





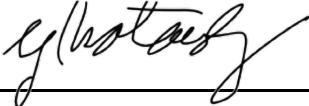
**UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA
FACULDADE DE COMUNICAÇÃO
COLEGIADO DO CURSO DE COMUNICAÇÃO**

Salvador, 30/08/2024 às 14:00

Ata de defesa pública de Trabalho de Conclusão de Curso

Nesta data, o Trabalho de Conclusão de Curso intitulado “**Jornalista e mãe: Desafios e Impasses no Equilíbrio entre Jornalismo e Maternidade.**”, de autoria de *Maria Eduarda Gomes*, sob orientação de *Leonor Graciela Natansohn*, foi apresentado em sessão pública e avaliado pela comissão examinadora, composta por *Claudiane de Oliveira Carvalho* e *Juliana Soares Gonçalves*.

Com base em escala de notas de 0,0 (zero) a 10,0 (dez), considerando-se a média exigida para aprovação de 5,0 (cinco), de acordo com o Regulamento do Trabalho de Conclusão de Curso do Colegiado de Graduação da Faculdade de Comunicação e com o Regulamento de Ensino de Graduação e Pós-Graduação da Universidade Federal da Bahia, foram atribuídos ao referido TCC as seguintes notas:

Tabela de avaliação	Nota	Assinaturas
Examinador(a) 1	10,0	
Examinador(a) 2	10	Documento assinado digitalmente  JULIANA SOARES GONCALVES Data: 30/08/2024 15:46:00-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br
Orientador(a)	10,0	

Média final (valor numérico): 10,0

Média final (por extenso):dez



facom
UFBA

UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA
FACULDADE DE COMUNICAÇÃO
COMUNICAÇÃO COM HABILITAÇÃO EM JORNALISMO

Maria Eduarda de Santana Gomes

Jornalista e mãe: Desafios e Impasses no Equilíbrio entre Jornalismo e Maternidade

Salvador-BA

2024

MARIA EDUARDA DE SANTANA GOMES

Jornalista e mãe: Desafios e Impasses no Equilíbrio entre Jornalismo e Maternidade

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Comunicação Social com habilitação em Jornalismo da Faculdade de Comunicação da Universidade Federal da Bahia para obtenção de nota como requisito parcial à aprovação do título de jornalista.

Docente: Profa. Graciela Natansohn

Salvador

2024

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Leonor Graciela Natansohn
Orientadora/FACOM – UFBA

Profa. Dra. Claudiane de Oliveira Carvalho
Examinadora 1 - Interna/FACOM– UFBA

Profa. Dra. Juliana Soares Gonçalves
Examinadora 2 - Externa/ UFMG

*Era o meu sonho ter várias vidas.
Numa eu seria só mãe,
em outra vida eu só escreveria,
em outra, eu só amava.*

Clarice Lispector

AGRADECIMENTOS

Toda a minha trajetória acadêmica só foi possível porque tive ao meu lado uma forte e fiel rede de apoio.

À minha mãe, por, desmedidamente, ser colo, afago, confiança, incentivo e, principalmente, inspiração.

Ao meu pai, por ser exemplo de força, humildade, trabalho duro e lealdade.

À minha irmã, por toda a amizade e incentivo para que eu seja a minha melhor versão.

Ao meu amor, por estar do meu lado não importa o quê.

Aos meus avós, todos os seis, por me encherem de todo amor, carinho, oportunidades e exemplos de vida.

À minha Din, por me ensinar que todo sonho está a um voo de se tornar liberdade.

Às mulheres que me concederam as entrevistas para este trabalho, por, em meio de suas rotinas atribuladas, cederem espaço para que essa pesquisa acontecesse.

Às minhas professoras e professores da graduação, em especial à minha orientadora Profa. Graciela, por servirem de inspiração e incentivo na área.

Aos meus amigos, pelas risadas compartilhadas e por tornar essa jornada muito mais leve e divertida.

Ao PETCOM e aos colegas e amigos que fiz ali, por serem parte importante do que hoje sei sobre comunicação, jornalismo e trabalho em equipe.

Aos meus colegas de trabalho, que, durante os estágios, foram tão fundamentais para que soubesse o que quero e mereço ser como profissional de comunicação.

