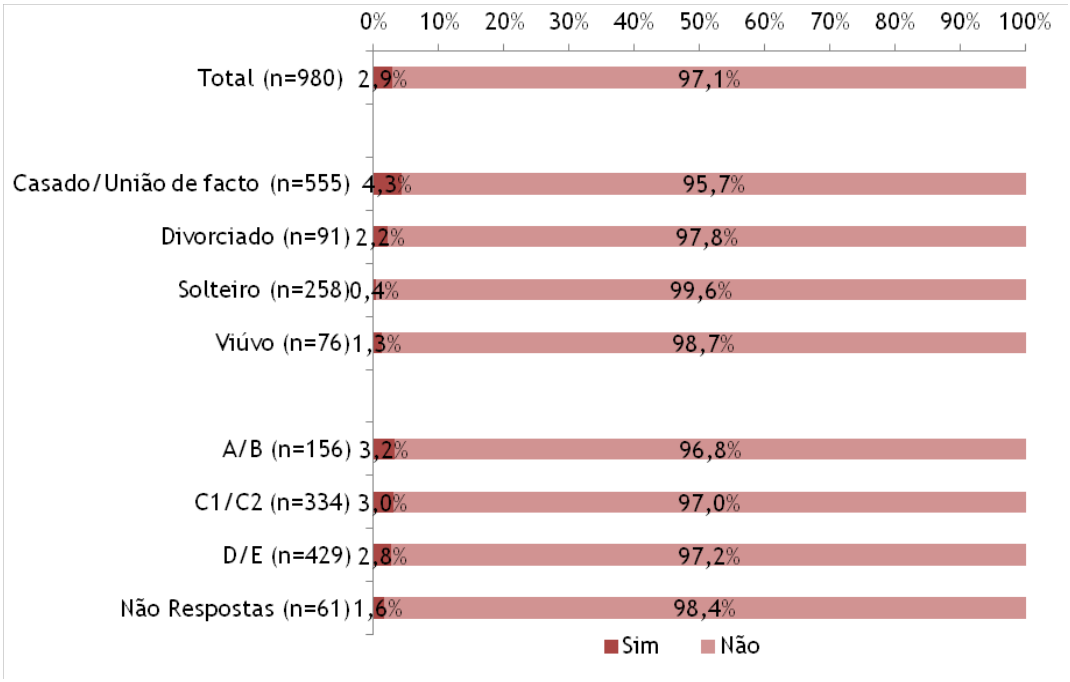


P1b - Diga-me, por favor, se neste momento no contexto do seu agregado familiar se verifica alguma das seguintes situações – Eminência de perda do emprego/perda do rendimento habitual

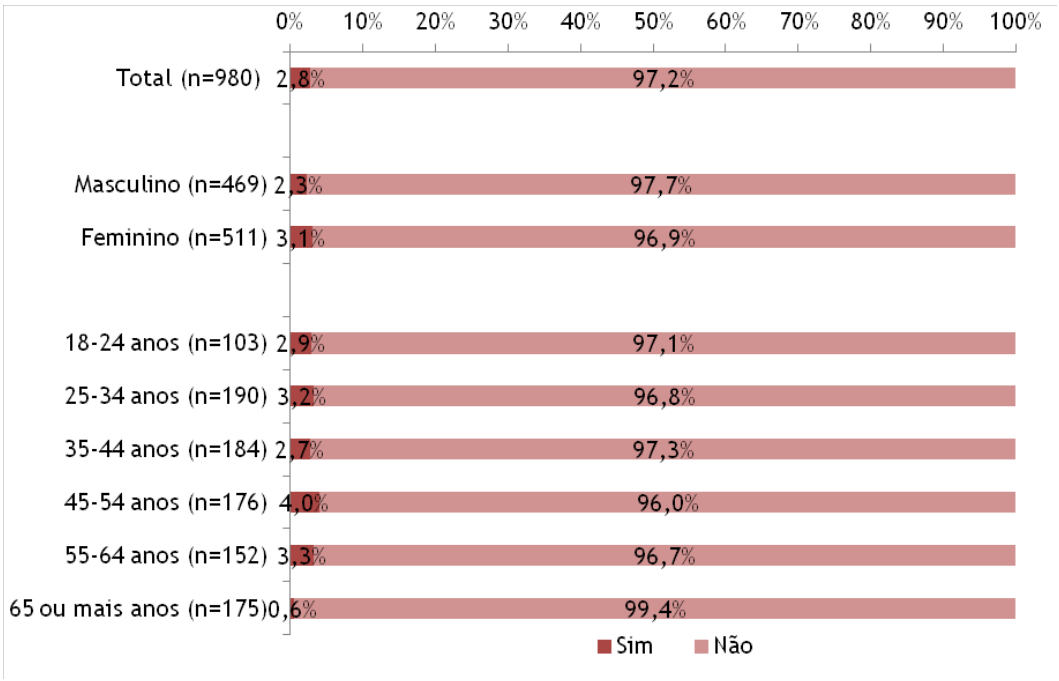

0%
10%
20%
30%
40%
50%
60%
70%
80%
90%
100%
Total (n=980)
2,9%
97,1%
Masculino (n=469)
2,1%
97,9%
Feminino (n=511)
3,5%
96,5%
18-24 anos (n=103)
1,0%
99,0%
25-34 anos (n=190)
1,6%
98,4%
35-44 anos (n=184)
2,7%
97,3%
45-54 anos (n=176)
5,7%
94,3%
55-64 anos (n=152)
4,6%
95,4%
65 ou mais anos (n=175)
1,1%
98,9%
Sim
Não

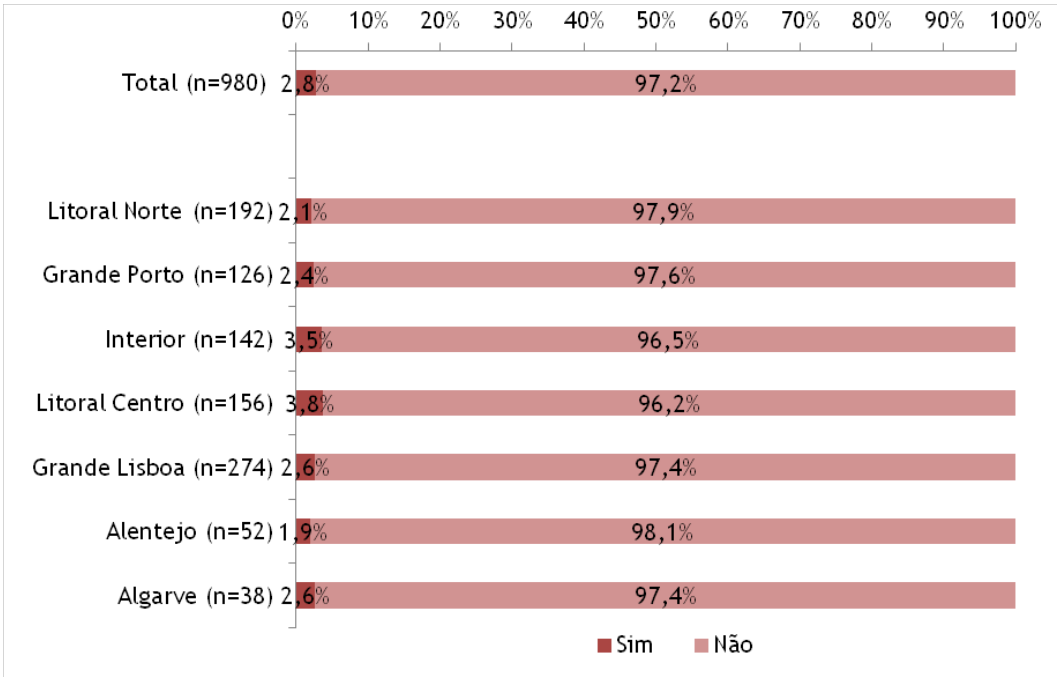
P1b - Diga-me, por favor, se neste momento no contexto do seu agregado familiar se verifica alguma das seguintes situações - Eminência de perda do emprego/perda do rendimento habitual



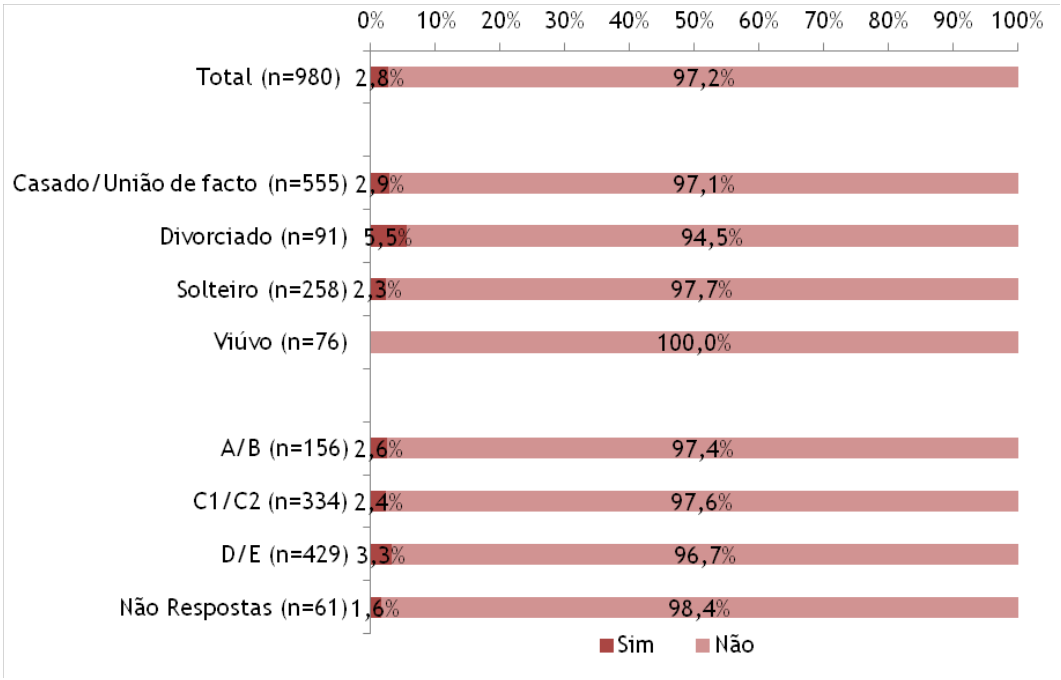


P1c - Diga-me, por favor, se neste momento no contexto do seu agregado familiar se verifica alguma das seguintes situações - Possibilidade de perda do emprego/perda do rendimento habitual



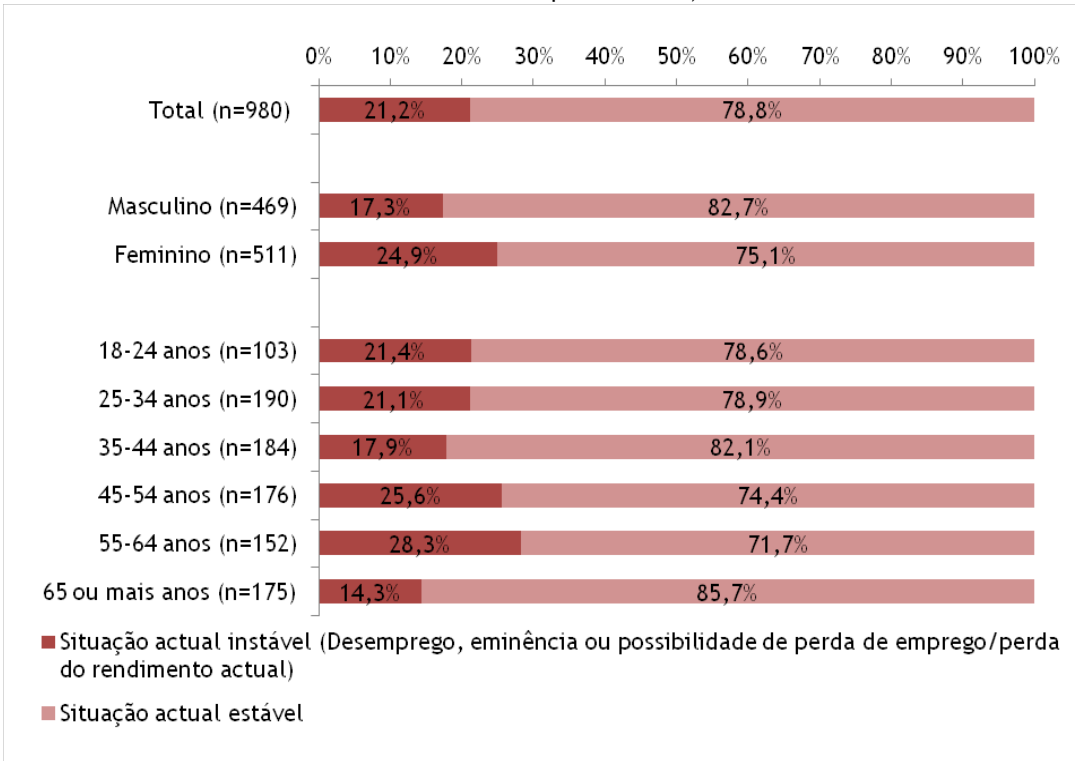


P1c - Diga-me, por favor, se neste momento no contexto do seu agregado familiar se verifica alguma das seguintes situações - Possibilidade de perda do emprego/perda do rendimento habitual



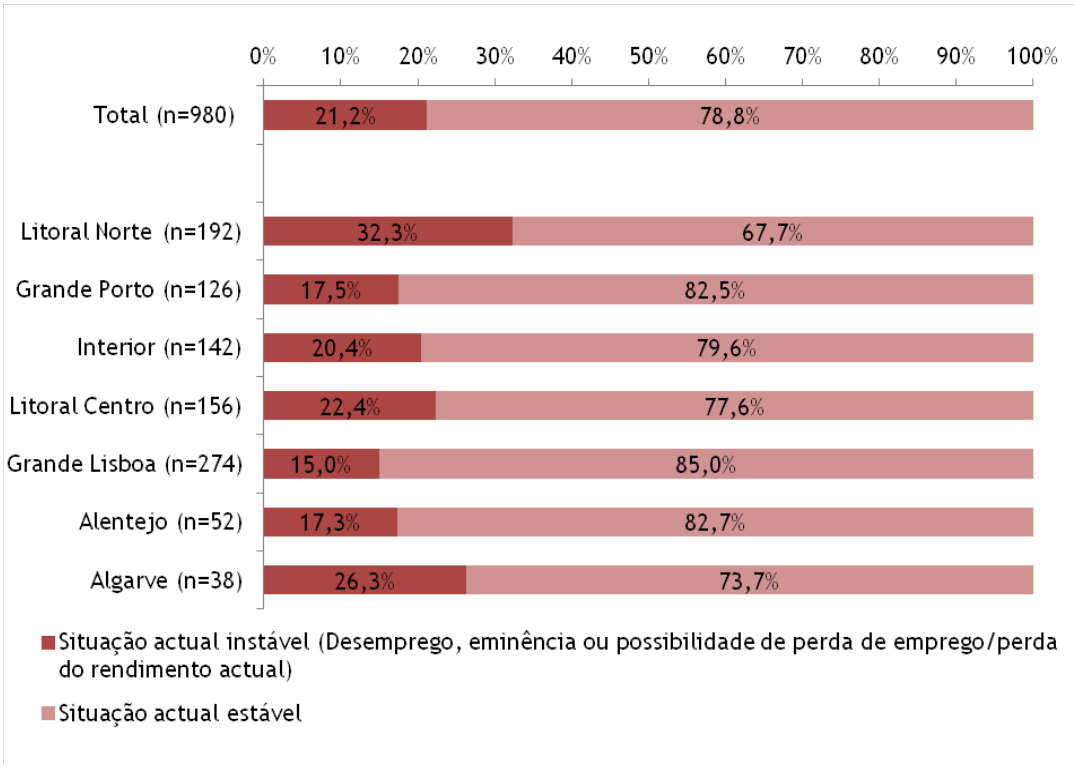
Cruzamentos

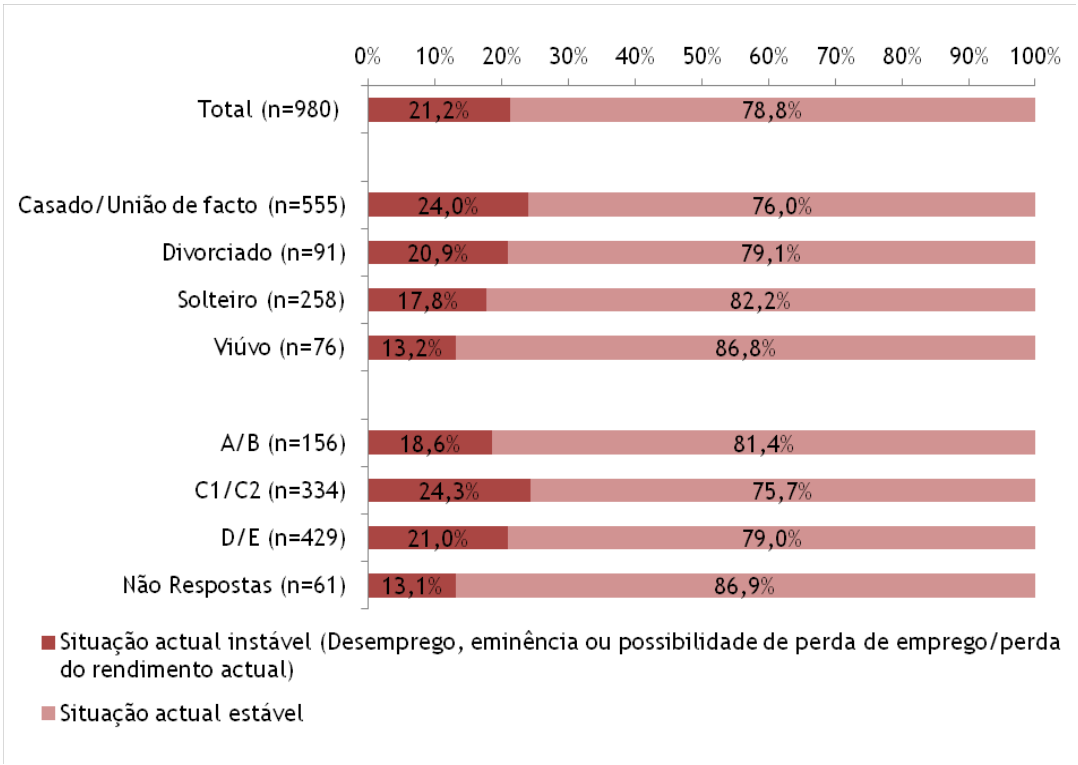
Agregados Familiares - Situação Profissional Estável versus Situação Profissional Instável (desemprego e/ou eminência e/ou possibilidade)



