

## **Um olhar fenomenológico: as vivências da tripla jornada da mulher contemporânea**

Conceição de Maria Ferreira Monteiro<sup>1</sup>, Patrick Wagner de Azevedo<sup>2</sup>

(1) Graduanda do ISECENSA – Curso de Psicologia; (2) Pesquisador Orientador ISECENSA – Curso de Psicologia- Institutos Superiores de Ensino do CENSA – ISECENSA, Rua Salvador Correa, 139, Centro, Campos dos Goytacazes, RJ, Brasil.

Na contemporaneidade, a mulher enfrenta uma tripla jornada que inclui o trabalho formal, as tarefas domésticas e os cuidados com os filhos. Essa realidade se desenvolve em um contexto social que apresenta desigualdades estruturais em relação a gênero, raça e classe, como evidenciam os dados da última pesquisa do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística). Essas circunstâncias impactam diretamente o bem-estar biopsicossocial das mulheres, levando à necessidade de compreender essas dinâmicas de forma mais profunda. Este trabalho tem como objetivo investigar as experiências de 10 mulheres que vivem com companheiros, possuem filhos e trabalham fora de casa, utilizando uma abordagem fenomenológica em pesquisa de campo. A pesquisa busca desvelar as narrativas pessoais dessas mulheres, analisando o sentido que cada uma atribui às suas vivências e os desafios enfrentados na conciliação de suas múltiplas funções. Além disso, pretende identificar os dispositivos sociais e culturais que permeiam essa realidade, assim como sugerir possíveis indicativos para a elaboração de políticas públicas que promovam a reflexão social e a emancipação das mulheres. A análise se concentra em como a tripla jornada impacta a percepção dessas mulheres sobre si mesmas e seu papel na sociedade, explorando o peso das expectativas sociais relacionadas ao papel de ser mulher em um sistema patriarcal. Ao investigar as percepções subjetivas das participantes em diferentes contextos, a pesquisa busca compreender os sentimentos que emergem das suas múltiplas funções e como isso influencia suas identidades. Em suma, o estudo destaca a trajetória da mulher na família e na sociedade, evidenciando as vulnerabilidades e desafios que comprometem seu potencial. A partir dessas reflexões, almeja-se contribuir para a formulação de políticas públicas que promovam uma cidadania mais igualitária e inclusiva, valorizando a diversidade cultural da sociedade brasileira. A pesquisa é embasada em contribuições teóricas de autores como Byung-Chul Han, Simone de Beauvoir, Silvia Federici e Dulce Mára Critelli, que oferecem uma fundamentação crítica para compreenderas questões em jogo.

**Palavras-chave: Mulher. Tripla jornada. Fenomenologia.**

**Instituição de Fomento: ISECENSA**

## **A Perspective from Phenomenology: The Experiences of the Triple Burden Faced by Contemporary Women**

Conceição de Maria Ferreira Monteiro<sup>1</sup>, Patrick Wagner de Azevedo<sup>2</sup>

(1) Undergraduate student at ISECENSA – Psychology Course; (2) Research Advisor at ISECENSA – Psychology Course – Higher Education Institutes of CENSA – ISECENSA, Rua Salvador Correa, 139, Centro, Campos dos Goytacazes, RJ, Brazil.

The challenges faced by contemporary women in balancing various social roles—motherhood, household chores, and formal work—are disproportionately affected by gender, race, and class, as highlighted by recent research from the Brazilian Institute of Geography and Statistics. This imbalance can impede personal development and lead to mental health issues for women. Brazilian law guarantees labor rights for women concerning motherhood, including protections against dismissal up to five months after childbirth, 180 days of maternity leave for public servants who are new mothers or adopters, and the provision of daycare facilities or childcare assistance during working hours. This study aims to explore the mechanisms supporting women in these roles, the distribution of household chores among family members, the effects and drawbacks of this overload on various aspects of their lives, and the meaning they ascribe to reconciling these responsibilities. A phenomenological approach will guide the analysis, involving the narratives of ten women from diverse racial and socioeconomic backgrounds to understand their conscious perceptions of these experiences. Semi-structured interviews will be used to elicit the meaning of their experiences and to gain insight into the essence of their roles. Understanding these variables could lead to reflections on the representation of institutionalized roles for women in society, challenge stigmatized and prejudiced structures, and inform the development of public policies that address the current needs of women managing the triple burden.

**Keywords: Woman. Triple burden. Phenomenology.**

**Support: ISECENSA**