E, mais importante, à Maria Eduarda, por, diante de todas as adversidades do caminho, ter coragem de se mostrar como é, ser como pode, e dar cada passo com a determinação e resiliência que pede nossos sonhos.

A todos nós, minha eterna gratidão!

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	5
2 CAPÍTULO I - OS CONFLITOS DA MULHER MULTIFACETADA	9
2.1 O mito da mãe perfeita e o dom da maternidade	9
2.2 Ambivalência materna e a mulher profissional	10
2.3 Teorias feministas e suas aplicações	13
3 CAPÍTULO II - A MULHER NO JORNALISMO	15
3.1 História da Mulher no Jornalismo	15
3.2 Avanços e Desafios	16
3.3 Políticas e Práticas Empresariais	17
4 METODOLOGIA DE PESQUISA	19
4.1 Abordagem da Pesquisa	19
4.2 Definição de Participantes e Coleta de Dados	20
4.3 Análise de Dados	21
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	22
5.1 Multiplicidade de experiências	22
5.2 Principais Desafios e Dificuldades Relatados	29
5.3 Estratégias de Conciliação	34
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	37
6.1 Recapitulação dos principais achados	37
6.2 Contribuições para a teoria e prática do jornalismo	38
6.3 Limitações e sugestões para pesquisas futuras	39
REFERÊNCIAS	40
APÊNDICE I - TERMO DE CONSENTIMENTO	42
APÊNDICE II - ROTEIRO DE ENTREVISTA	44
APÊNDICE III - TRANSCRIÇÃO DAS ENTREVISTAS	46

RESUMO

Este estudo investiga os desafios enfrentados por mulheres jornalistas que também são mães, com o objetivo de compreender como elas conciliam suas carreiras no jornalismo com a maternidade. A pesquisa adota uma abordagem qualitativa, utilizando entrevistas e análise de conteúdo para explorar as experiências desses profissionais na cidade de Salvador. Os principais desafios identificados incluem a pressão social para desempenhar perfeitamente ambos os papéis, a falta de apoio adequado no ambiente de trabalho e o conflito de papéis, que resulta em estresse e sentimentos de culpa. As entrevistadas relataram estratégias como organização eficaz, priorização de tarefas, flexibilidade nos horários e apoio de redes sociais e familiares. A prática da autocompaixão e a aceitação das próprias limitações emergiram como fundamentais para gerenciar a dupla jornada. Este estudo contribui para a compreensão dos desafios específicos enfrentados por jornalistas mães e destaca a necessidade de políticas de trabalho mais flexíveis e inclusivas, além de um suporte institucional mais robusto.

Palavras-chave: Jornalismo, Maternidade, Equilíbrio, Gênero, Conciliação.

ABSTRACT

This study investigates the challenges faced by women journalists who are also mothers, aiming to understand how they balance their careers with motherhood. The research adopts a qualitative approach, using interviews and content analysis to explore the experiences of these professionals in Salvador. Key challenges identified include social pressure to excel in both roles, lack of adequate workplace support, and role conflict leading to stress and guilt. Interviewees reported strategies such as effective organization, task prioritization, flexible scheduling, and support from social and family networks. Additionally, the practice of self-compassion and acceptance of personal limitations emerged as crucial for managing the dual workload. This study contributes to understanding the specific challenges faced by journalist mothers and highlights the need for more flexible and inclusive work policies, along with stronger institutional support.

Keywords: Journalism. Motherhood. Balance. Gender. Conciliation.

1 INTRODUÇÃO

Quando, há cerca de 15 anos, me perguntavam o que eu queria ser quando crescesse, a resposta rápida era: mãe. Observava com muito cuidado a minha própria dinâmica familiar, via a minha mãe feliz, trabalhando, estudando, mas, principalmente, cuidando de suas filhas. Era isso, era a mãe que eu queria ser. Um sonho bonito e aparentemente o que todo mundo queria escutar: Uma menina que quer ser mãe. Crescendo mais um pouquinho tive novos sonhos. Quis ser veterinária, escritora, diplomata, jornalista... Foram tantos os desejos, mas nenhum fez tanto brilhar os olhos do meu círculo social quanto a ideia de formar uma família. Já adulta, trilhando hoje meu caminho profissional, me questiono se esse de fato é um sonho meu. Agora, com um pouco mais de senso crítico, revisito aquelas mesmas experiências com a minha mãe. Será que ela era realmente tão feliz? Será que teve tempo suficiente para explorar seus próprios desejos de mulher? As tarefas de cuidado com as filhas eram igualmente repartidas com meu pai?