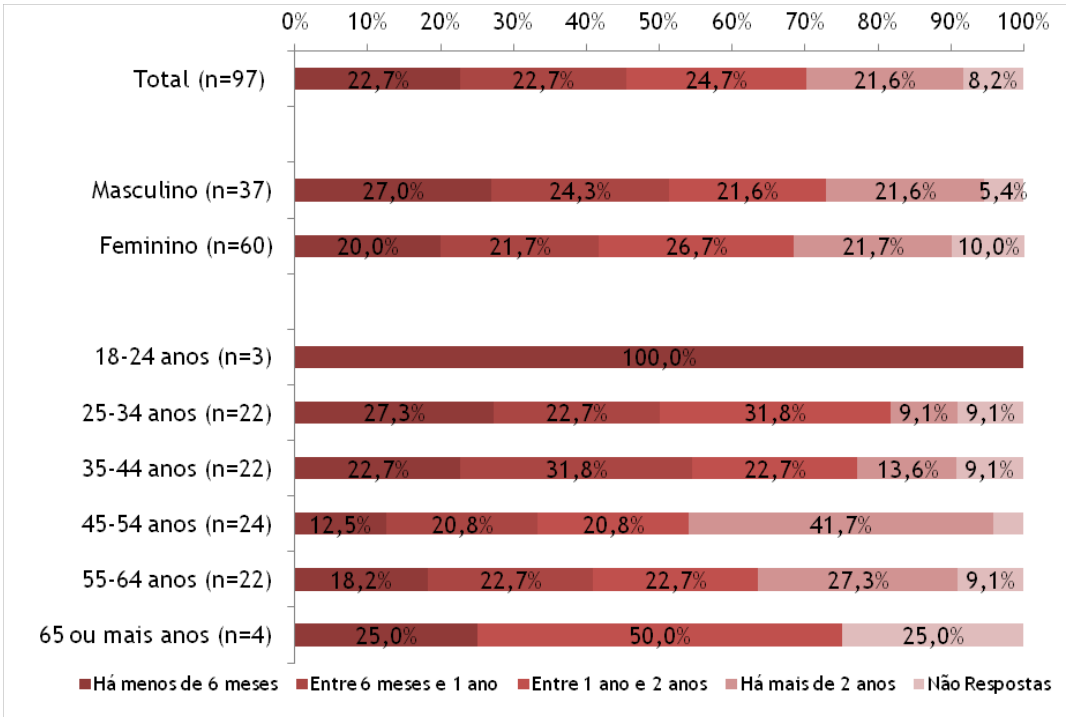
Cruzamentos

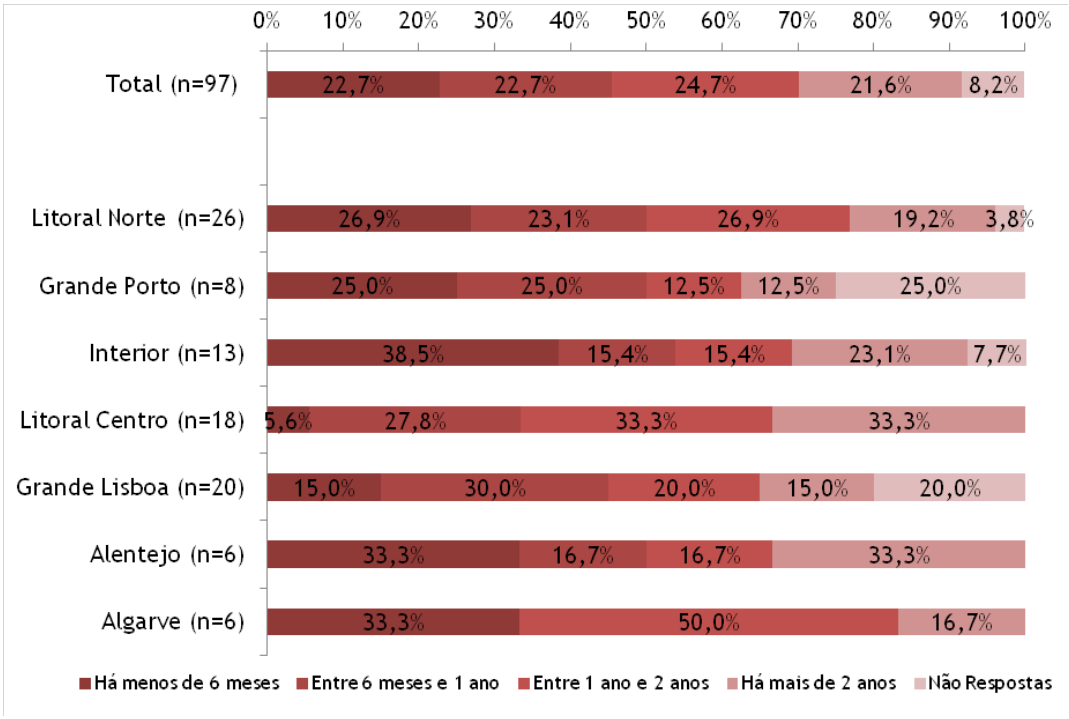
Agregados Familiares - Situação Profissional Estável versus Situação Profissional Instável (desemprego e/ou eminência e/ou possibilidade)



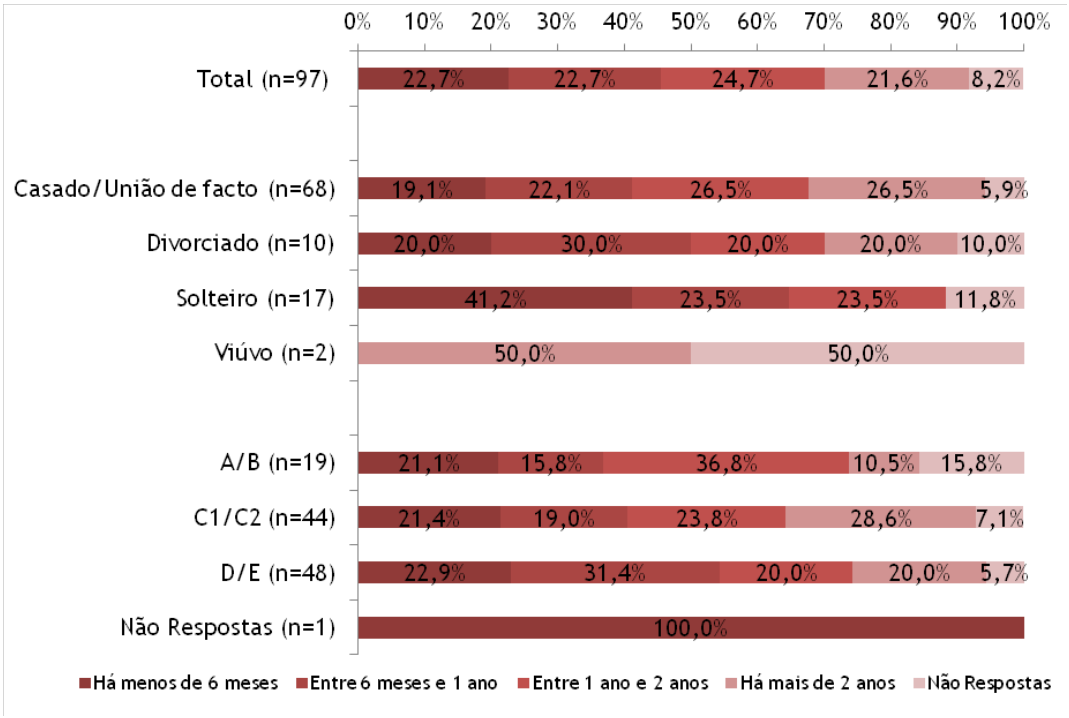


P1e - Há quanto tempo se encontra desempregado?

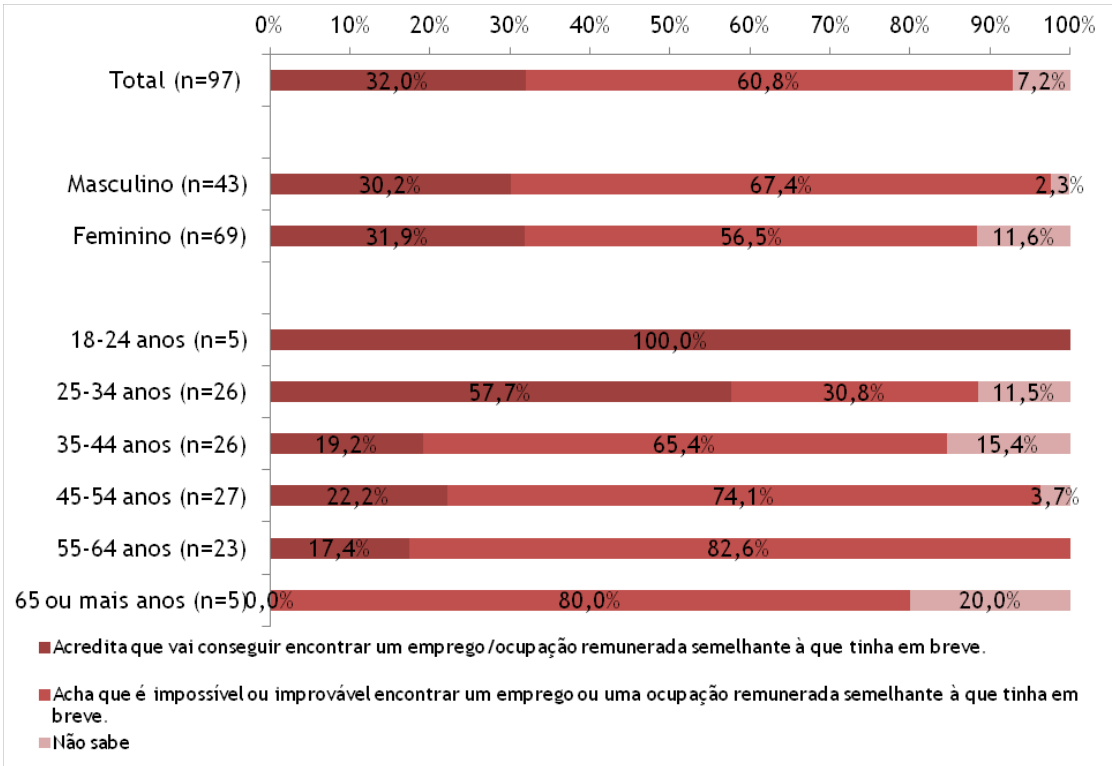




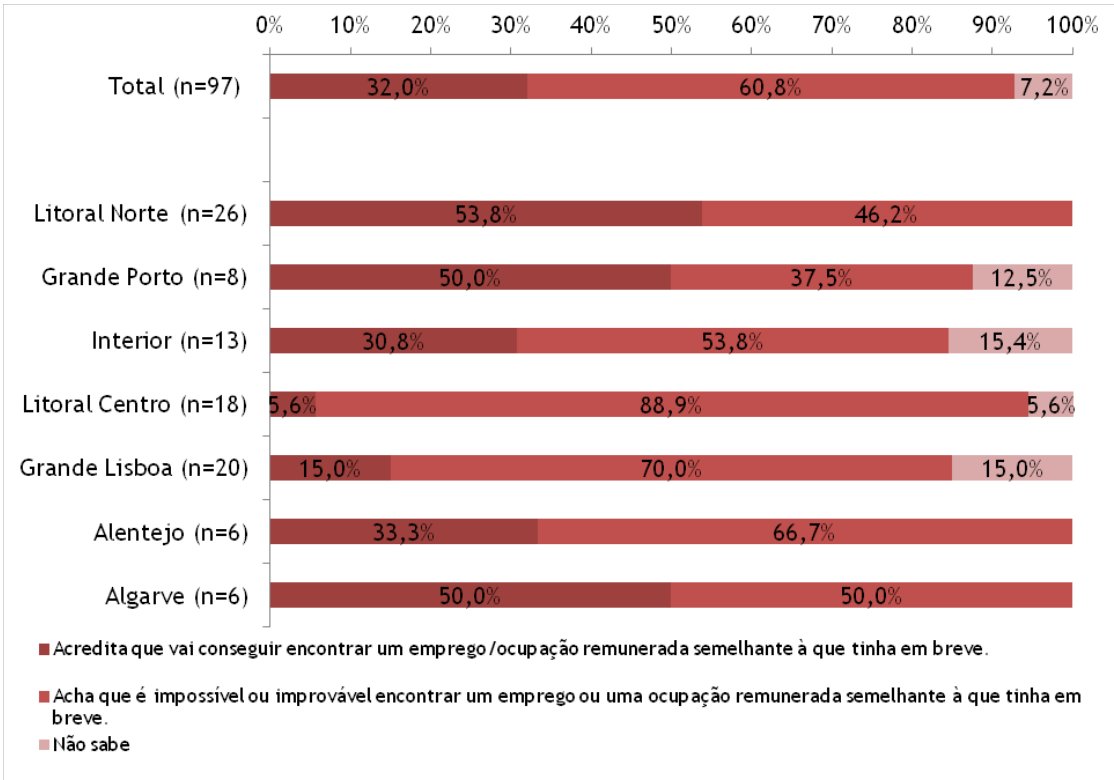
P1e - Há quanto tempo se encontra desempregado?

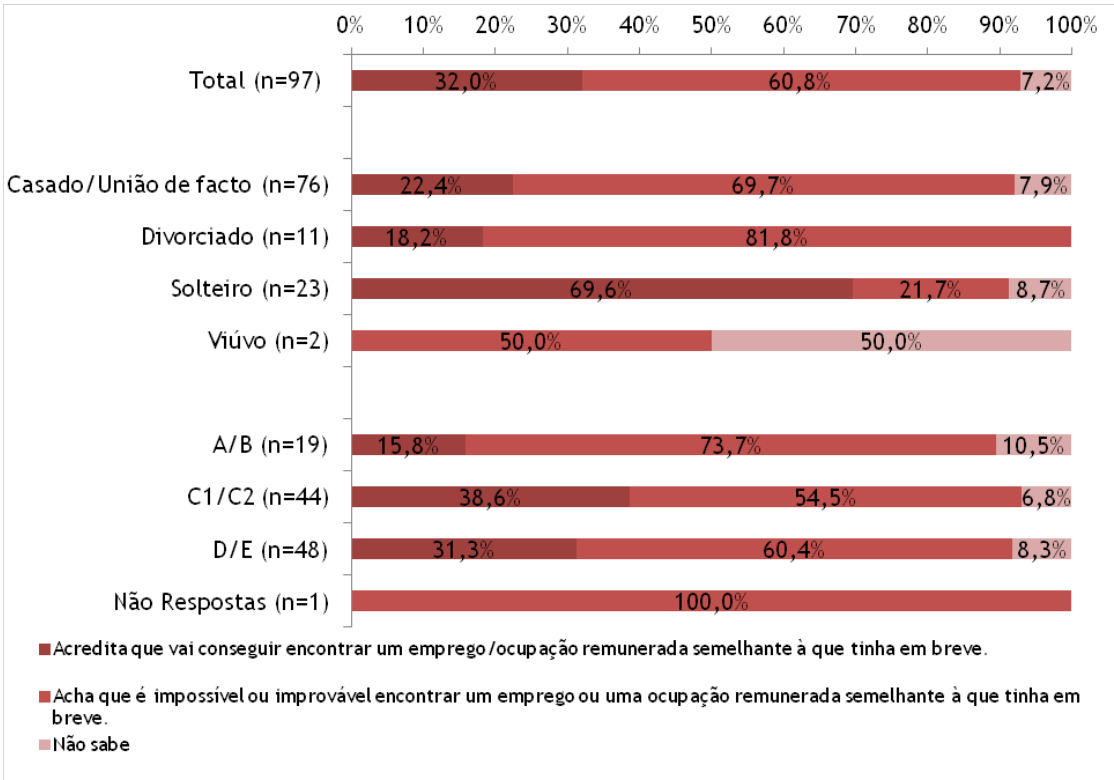


P10- E qual das seguintes frases melhor descreve a forma como vive a presente situação?



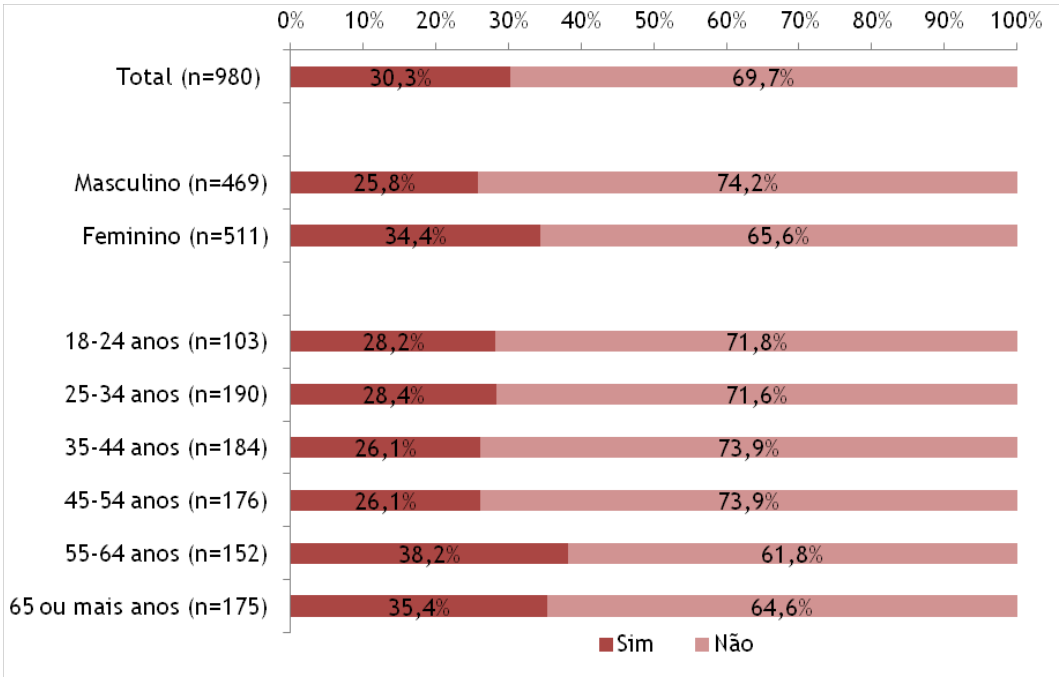
P10- E qual das seguintes frases melhor descreve a forma como vive a presente situação?

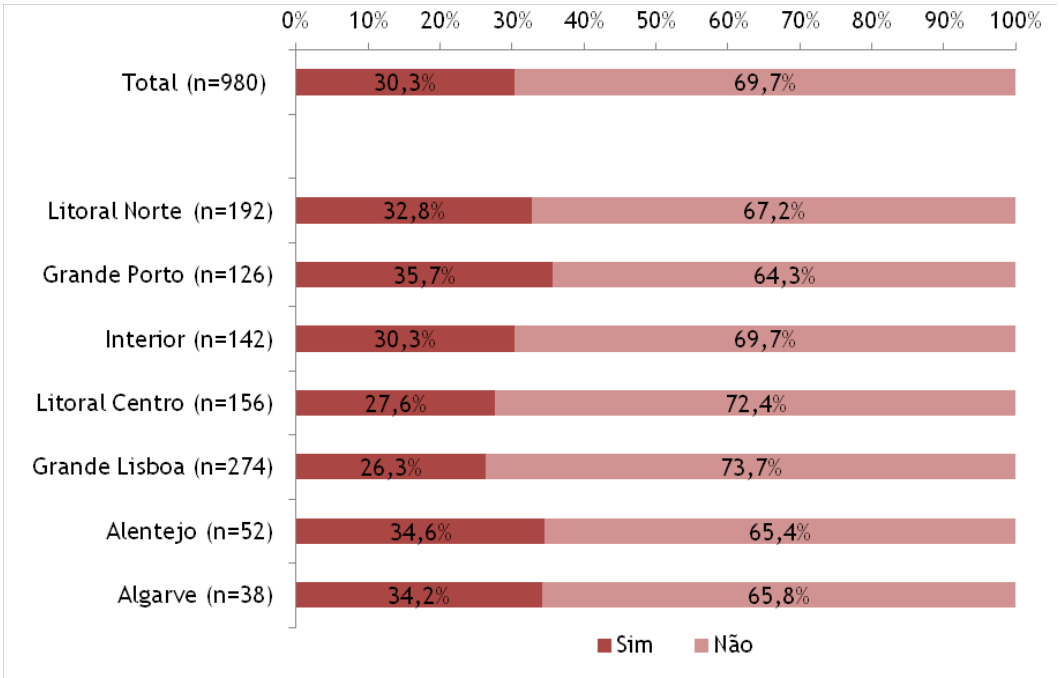




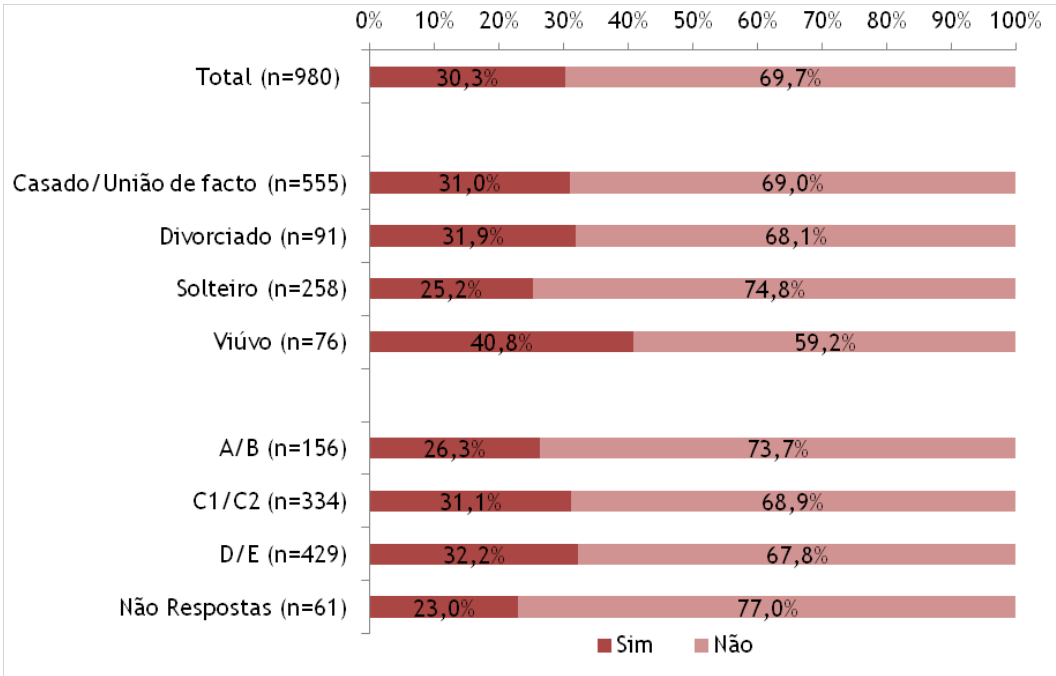
Anexo 3 - Onde os Portugueses “cortam”

P5 - Fez cortes orçamentais nos bens considerados essenciais, como comida, água, luz e gás, e outros bens de consumo doméstico?





P5 - Fez cortes orçamentais nos bens considerados essenciais, como comida, água, luz e gás, e outros bens de consumo doméstico?

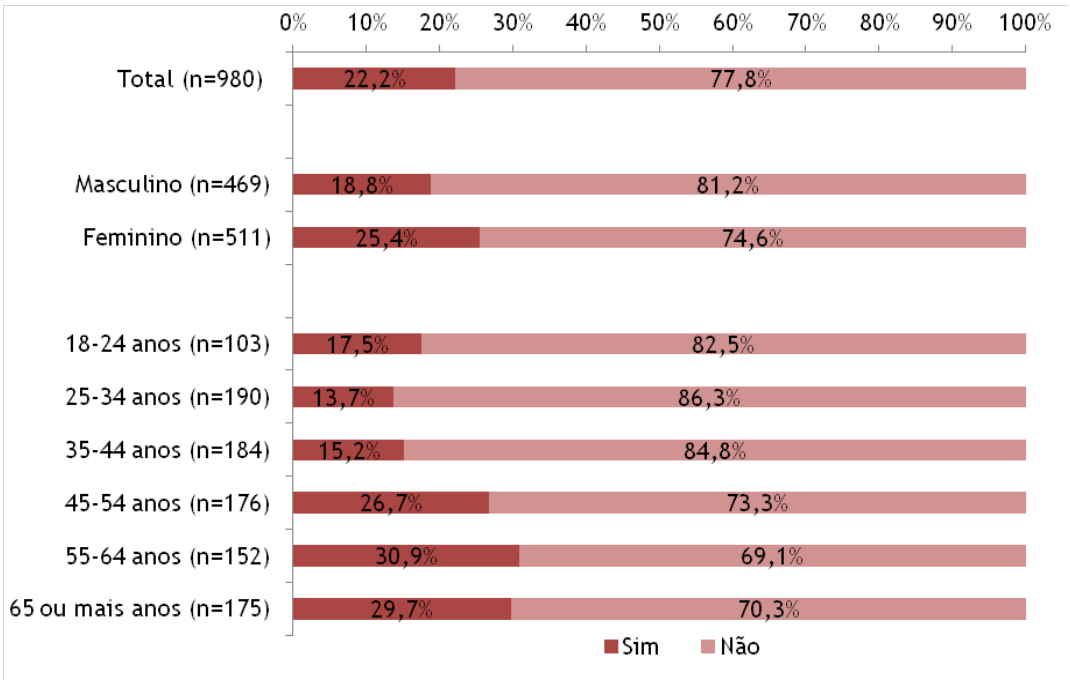


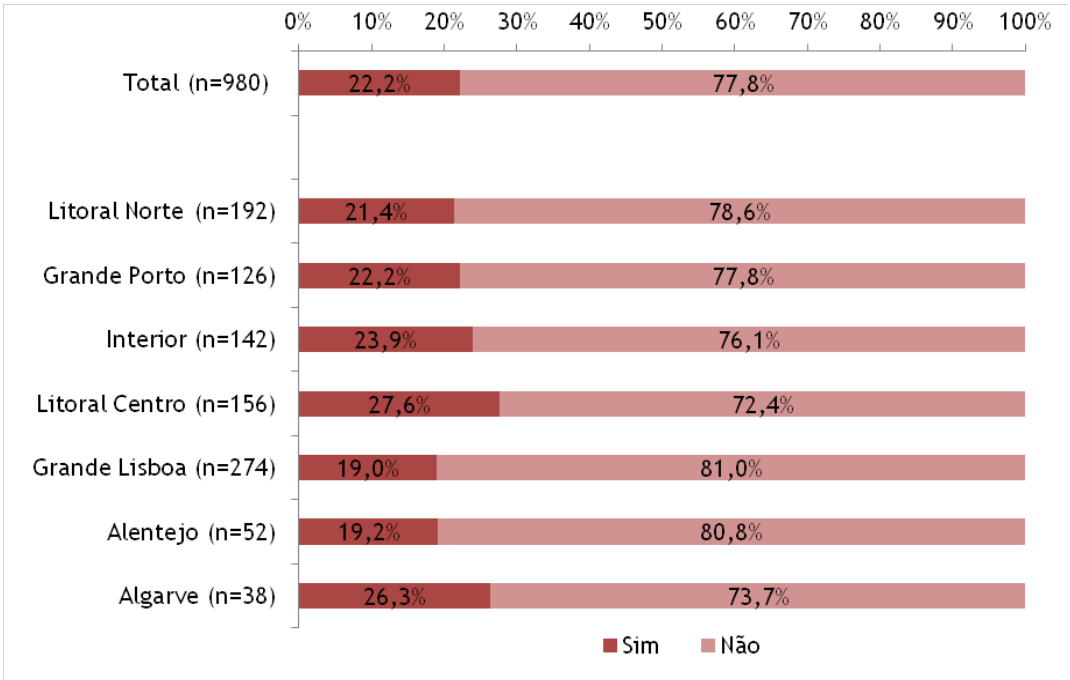
Cruzamentos
Total População versus Desempregados

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Sim	45,4%	36,4%	50,0%	45,8%	57,1%	25,0%
Não	54,6%	63,6%	50,0%	54,2%	42,9%	75,0%

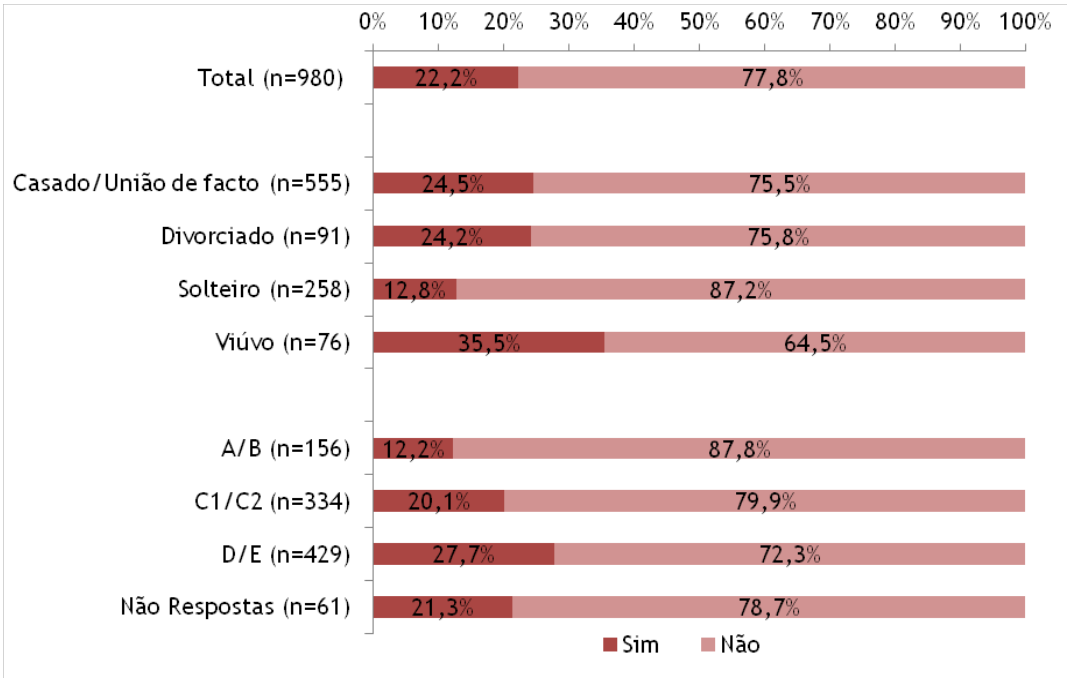
(Base: Inquiridos Desempregados - 97)

P3 – Tem feito <u>cortes nas despesas normais de saúde</u> (e.g. dentista, médico de família, consultas e exames de rotina)?





P3 – Tem feito cortes nas despesas normais de saúde (e.g. dentista, médico de família, consultas e exames de rotina)?



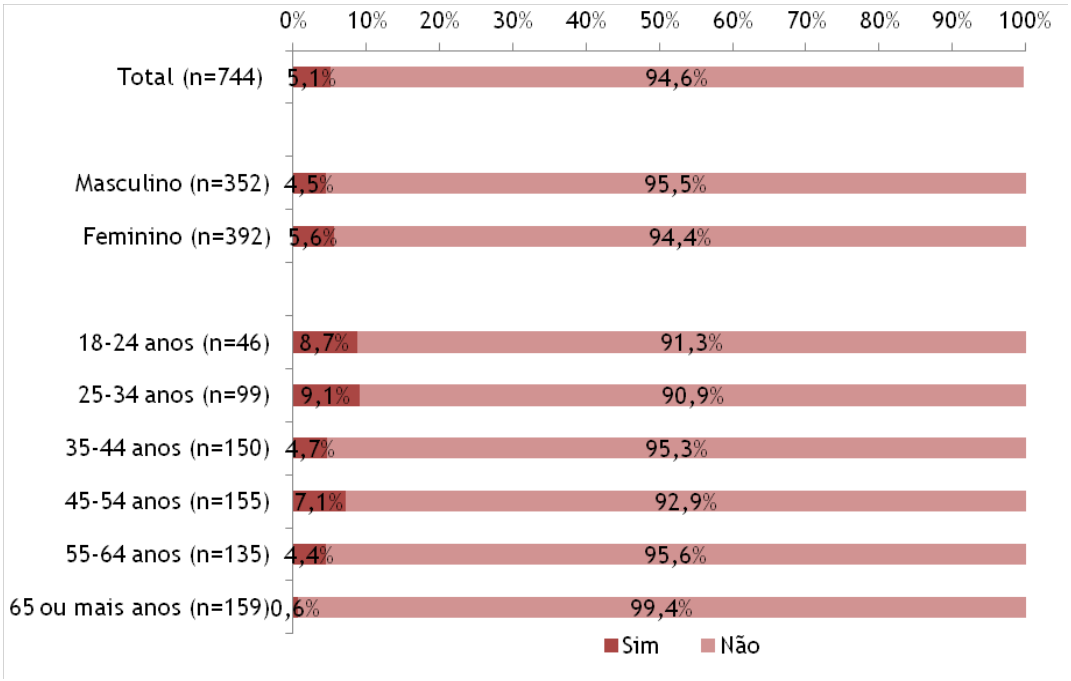
Cruzamentos

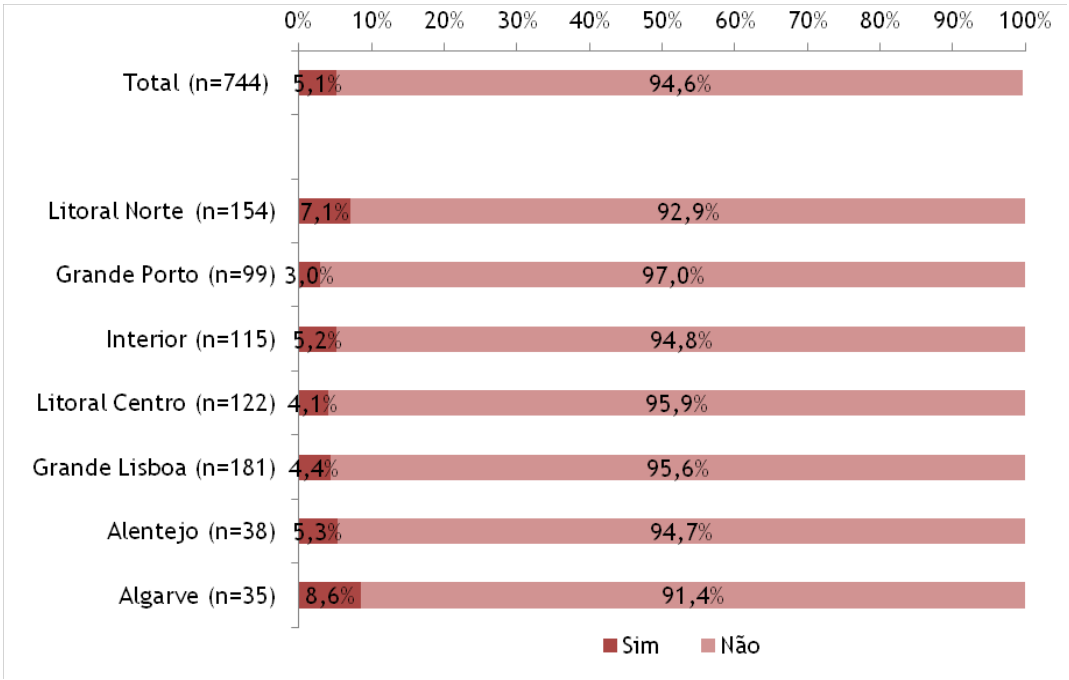
Total População versus Desempregados

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Sim	37,1%	9,1%	40,9%	50,0%	47,6%	37,5%
Não	62,9%	90,9%	59,1%	50,0%	52,4%	62,5%

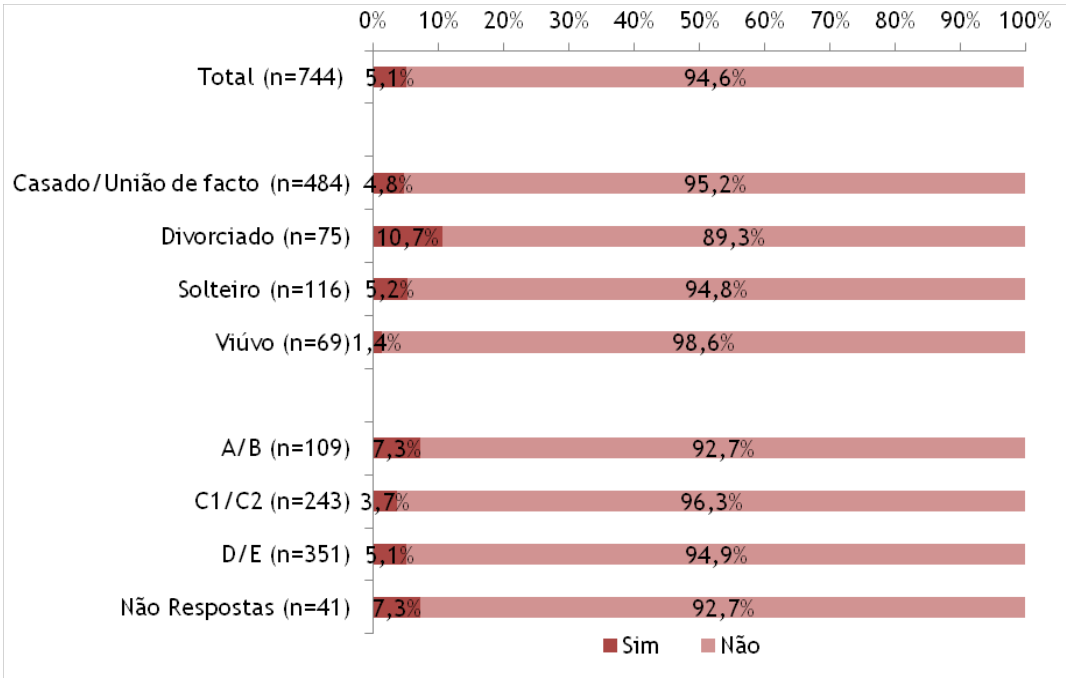
(Base: Inquiridos Desempregados – 97)