A ambivalência dos sentimentos femininos em torno da maternidade é um assunto carregado de construções sociais, históricas e culturais. São notórias as crescentes modificações do papel social feminino ao longo da história, e hoje é muito mais possível desejar ser valorizada para além da maternidade, mas também em suas realizações profissionais e pessoais.

Mesmo com muitos avanços, a maternidade ainda é um dos mecanismos que asseguram a manutenção de poderes na esfera social. A qualidade de mãe entregue às mulheres como valor positivo foi vista em pesquisas como limitante à autonomia das mulheres e perpetuante da divisão sexual do trabalho (Biroli, 2014). Quando se aponta o cuidado com as crianças e com a vida doméstica como “dom exclusivo feminino”, se entrega uma liberdade ilusória para aqueles corpos. Você pode escolher não ter filhos, mas por que o faria, se a completude está, justamente, em explorar a dádiva feminina e gerar um novo ser humano? A pergunta que fica é: Sonhos e desejos pessoais devem ser levados em conta, extinguir-se, ou, ao menos, adequar-se, para caber nas expectativas sociais do coletivo?

Nos últimos anos, a conciliação entre maternidade e carreira tornou-se um tema central em debates sobre igualdade de gênero e direitos trabalhistas. Em um mundo onde as mulheres estão cada vez mais presentes no mercado de trabalho e ocupando posições de destaque, a necessidade de políticas e práticas que promovam um equilíbrio saudável entre vida profissional e pessoal é mais urgente do que nunca. No campo do jornalismo, essa questão ganha contornos ainda mais complexos devido às exigências de disponibilidade constante e à

pressão por altos desempenhos em ambientes frequentemente dominados por prazos e demandas imprevistas.

A discussão sobre como as jornalistas mães conseguem gerenciar suas responsabilidades duplas não só reflete a realidade de muitas profissionais ao redor do mundo, mas também levanta questões fundamentais sobre as estruturas de poder e as expectativas de gênero que ainda prevalecem em nossa sociedade. Este trabalho, portanto, não se limita a explorar uma questão individual, mas contribui para um debate mais amplo sobre como podemos construir ambientes de trabalho mais justos e equitativos para todos.

Considerando os dados mais recentes divulgados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o índice de fertilidade da mulher brasileira é de 1,66 filhos por mulher, considerando o ano de 2020. Aproximadamente 1 filho e meio. Essa é uma das métricas mais utilizadas para afastar mulheres da simples competição por um espaço no mercado de trabalho. É o que diz também a pesquisa realizada pelo Instituto Locomotiva, em 2020, que mostrou que 35% das mulheres brasileiras já haviam perdido oportunidades de emprego por causa da possibilidade de gestação.

Na comunicação não havia de ser diferente. A pesquisa "Mães Jornalistas e o Cenário da Pandemia", conduzida pela Comissão Nacional de Mulheres da Federação Nacional dos Jornalistas (FENAJ), fornece uma visão profunda das complexas dinâmicas enfrentadas pelas mulheres jornalistas que também são mães, durante a pandemia de COVID-19, no Brasil. Esse estudo lançou luz sobre uma série de desafios e preocupações que essas profissionais vivenciaram, destacando a interseção entre suas vidas pessoais e profissionais em um contexto de trabalho remoto forçado e interrupção das rotinas normais.

Uma das questões essenciais abordadas na pesquisa foi o aumento da carga horária de trabalho para as mães jornalistas que tiveram que se adaptar ao home office. Os resultados revelaram que muitas delas experimentaram uma expansão significativa das horas de trabalho, muitas vezes ultrapassando os limites tradicionais entre trabalho e vida pessoal. Isso não apenas teve implicações diretas na saúde e no bem-estar dessas mulheres, mas também impactou sua capacidade de cuidar de suas famílias e filhos, criando um desafio adicional.