P4 - E nas despesas com a educação dos seus filhos?
(Base: Total de Inquiridos com Filhos - 744)





P4 - E nas despesas com a educação dos seus filhos?
(Base: Total de Inquiridos com Filhos - 744)

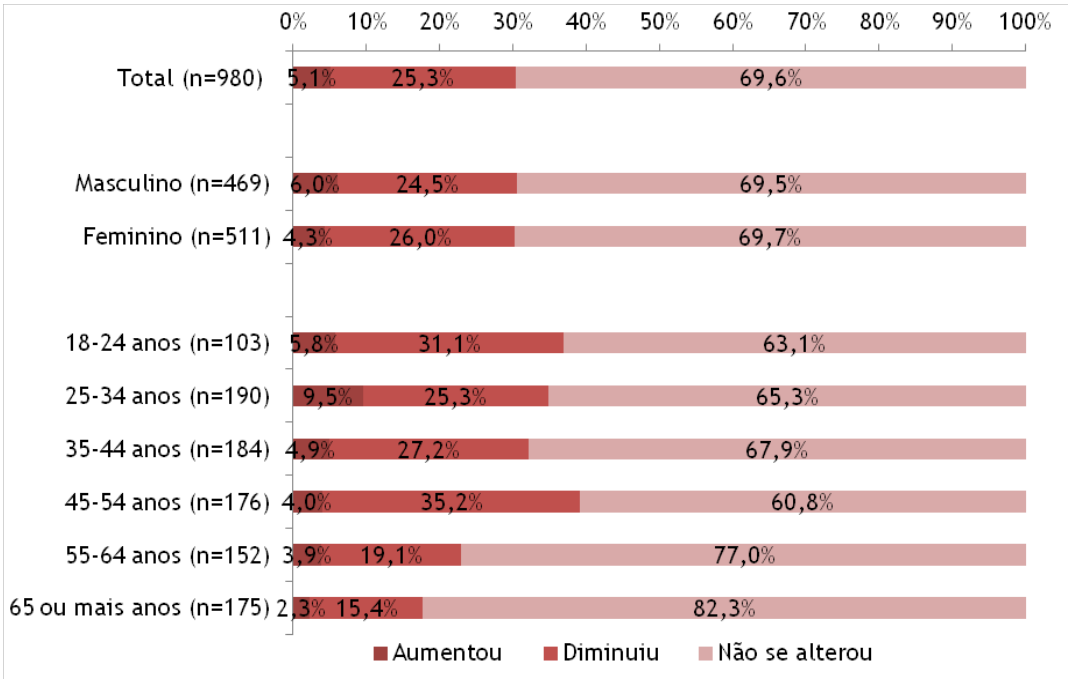


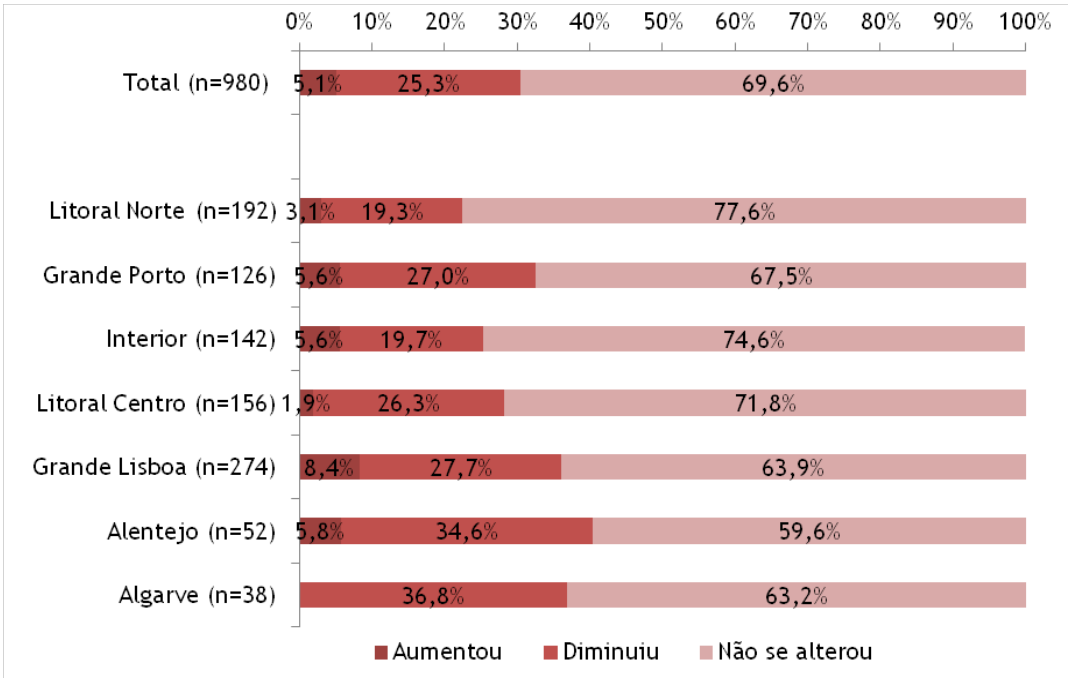
Cruzamentos
Total População com Filhos versus Desempregados

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Sim	12,7%	5,6%	10,5%	15,0%	22,2%	0,0%
Não	87,3%	94,4%	89,5%	85,0%	77,8%	100,0%

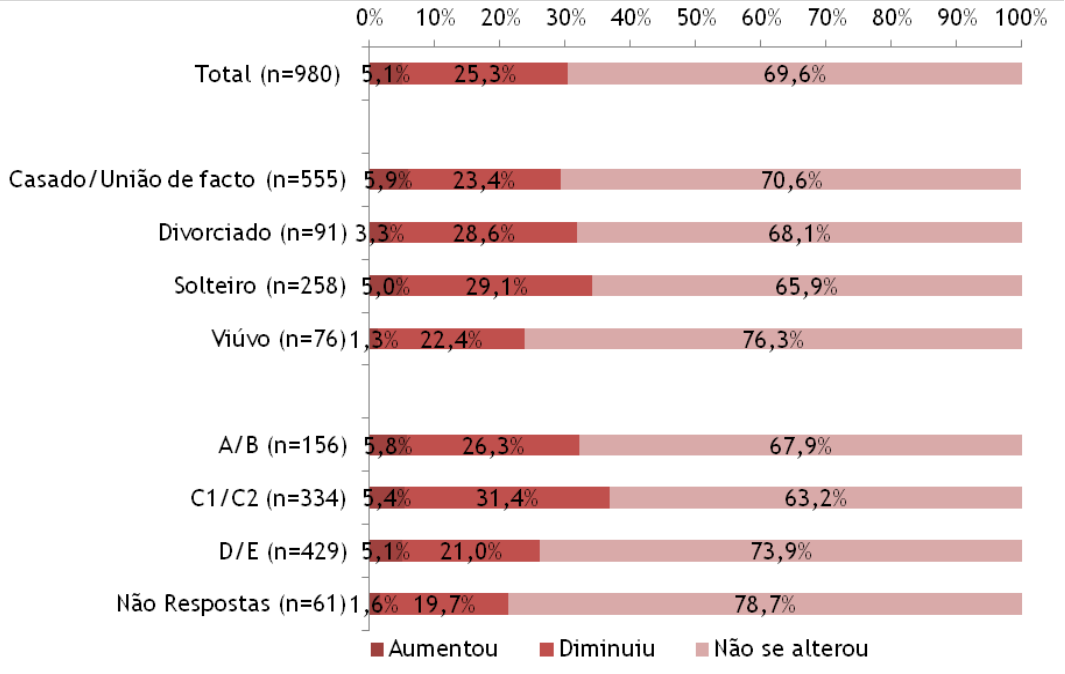
(Base: Inquiridos Desempregados - 97)

P6 - Falemos agora do TEMPO. No presente contexto, o tempo que passa em actividades de lazer…





P6 - Falemos agora do TEMPO. No presente contexto, o tempo que passa em actividades de lazer…



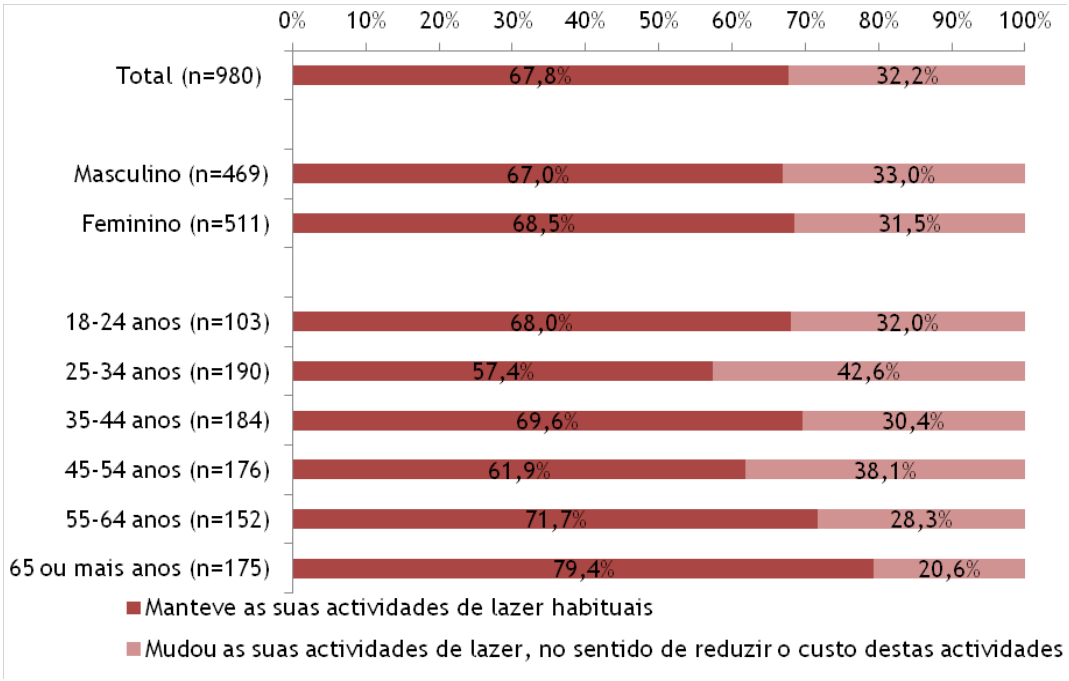
Cruzamentos

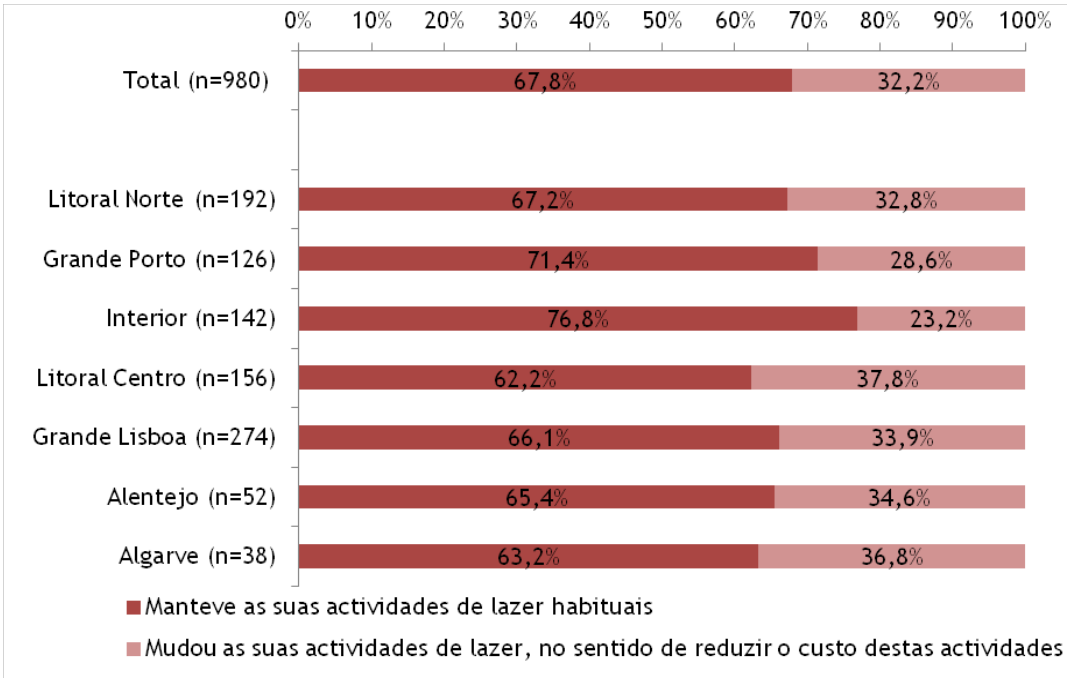
Total População versus Desempregados

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Aumentou	5,2%	4,5%	4,5%	4,2%	9,5%	0,0%
Diminuiu	35,1%	31,8%	40,9%	37,5%	38,1%	12,5%
Não se alterou	59,8%	63,6%	54,5%	58,3%	52,4%	87,5%

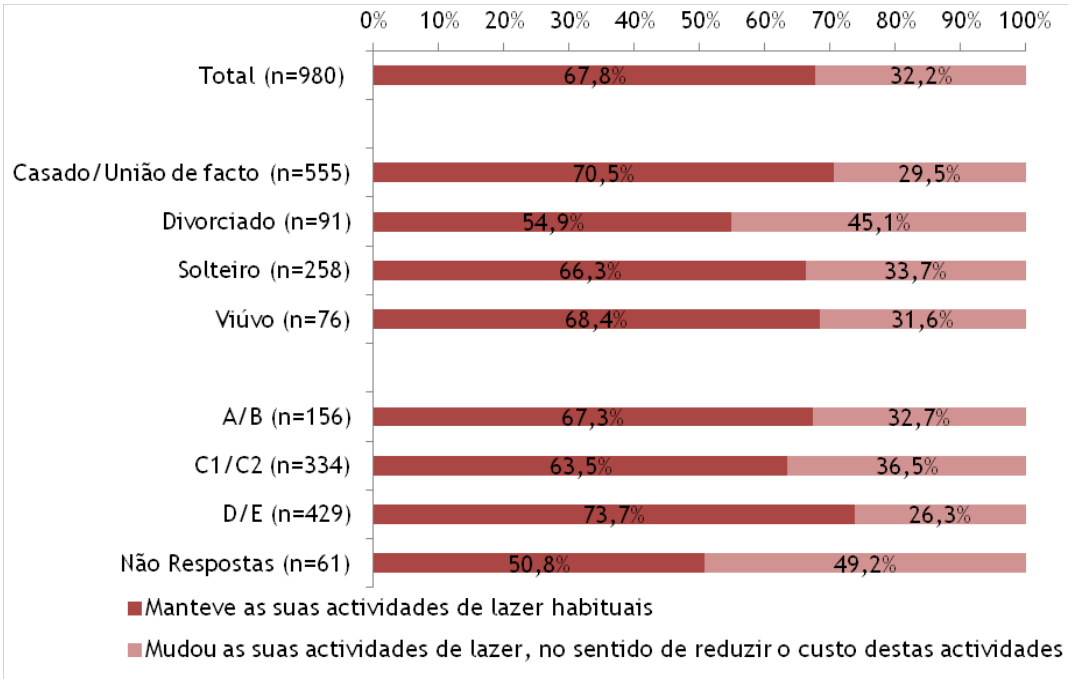
(Base: Inquiridos Desempregados - 97)

P6a - E no que respeita à natureza das suas actividades de lazer (o que costumava fazer em termos de actividades de lazer…) diria que…





P6a - E no que respeita à natureza das suas actividades de lazer (o que costumava fazer em termos de actividades de lazer…) diria que…

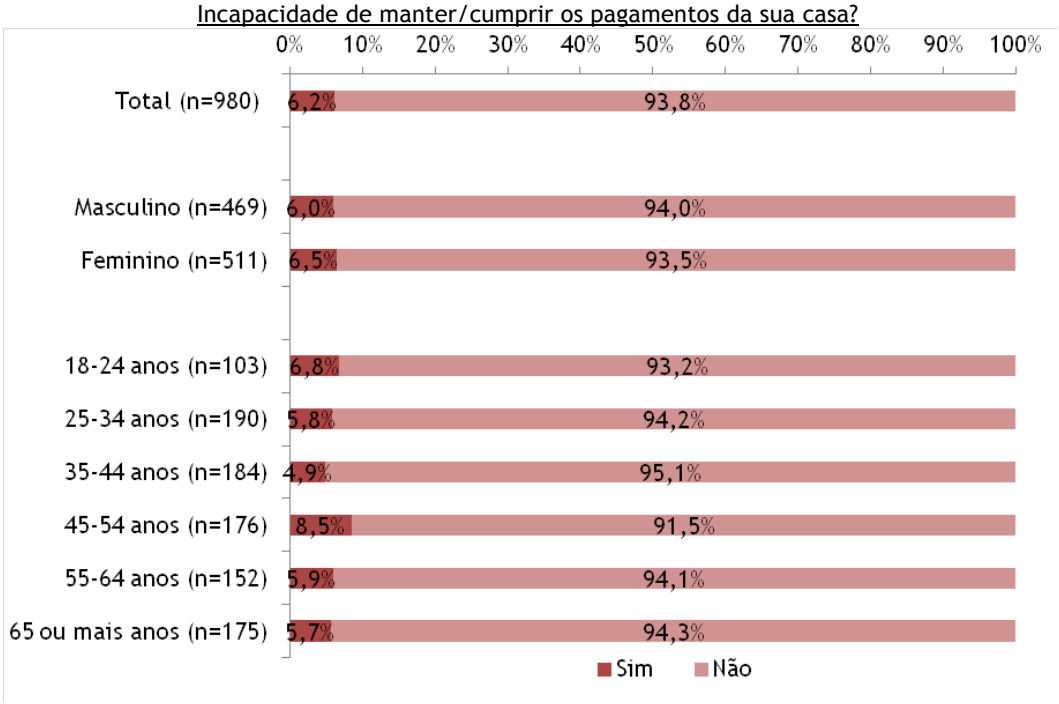


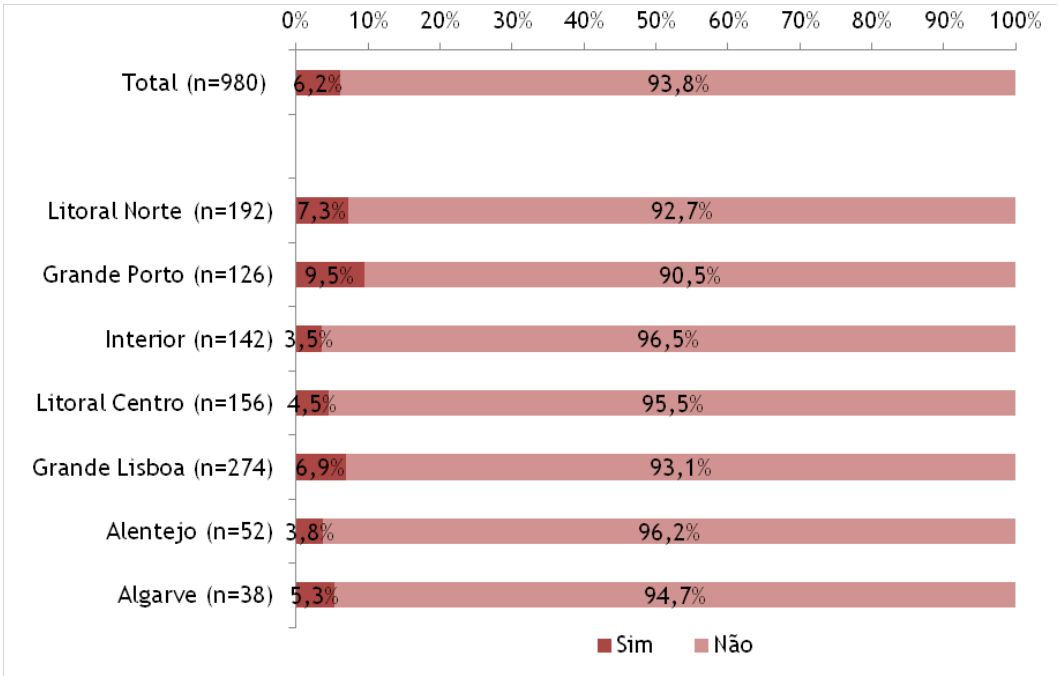
Cruzamentos
Total População versus Desempregados

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Manteve as suas actividades de lazer normais	63,9%	63,6%	77,3%	54,2%	52,4%	87,5%
Mudou as suas actividades de lazer, no sentido de reduzir o custo destas actividades	36,1%	36,4%	22,7%	45,8%	47,6%	12,5%

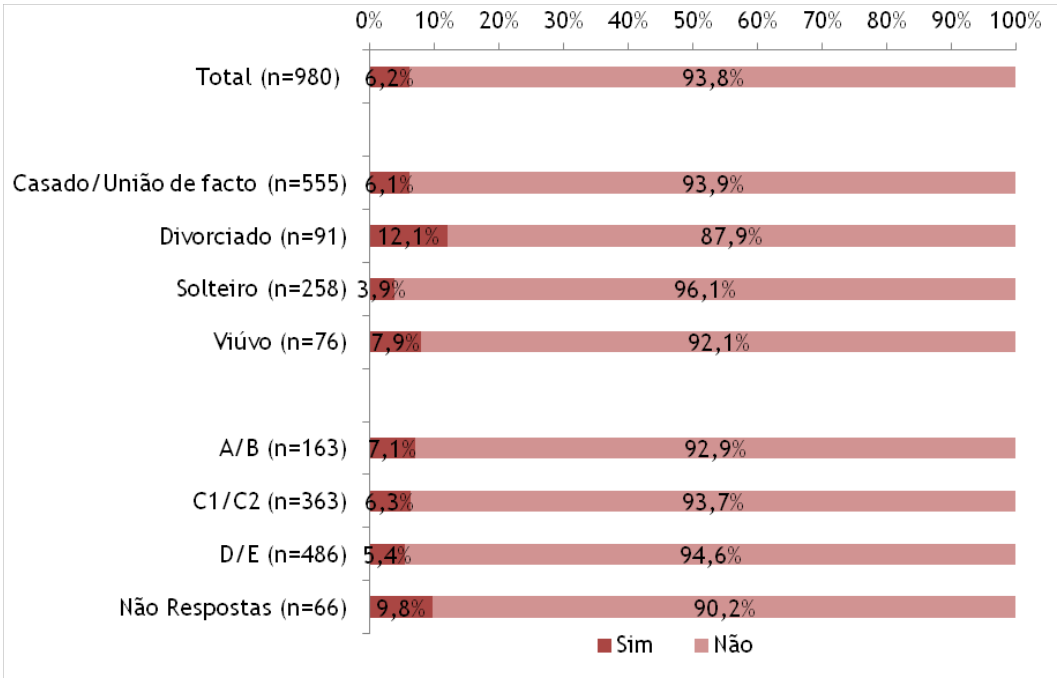
(Base: Inquiridos Desempregados - 97)

P2a - Encontra-se nalguma das seguintes situações:...
Incapacidade de manter/cumprir os pagamentos da sua casa?



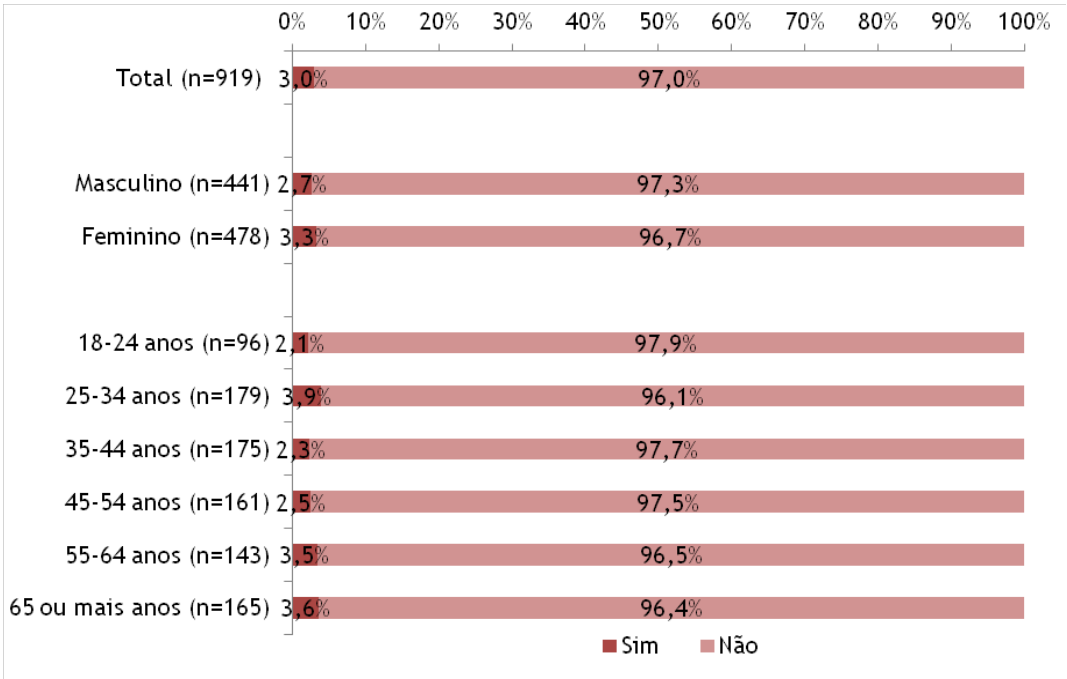


P2a – Encontra-se nalguma das seguintes situações:…
Incapacidade de manter/cumprir os pagamentos da sua casa?



(Base: Total de Inquiridos – 980)

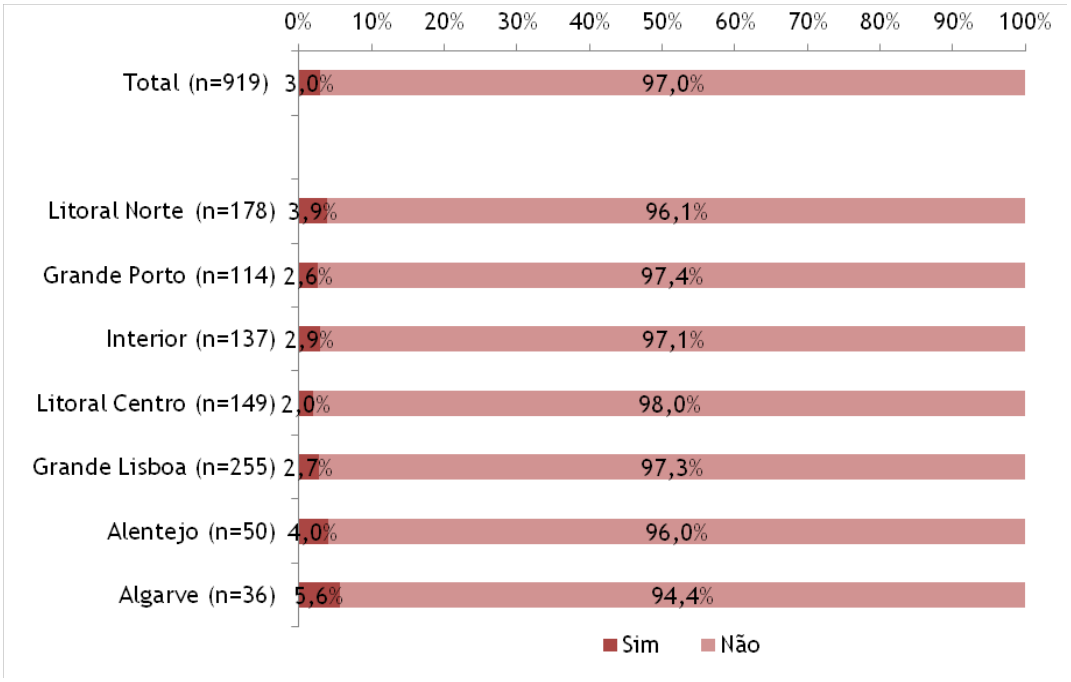
P2b – Encontra-se nalguma das seguintes situações:
Eminência de não poder manter/cumprir os pagamentos da sua casa?
(Base: Inquiridos que referiram não estar a sentir incapacidade de manter/cumprir os pagamentos da sua casa – 919)

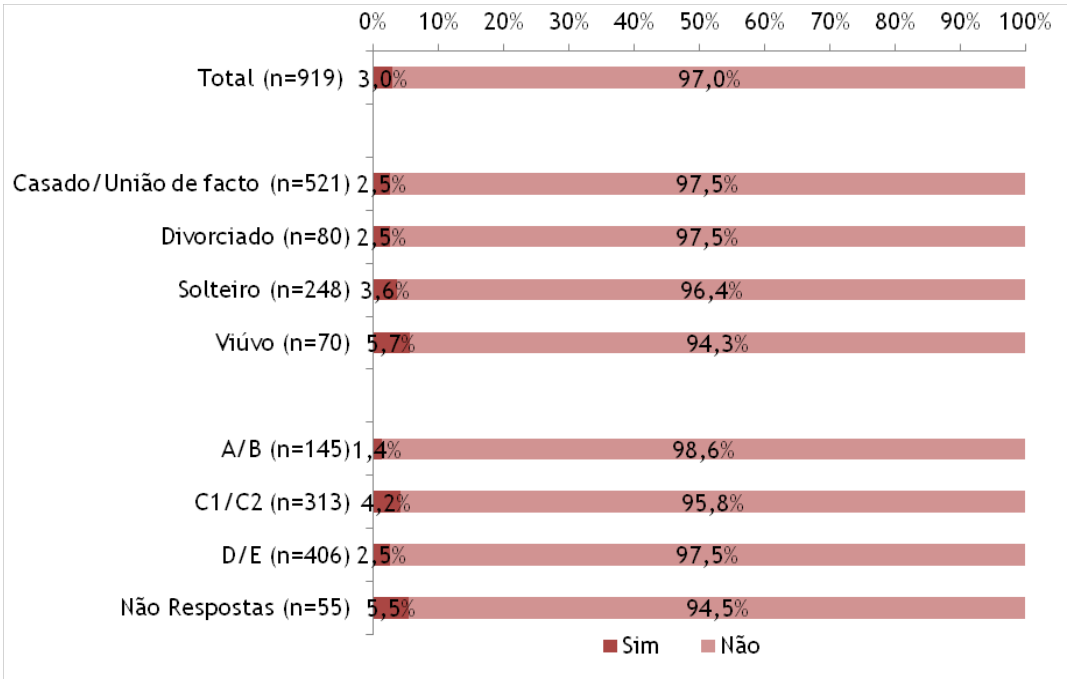


P2b – Encontra-se nalguma das seguintes situações:

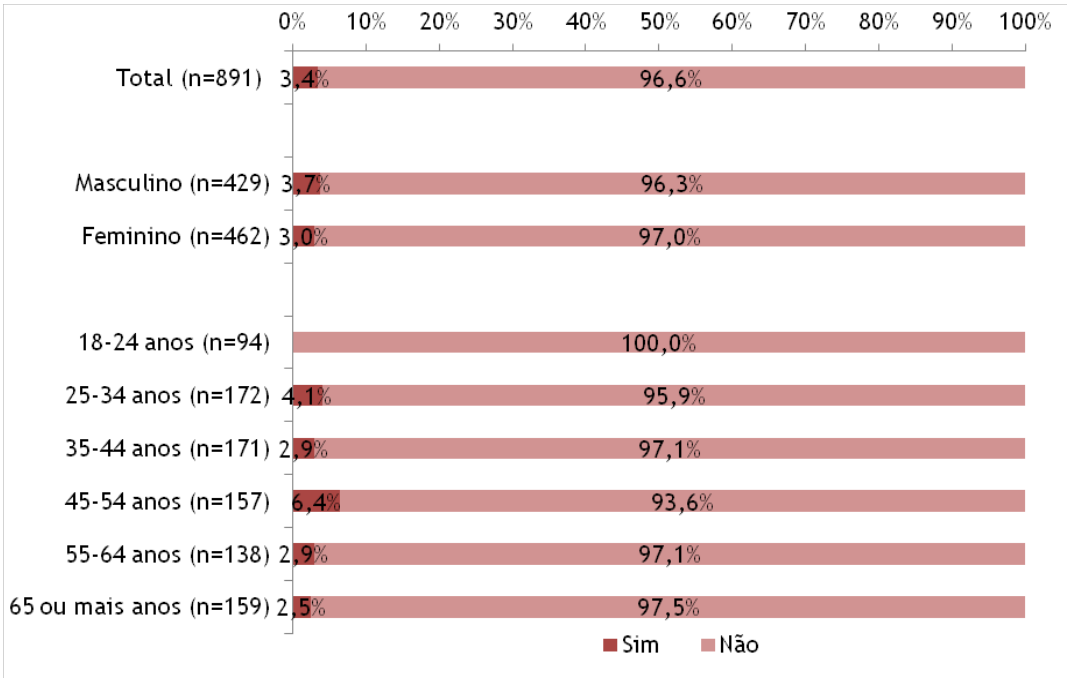
Eminência de não poder manter/cumprir os pagamentos da sua casa?

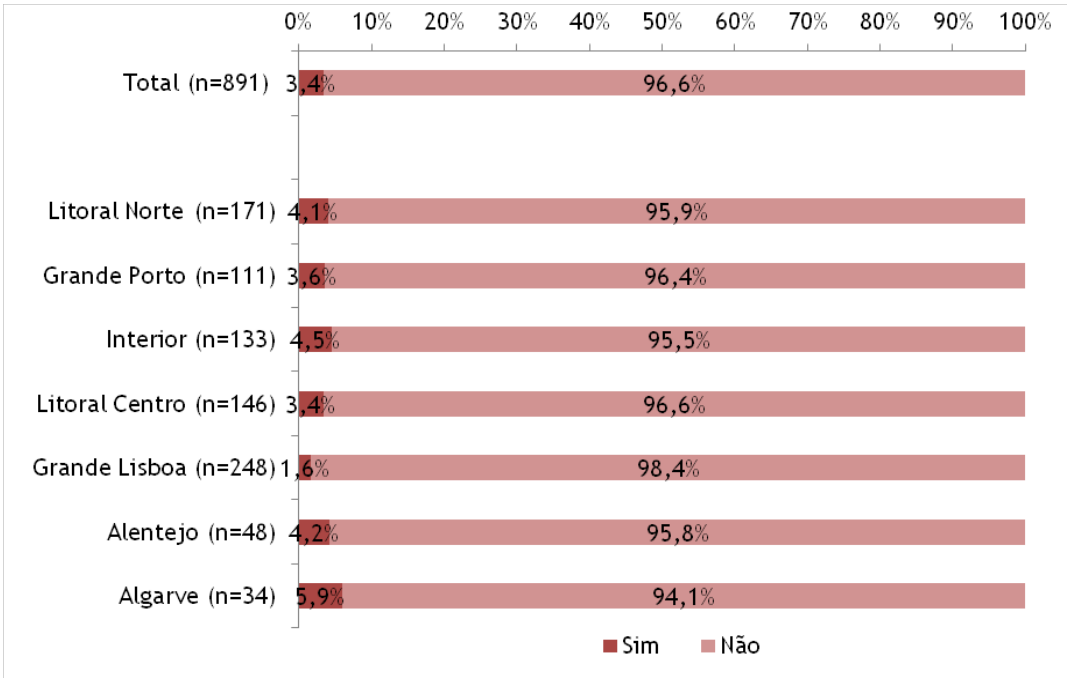
(Base: Inquiridos que referiram não estar a sentir incapacidade de manter/cumprir os pagamentos da sua casa – 919)





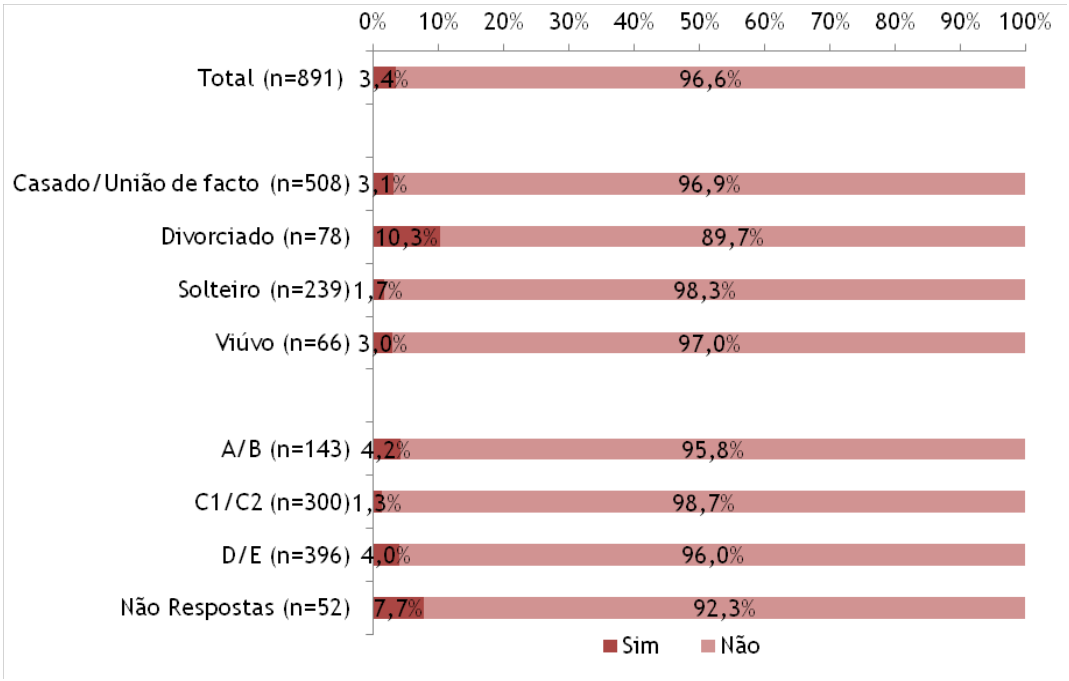
P2c – Encontra-se nalguma das seguintes situações:
Possibilidade de não poder manter/cumprir os pagamentos da sua casa?
(Base: Inquiridos que referiram não estar a sentir incapacidade de manter/cumprir os pagamentos da sua casa nem antecipam que tal possa estar na eminência de vir a acontecer - 891)