Além disso, a pesquisa destacou a persistente expectativa de estar sempre disponível para o trabalho. O home office trouxe consigo a ideia de que, estando em casa, as jornalistas poderiam estar disponíveis 24 horas por dia, sete dias por semana. Essa pressão constante de responder a demandas de trabalho em qualquer momento do dia ampliou a carga emocional e o estresse associado ao equilíbrio entre trabalho e vida pessoal.

Outro aspecto relevante da pesquisa foi a concentração das responsabilidades domésticas e do cuidado com os filhos. As mulheres jornalistas que são mães frequentemente se viram sobrecarregadas com a necessidade de equilibrar o trabalho remoto, as tarefas domésticas e o acompanhamento das atividades escolares de seus filhos, especialmente durante os períodos de fechamento das escolas. Isso destacou a necessidade de uma distribuição mais equitativa das responsabilidades familiares e evidenciou as disparidades de gênero que persistem em nossa sociedade.

Em resumo, a pesquisa da FENAJ trouxe à tona questões fundamentais relacionadas ao trabalho, estruturas de gênero e equilíbrio entre trabalho e vida pessoal para as mulheres jornalistas que também são mães, o que ressoa profundamente com minha própria experiência pessoal como mulher e futura jornalista.

As vivências pessoais de várias colegas também me levaram a compreender o quanto as estruturas de gênero no mercado de trabalho são impactantes para as mulheres que desempenham papéis de mãe e jornalista. Sentir a pressão de estar sempre disponível, mesmo após o horário de trabalho oficial, para atender a demandas profissionais é uma realidade que muitas vezes se choca com a necessidade de cuidar dos filhos e manter a harmonia familiar. Os resultados da pesquisa da FENAJ, que identificaram essa mesma pressão nas entrevistadas, confirmam que essas experiências não estão isoladas, mas refletem um problema sistêmico.

A observação dessa realidade inspirou o tema dessa monografia que pretende compreender, através de referenciais teóricos e pesquisa qualitativa, os possíveis desafios e impasses no equilíbrio entre a maternidade e o trabalho jornalístico. A revisão bibliográfica feita no primeiro capítulo tem como objetivo explicar sobre a maternidade, o arquétipo da mãe perfeita, teorias feministas e suas aplicações nesse contexto. No segundo capítulo pretende-se mostrar os conflitos vivenciados pela mulher no jornalismo, tais como os desafios e avanços na área, e as políticas públicas e empresariais que podem, ou não, resguardar essas profissionais. Para descrever e compreender os conflitos entre maternidade e trabalho vivenciados pela mulher jornalista, foi realizada uma pesquisa qualitativa cujos procedimentos metodológicos são descritos no terceiro capítulo. A apresentação dos resultados obtidos através da análise do conteúdo dos relatos verbais dos sujeitos é o assunto do quarto capítulo, e são discutidos com base na teoria revisada nos capítulos iniciais.

Diante desse cenário, o presente estudo visa aprofundar essa questão sob a perspectiva das mulheres mães jornalistas na cidade de Salvador. Por meio de entrevistas com algumas dessas profissionais, com roteiro previamente estabelecido, foi possível coletar relatos e

pontos de vista valiosos que ajudarão a compreender quais são os desafios e impasses que essas mulheres enfrentam ao tentar equilibrar suas vidas pessoais e profissionais, como mães e jornalistas. As entrevistas permitiram uma análise qualitativa mais profunda das experiências dessas mulheres, lançando luz sobre como as políticas públicas e práticas de trabalho podem ser adaptadas para melhor atender às suas necessidades e garantir um ambiente de trabalho mais inclusivo e equitativo.

Em última análise, este estudo busca contribuir para um diálogo mais amplo sobre igualdade de gênero e equilíbrio entre trabalho e vida pessoal no campo do jornalismo, bem como inspirar ações que promovam um ambiente de trabalho mais favorável às mulheres jornalistas que também são mães. Minha própria experiência pessoal de observação, aliada às pesquisas e os insights coletados nas entrevistas, servirão como um veículo para destacar a importância dessas questões e promover mudanças significativas no mercado de trabalho.