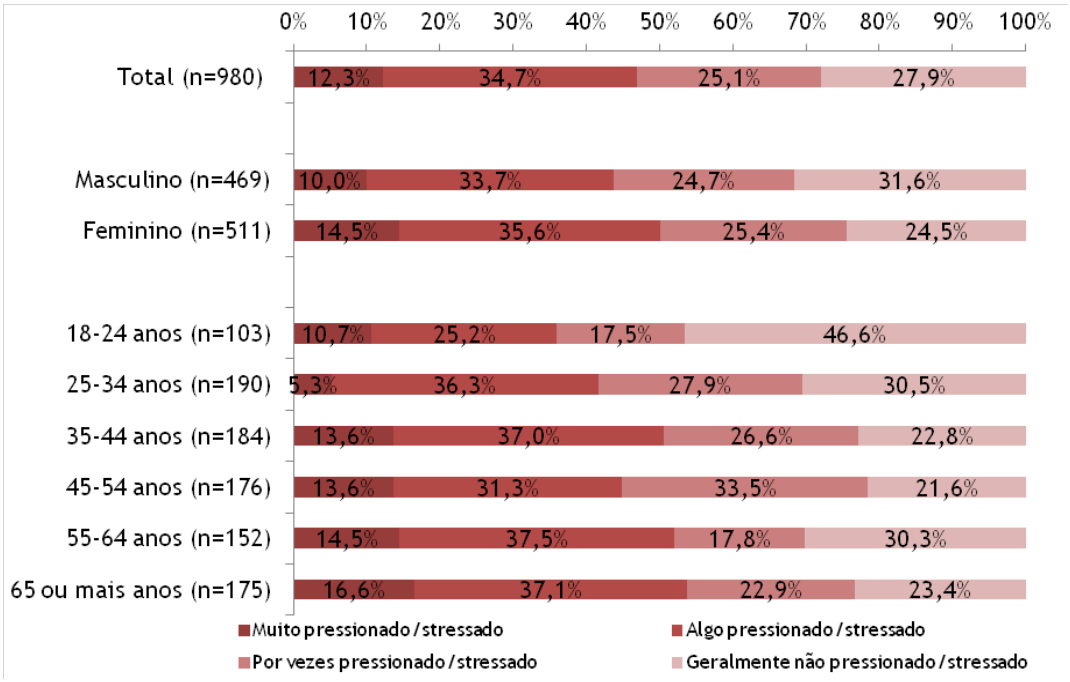
P2c – Encontra-se nalguma das seguintes situações:

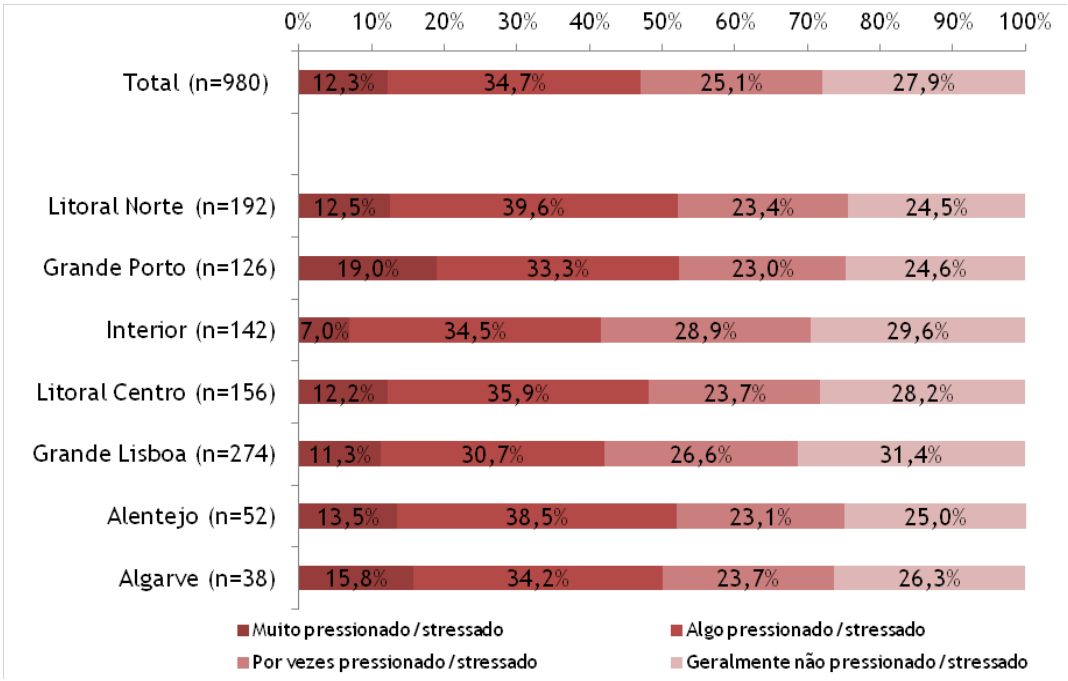
Possibilidade de não poder manter/cumprir os pagamentos da sua casa?
(Base: Inquiridos que referiram não estar a sentir incapacidade de manter/cumprir os pagamentos da sua casa nem antecipam que tal possa estar na eminência de vir a acontecer - 891)



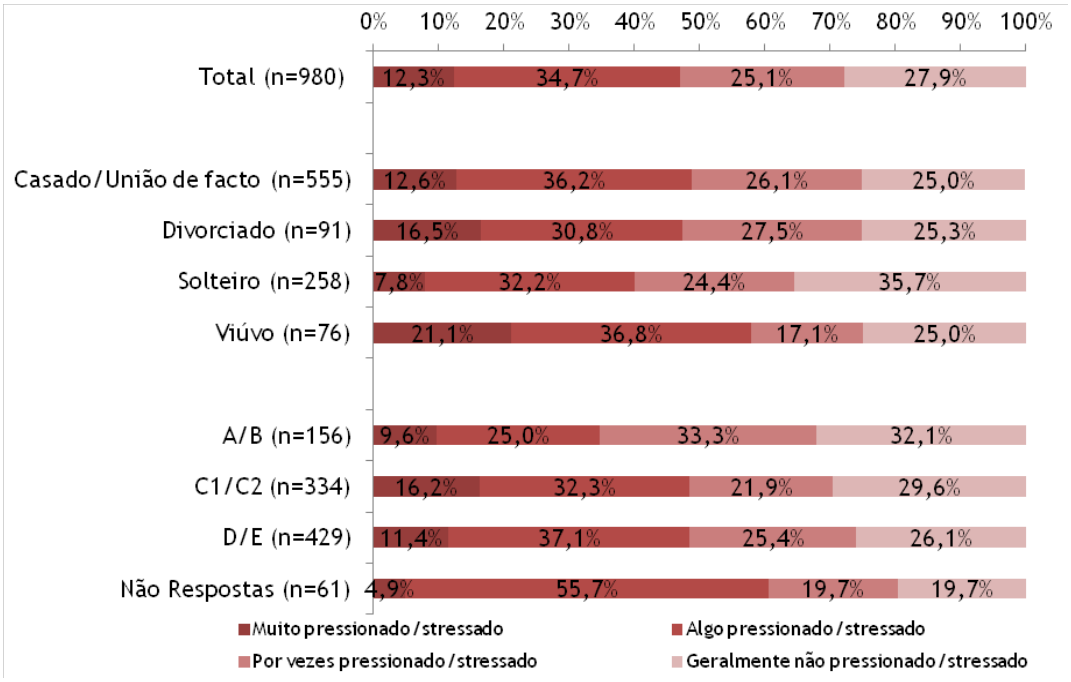
Anexo 4 – Como se sentem os Portugueses

P8 - Em termos gerais, como diria que se sente na presente situação?





P8 - Em termos gerais, como diria que se sente na presente situação?



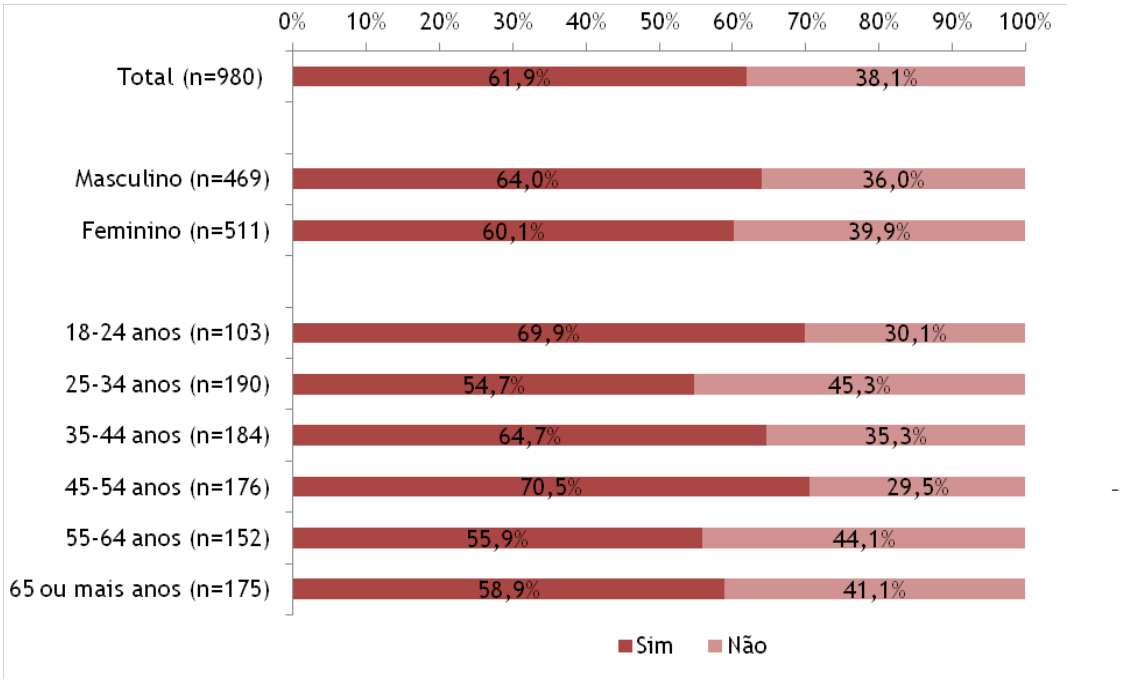
Cruzamentos

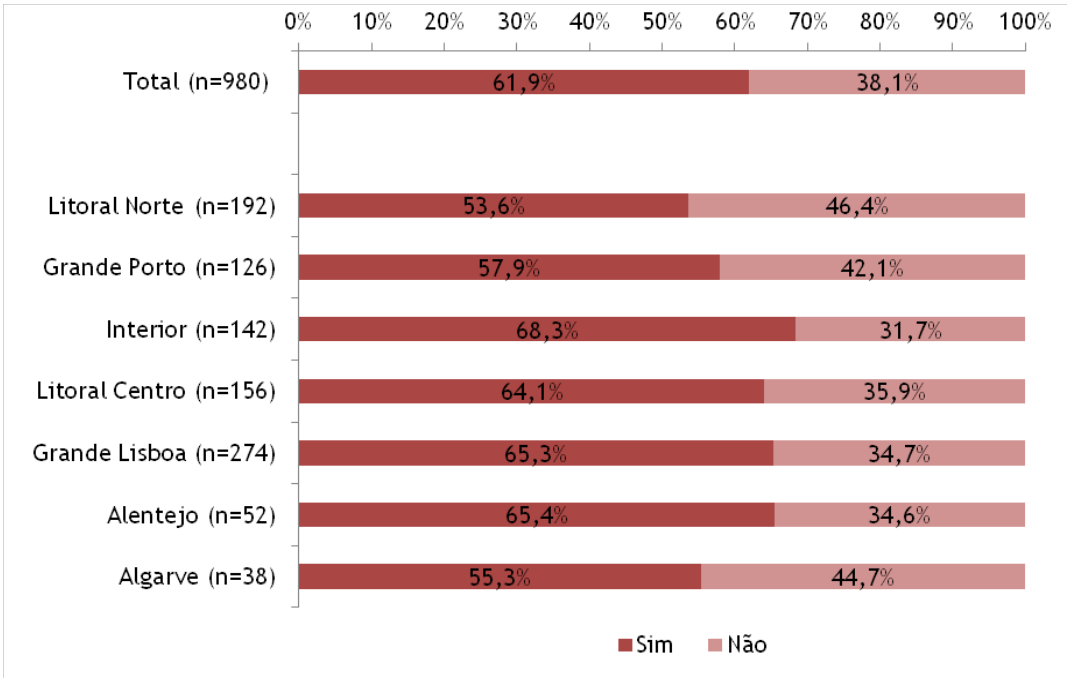
Total População versus Desempregados

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Muito pressionado/stressado	23,7%	13,6%	13,6%	25,0%	47,6%	12,5%
Algo pressionado/stressado	30,9%	27,3%	36,4%	25,0%	33,3%	37,5%
Por vezes pressionado/stressado	28,9%	36,4%	31,8%	33,3%	14,3%	25,0%
Geralmente não pressionado/stressado	16,5%	22,7%	18,2%	16,7%	4,8%	25,0%

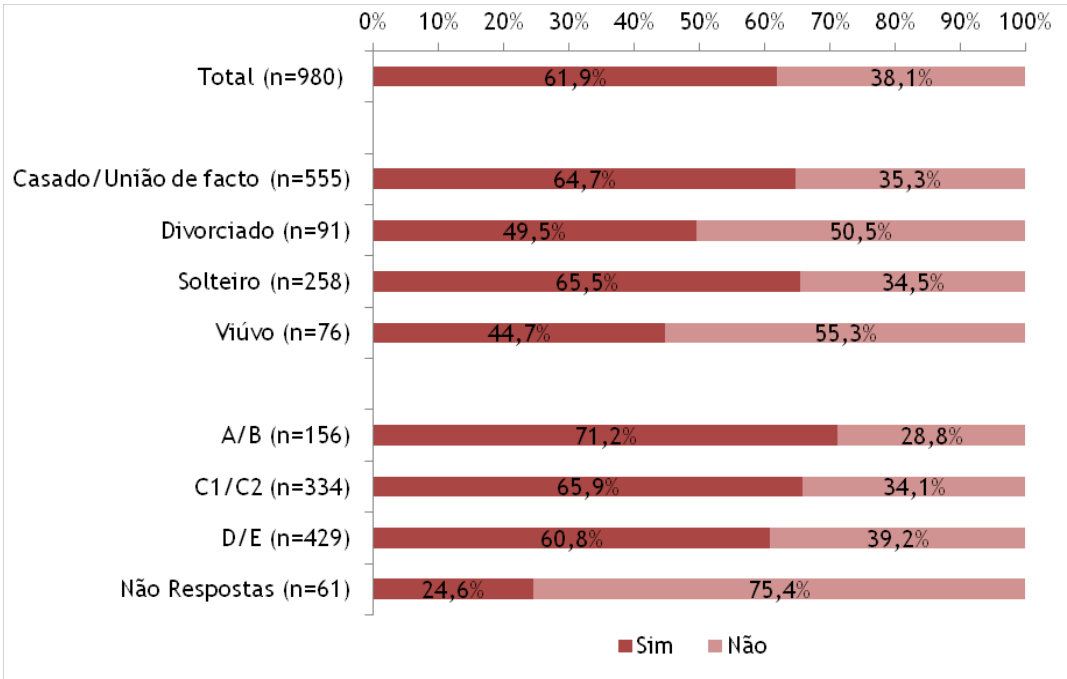
(Base: Inquiridos Desempregados - 97)

P11 - Tem, de uma forma geral, dormido bem?





P11 - Tem, de uma forma geral, dormido bem?