2 CAPÍTULO I - OS CONFLITOS DA MULHER MULTIFACETADA

2.1 O mito da mãe perfeita e o dom da maternidade

A imagem da mãe perfeita é uma construção social que exerce uma pressão significativa sobre as mulheres. Esse mito perpetua a ideia de que as mães devem ser inteiramente devotadas aos seus filhos, sacrificando outras áreas de suas vidas, como a carreira profissional. Segundo Badinter (1985), a idealização da maternidade coloca uma carga imensa sobre as mulheres, fazendo-as acreditar que devem ser totalmente altruístas e que qualquer falha em corresponder a esse ideal é um fracasso pessoal. Como ela argumenta: "A maternidade tornou-se um dever sagrado, uma missão inquestionável que não admite falhas" (Badinter, 1985, p. 47).

Esta idealização está profundamente enraizada em expectativas culturais e sociais. Douglas e Michaels (2004) argumentam que a mídia desempenha um papel crucial na perpetuação do mito da mãe perfeita, promovendo imagens de mães que equilibram com maestria o trabalho, a casa e os cuidados com os filhos, sem demonstrar qualquer sinal de estresse ou exaustão. "A mídia cria e reforça a imagem de uma supermãe que consegue fazer tudo sem dificuldades, deixando de lado a realidade das inúmeras mulheres que lutam diariamente para conciliar suas múltiplas funções" (Douglas & Michaels, 2004, p. 23).

No campo do jornalismo, essas pressões são ainda mais intensas devido às exigências da profissão, que frequentemente requer longas horas e flexibilidade. Jornalistas mães frequentemente se encontram em um dilema entre dedicar tempo e energia ao trabalho e atender às expectativas de serem mães perfeitas. As exigências de ambas as esferas são muitas vezes incompatíveis, levando a um conflito constante que pode afetar a saúde mental e emocional das profissionais.

A pressão para cumprir o papel de mãe perfeita pode levar a um sentimento de culpa constante. As mulheres são frequentemente julgadas por suas escolhas, sejam elas optar por trabalhar fora de casa ou dedicar-se integralmente aos cuidados dos filhos. "Essa dualidade de expectativas sociais torna-se um fardo emocional significativo, afetando a autoimagem e a saúde mental das mulheres" (Feldmann, 2018, p. 55).

A socióloga Sharon Hays (1996) introduz o conceito de "maternidade intensiva", onde se espera que as mães invistam tempo, energia e recursos consideráveis na criação dos filhos, muitas vezes em detrimento de suas próprias necessidades e desejos. "A maternidade intensiva é vista como um padrão de excelência a ser alcançado, perpetuando a ideia de que as

mulheres devem sacrificar suas carreiras e ambições pessoais para serem boas mães" (Mizumura, 2011, p. 73).

A idealização da maternidade não apenas impõe um fardo emocional sobre as mulheres, mas também limita suas oportunidades profissionais. Muitas mulheres sentem que devem escolher entre uma carreira de sucesso e ser uma mãe dedicada, uma escolha que raramente é imposta aos homens (Garcia, 2022). Essa divisão de expectativas contribui para a perpetuação de desigualdades de gênero, tanto em casa quanto no local de trabalho.

A literatura feminista tem sido instrumental em criticar e desconstruir o mito da mãe perfeita. Simone de Beauvoir (1949) argumenta que a maternidade, quando imposta como um destino inevitável, restringe a liberdade das mulheres. Ela defende que a verdadeira emancipação feminina envolve a capacidade de fazer escolhas livres sobre suas vidas, incluindo a decisão de serem ou não mães. "A mulher que assume a maternidade como destino inevitável está renunciando a uma parte essencial de sua liberdade" (de Beauvoir, 1949, p. 423).

Na mesma linha, Judith Butler (1990) desafia as normas de gênero que constroem as identidades femininas. Ela propõe que as mulheres devem ter a liberdade de desempenhar múltiplos papéis sem serem restringidas por expectativas rígidas de gênero. "A identidade de gênero não é algo fixo, mas uma performance contínua que pode ser negociada e reinterpretada" (Butler, 1990, p. 179). Isso inclui a possibilidade de serem tanto profissionais dedicadas quanto mães amorosas, de maneiras que façam sentido para cada indivíduo.