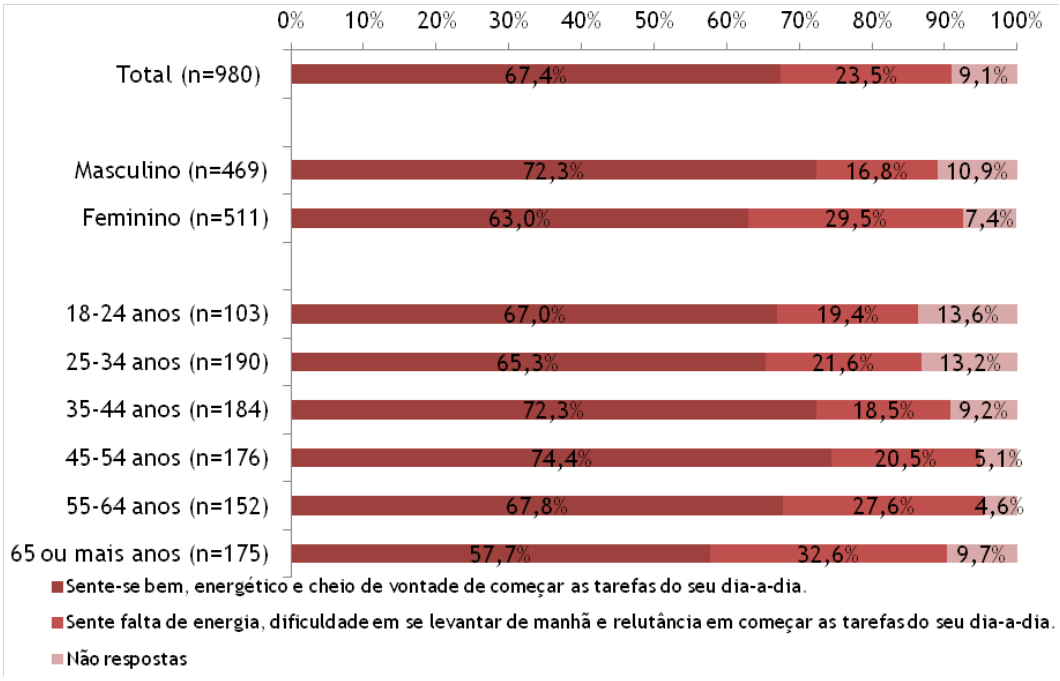
Cruzamentos

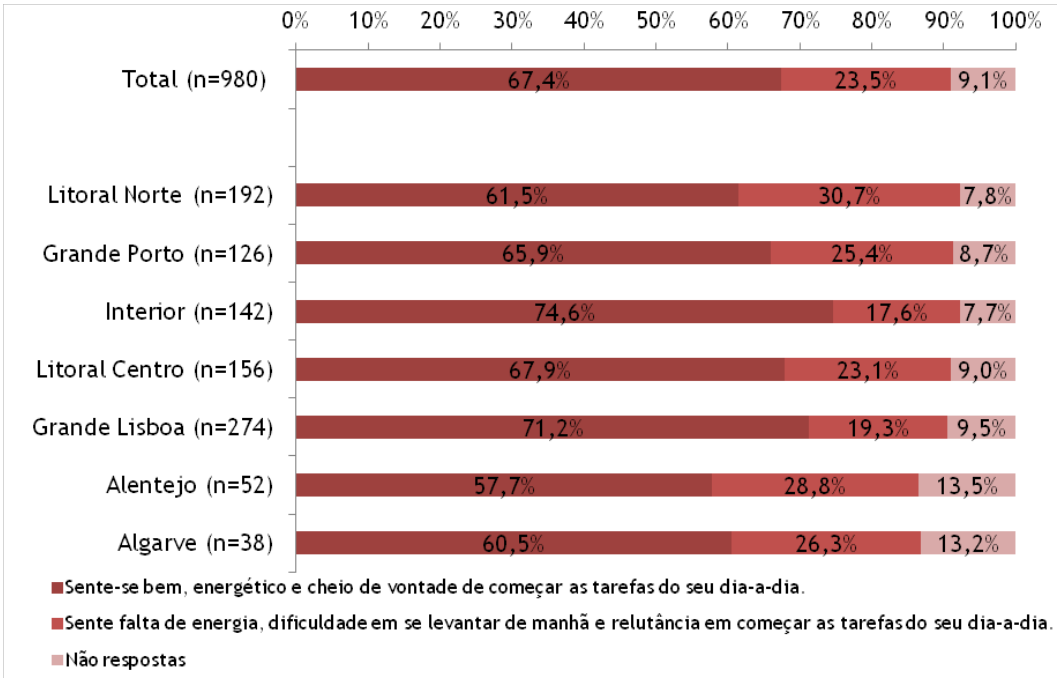
Total População versus Desempregados

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Sim	58,8%	59,1%	68,2%	70,8%	47,6%	25,0%
Não	41,2%	40,9%	31,8%	29,2%	52,4%	75,0%

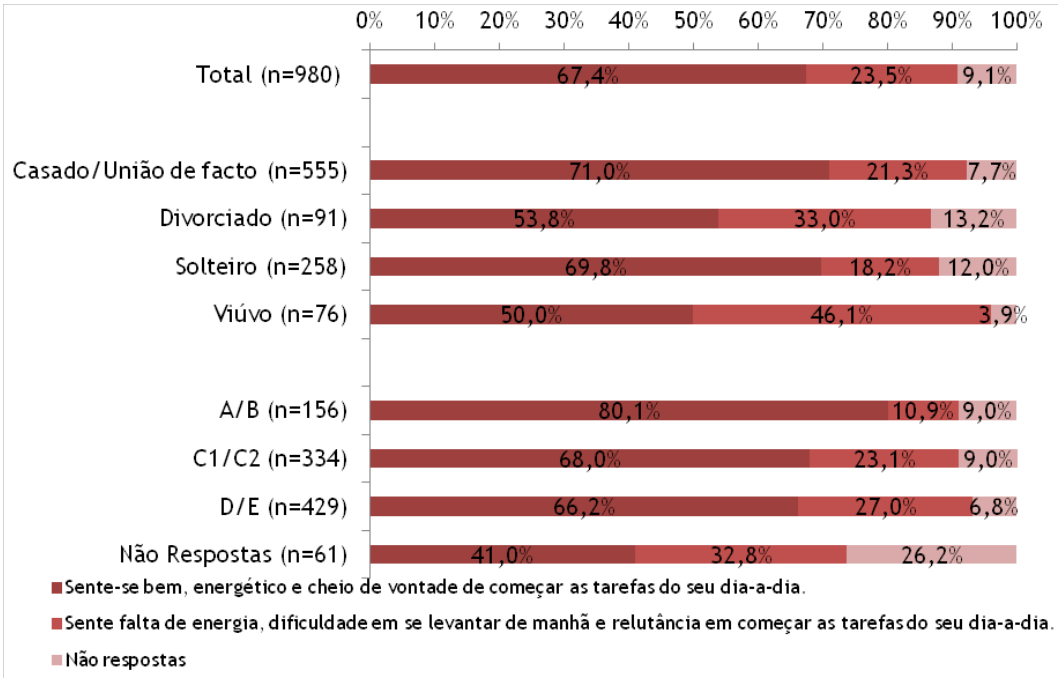
(Base: Inquiridos Desempregados – 97)

P12 - E qual das seguintes frases melhor descreve a forma como se sente no início do dia?





P12 - E qual das seguintes frases melhor descreve a forma como se sente no início do dia?



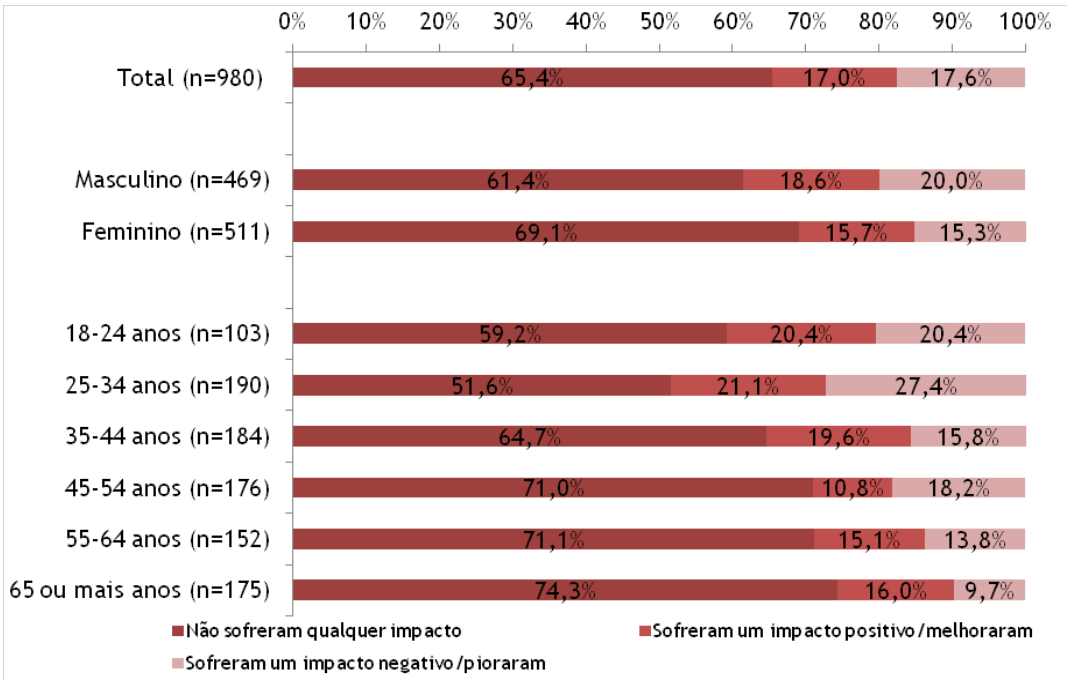
Cruzamentos

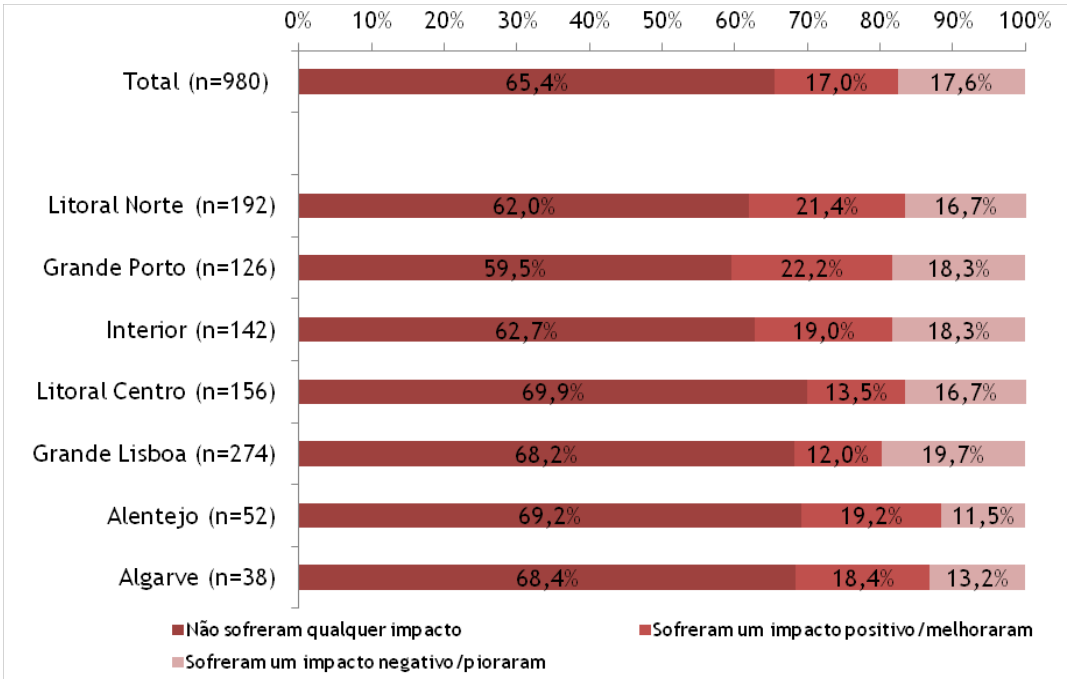
Total População versus Desempregados

	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Sente-se bem, energético e cheio de vontade de começar as suas tarefas do dia-a-dia	72,2%	77,3%	77,3%	75,0%	71,4%	37,5%
Sente falta de energia, dificuldade em se levantar de manhã e relutância em começar as tarefas do dia-a-dia	22,7%	18,2%	22,7%	25,0%	19,0%	37,5%
Não respostas	5,2%	4,5%	0,0%	0,0%	9,5%	25,0%

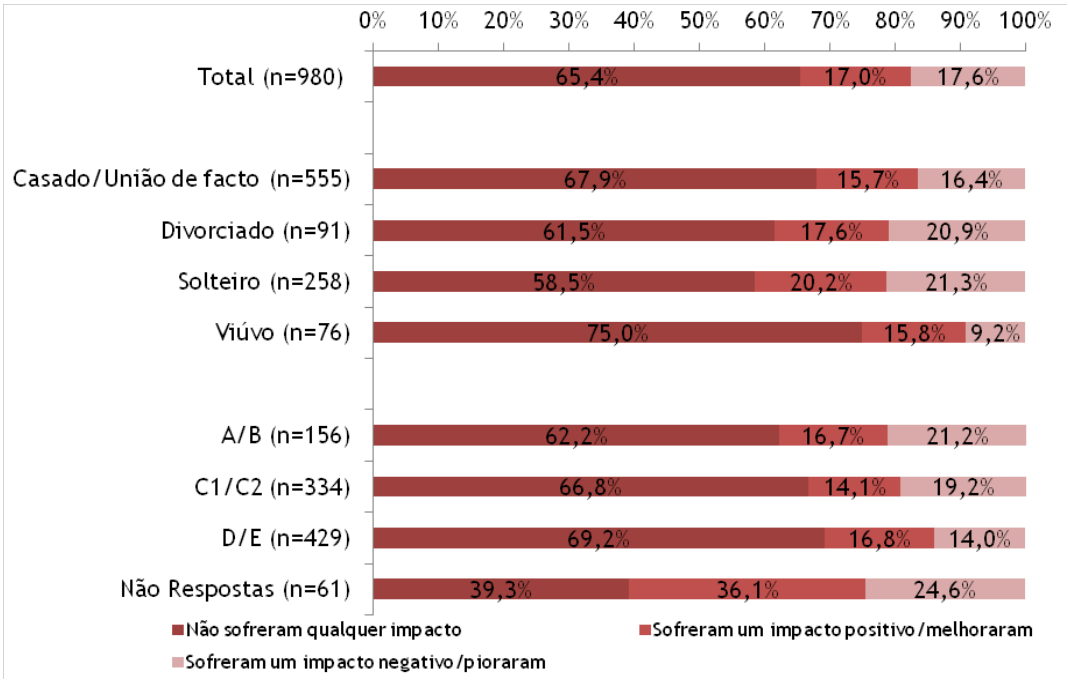
(Base: Inquiridos Desempregados – 97)

P7 - No que respeita à qualidade dos seus relacionamentos com as pessoas que lhe são próximas, diria que estas, no presente contexto…





P7 - No que respeita à qualidade dos seus relacionamentos com as pessoas que lhe são próximas, diria que estas, no presente contexto…



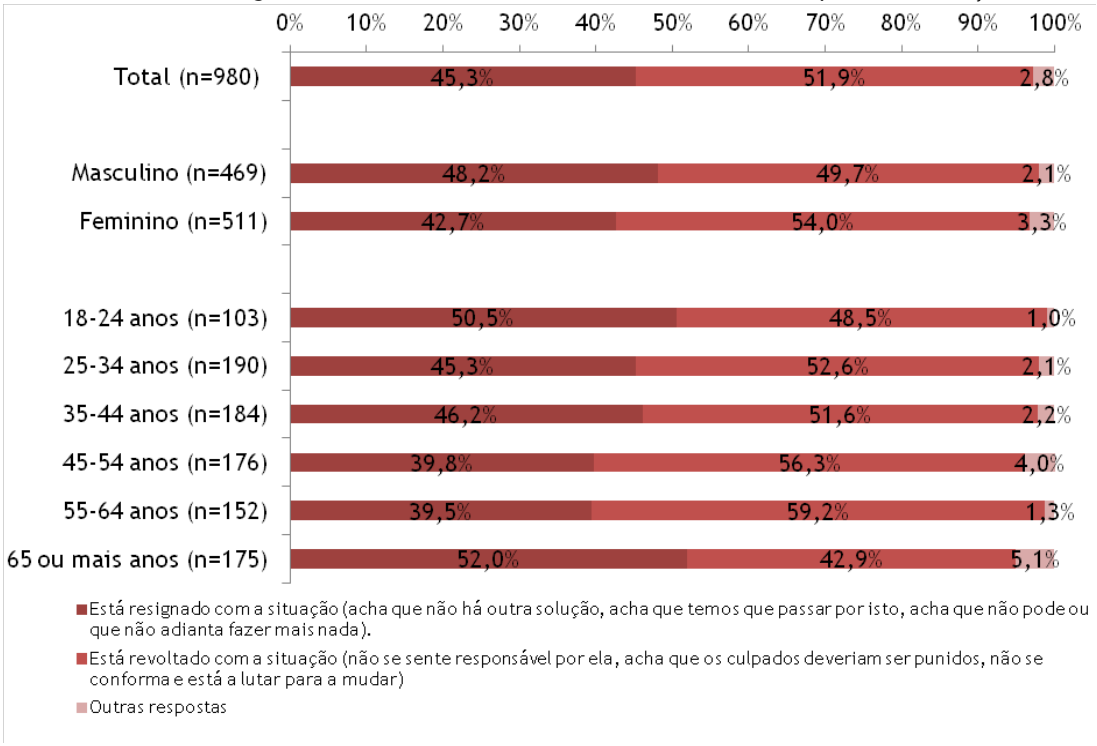
Cruzamentos
Total População versus Desempregados

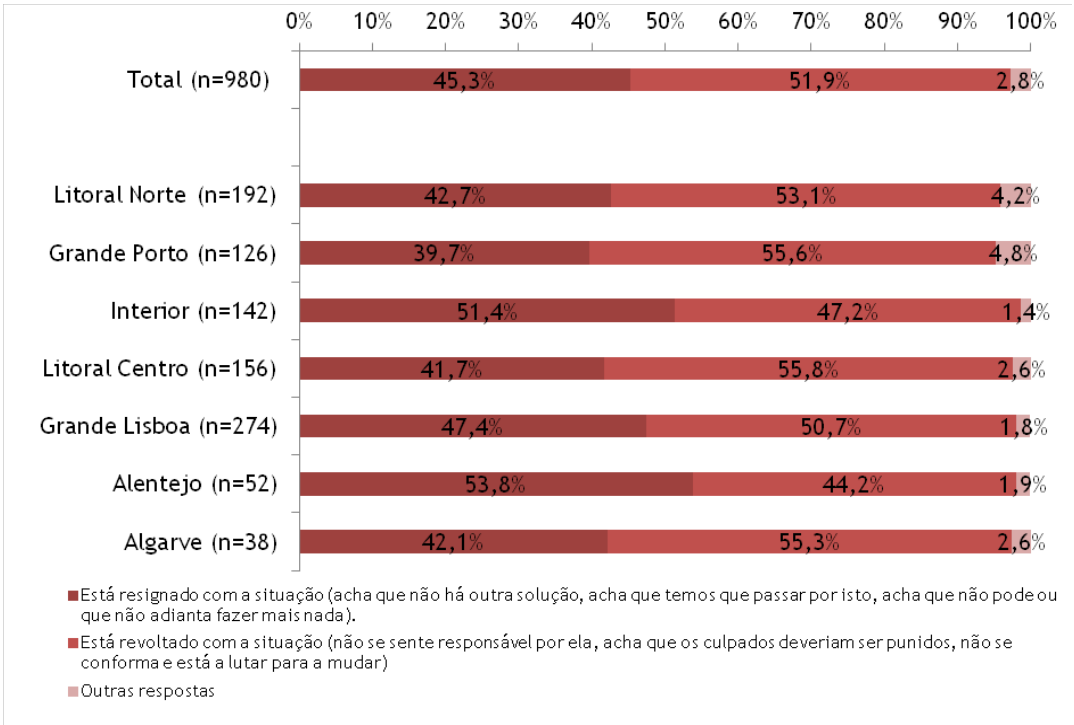
	Total	Há menos de 6 meses	Entre 6 meses e 1 ano	Entre 1 ano e 2 anos	Há mais de 2 anos	Não respostas
Não sofreram qualquer impacto	64,9%	77,3%	72,7%	54,2%	61,9%	50,0%
Sofreram um impacto positivo/melhoraram	13,4%	13,6%	18,2%	8,3%	14,3%	12,5%
Sofreram um impacto negativo/pioraram	21,6%	9,1%	9,1%	37,5%	23,8%	37,5%

(Base: Inquiridos Desempregados - 97)

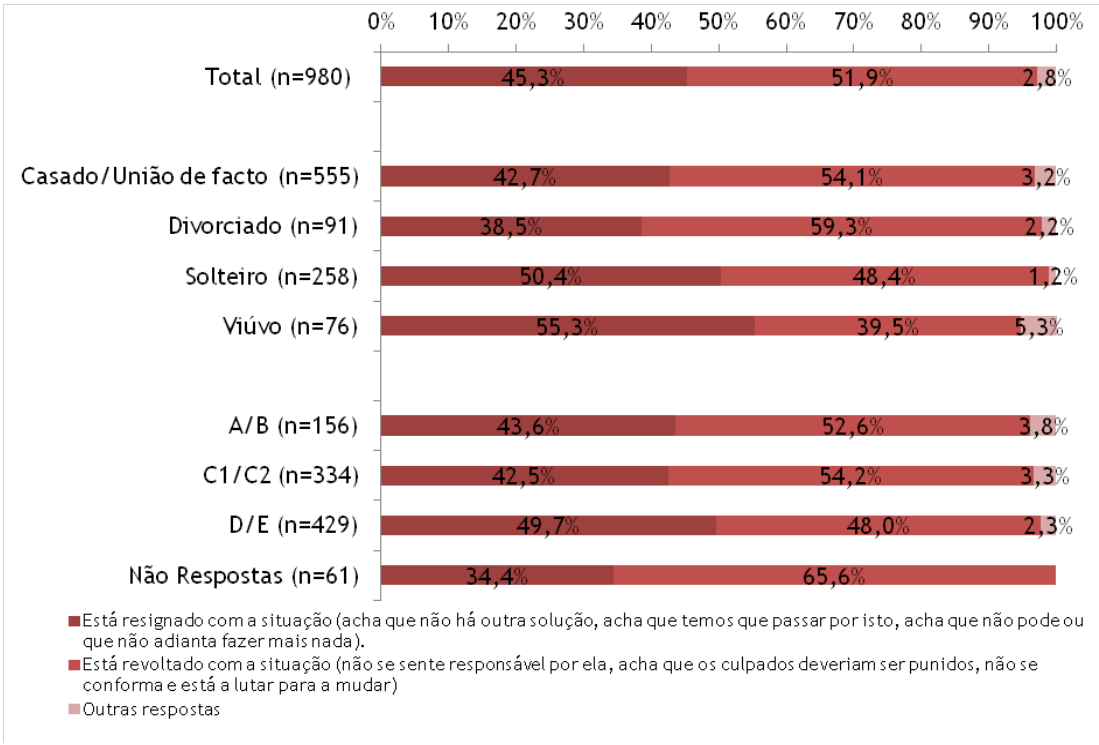
Anexo 5 – Atitude face à situação actual e percepção da eficácia das medidas tomadas pelo Governo

P9 - Qual das seguintes frases melhor descreve a forma como vive a presente situação?

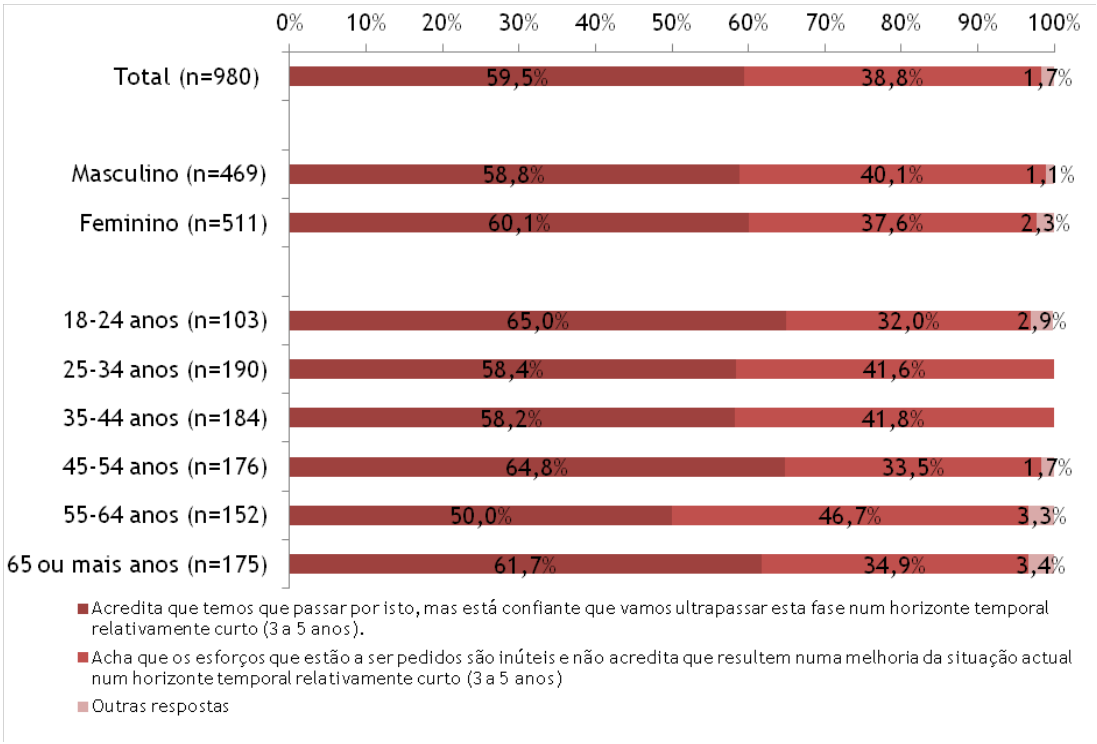




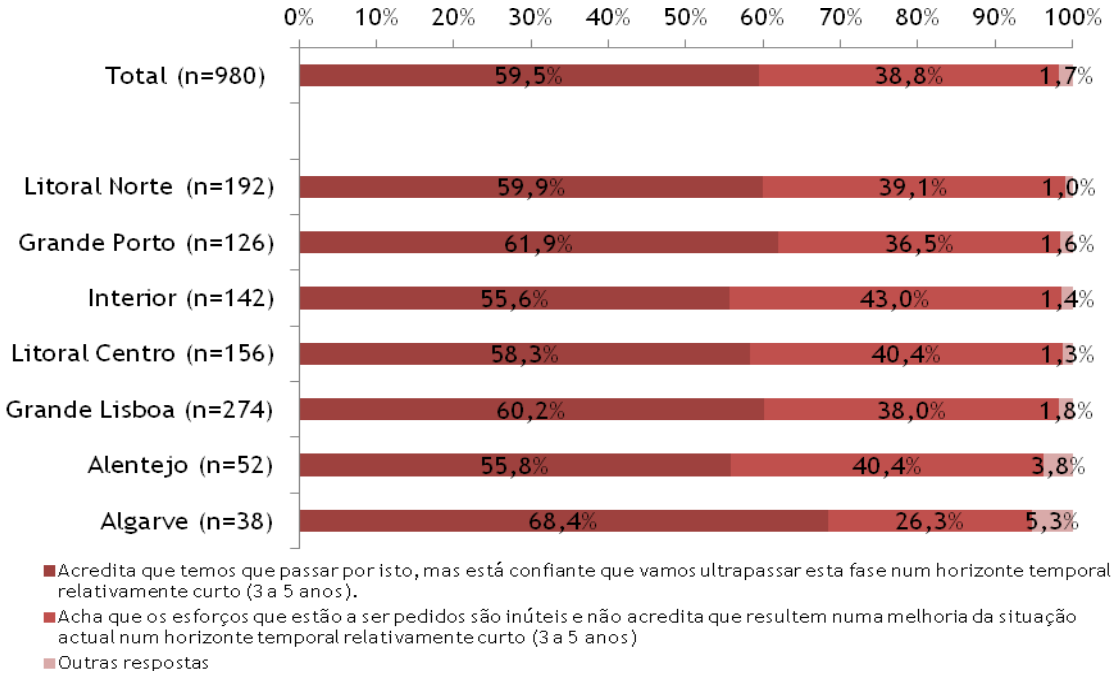
P9 - Qual das seguintes frases melhor descreve a forma como vive a presente situação?

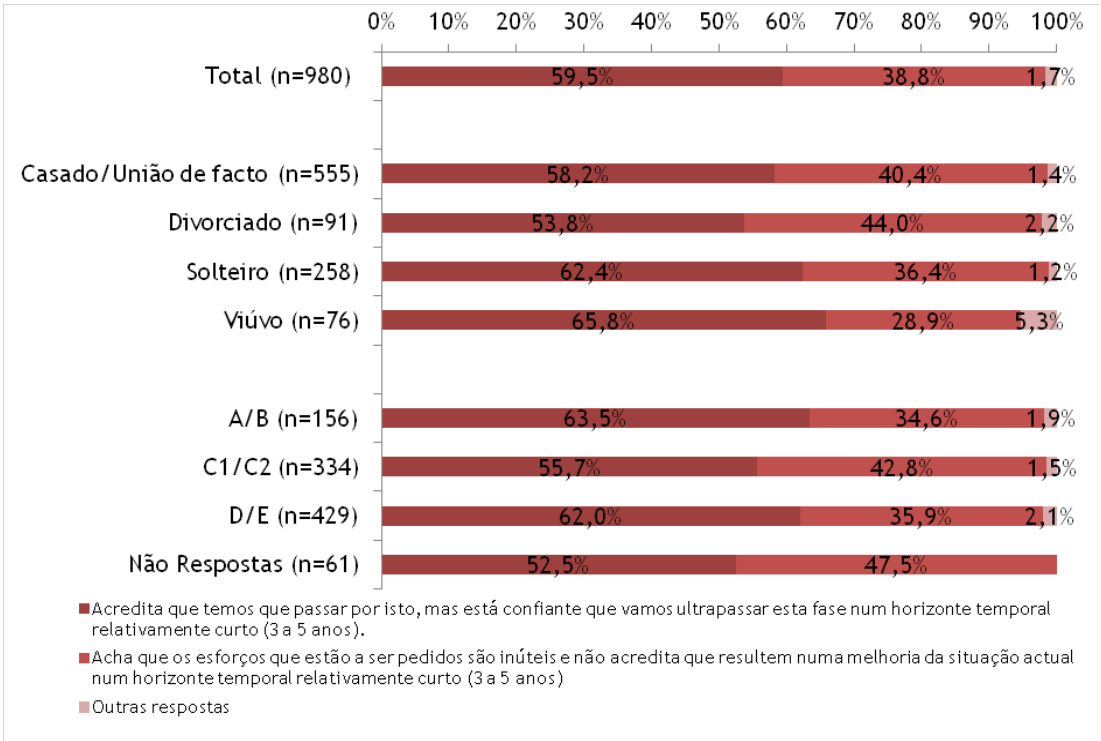


P10 - E qual das seguintes frases melhor descreve a sua perspectiva relativamente ao futuro?



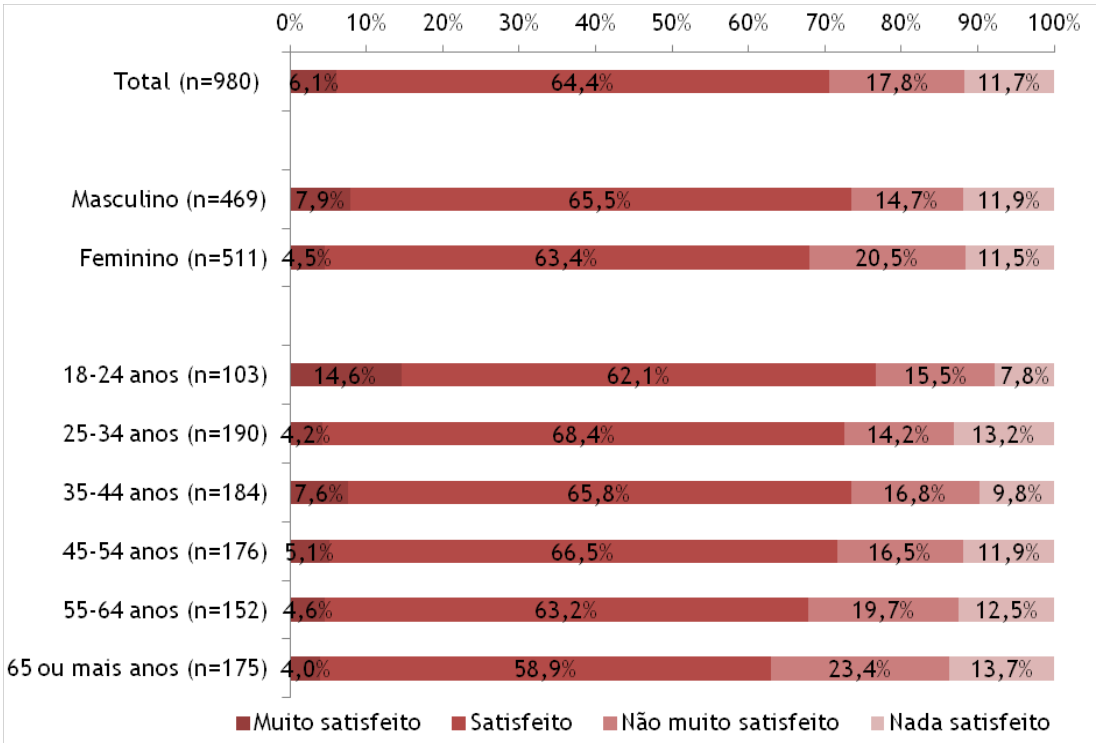
P10 - E qual das seguintes frases melhor descreve a sua perspectiva relativamente ao futuro?

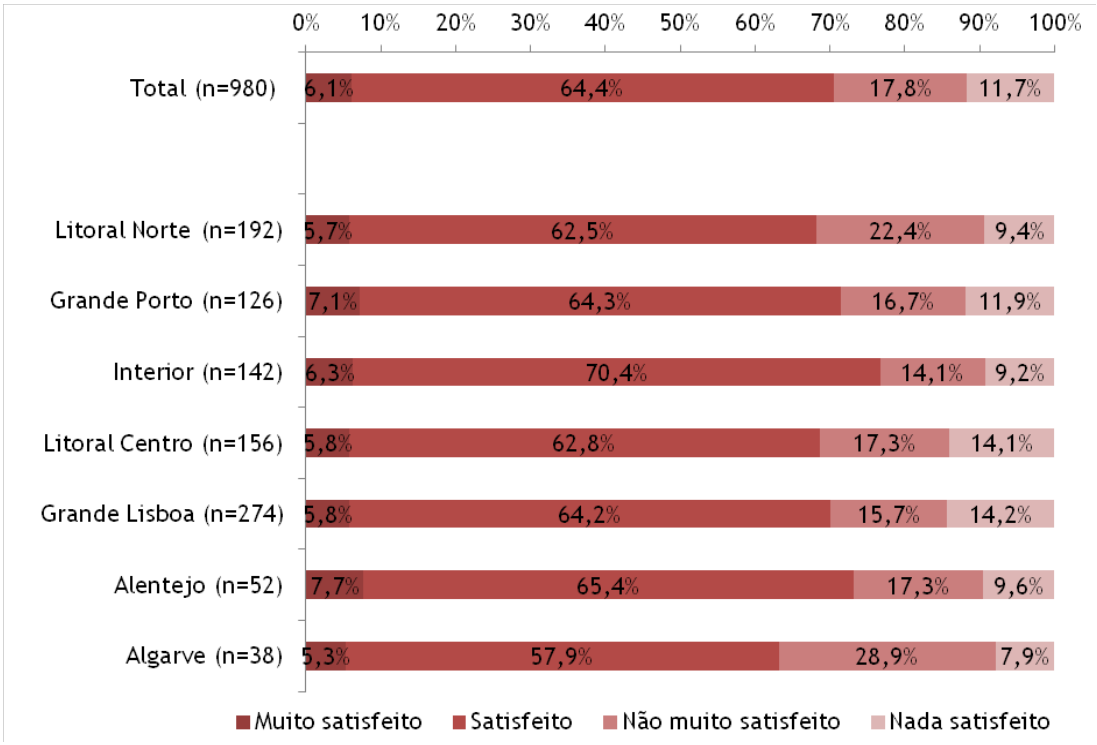
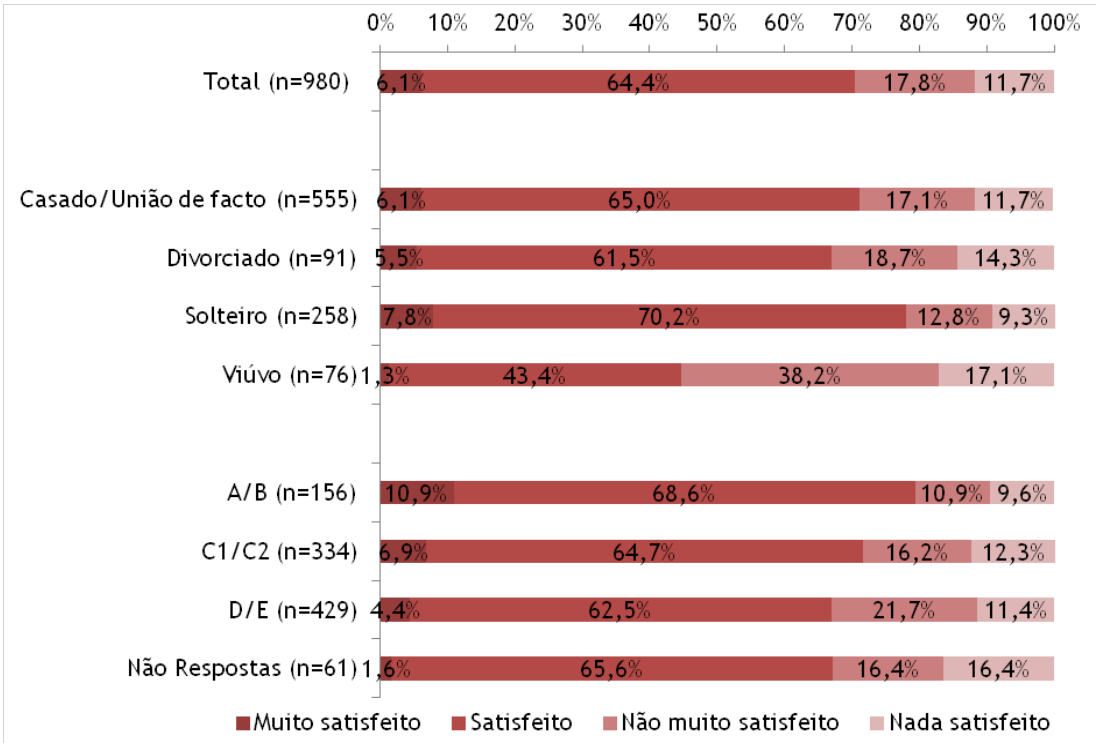




Anexo 6 – Satisfação com a Vida

P13 - Tendo em conta todas as circunstâncias da sua vida actual, quão satisfeito está com a sua vida? Diria que está…





P13 - Tendo em conta todas as circunstâncias da sua vida actual, quão satisfeito está com a sua vida? Diria que está…