2.2 Ambivalência materna e a mulher profissional

A ambivalência materna refere-se aos sentimentos contraditórios que muitas mães experimentam em relação à maternidade e à carreira profissional. Esses sentimentos de amor e dedicação aos filhos podem coexistir com sentimentos de frustração e desejo de realização pessoal e profissional. Winnicott (1957) foi um dos primeiros teóricos a reconhecer a normalidade da ambivalência materna, destacando que a experiência materna é complexa e multifacetada. "A mãe suficientemente boa é aquela que, apesar de suas próprias ambivalências, consegue proporcionar um ambiente estável e acolhedor para seu filho" (Winnicott, 1957, p. 89).

De acordo com Hays (1996), a sociedade muitas vezes impõe uma dicotomia falsa entre ser uma boa mãe e ser uma profissional dedicada. As mulheres são levadas a acreditar que devem escolher entre um e outro, o que ignora a possibilidade de que elas possam, e

desejem, ser ambas as coisas simultaneamente. Para Hays, a maternidade intensiva é exatamente onde as expectativas sociais colocam uma pressão significativa sobre as mulheres para se dedicarem intensamente à criação dos filhos, muitas vezes em detrimento de suas carreiras. "A maternidade intensiva exige uma dedicação total e exclusiva, o que muitas vezes é incompatível com a busca de realização profissional" (Hays, 1996, p. 52).

Para as jornalistas, a ambivalência é particularmente acentuada. A natureza imprevisível e frequentemente exigente do trabalho jornalístico pode entrar em conflito direto com as responsabilidades maternas. A jornalista e autora Susan Faludi (1991) argumenta que as mulheres que tentam equilibrar trabalho e família muitas vezes enfrentam críticas tanto em casa quanto no local de trabalho, exacerbando a ambivalência e o estresse. "As jornalistas mães são frequentemente vistas como menos comprometidas com sua carreira, enfrentando preconceitos tanto de colegas quanto de empregadores" (Faludi, 1991, p. 120).

Essa ambivalência também pode ser observada na forma como as políticas de trabalho afetam as mulheres. Muitas vezes, as empresas não oferecem flexibilidade suficiente para que as mães possam equilibrar suas responsabilidades profissionais e familiares. A falta de políticas de trabalho flexíveis e de apoio, como creches no local de trabalho e horários flexíveis, intensifica a tensão entre as demandas do trabalho e da maternidade (Marques, 2011). Esse ambiente de trabalho inflexível pode levar a uma maior frustração e ao sentimento de inadequação.

A pressão para ser uma mãe perfeita pode levar as mulheres a negligenciar suas próprias necessidades de desenvolvimento pessoal e profissional. Muitas mães sentem que precisam sacrificar suas aspirações de carreira para atender às expectativas sociais de maternidade (Mizumura, 2011). Esse sacrifício pode resultar em sentimentos de ressentimento e insatisfação, contribuindo ainda mais para a ambivalência materna.

A pesquisa de Menezes (2011) sobre a representação feminina na mídia destaca como a sociedade continua a reforçar estereótipos de gênero que exacerbam essa ambivalência. As imagens de mães dedicadas que equilibram perfeitamente trabalho e família não refletem a realidade da maioria das mulheres, criando uma pressão adicional para que as mães alcancem um ideal inatingível. Essa representação distorcida pode levar a sentimentos de fracasso e inadequação entre as mulheres que não conseguem corresponder a esses padrões.

Outro fator que contribui para a ambivalência materna é a falta de reconhecimento do trabalho doméstico e de cuidado como uma forma legítima de trabalho. A divisão desigual das responsabilidades domésticas e de cuidado continua a ser uma realidade para muitas mulheres, que se encontram realizando uma "segunda jornada" após o trabalho remunerado

(Feldmann, 2018). Essa sobrecarga pode levar a um esgotamento físico e emocional, dificultando ainda mais o equilíbrio entre trabalho e maternidade.

O estudo de Garcia (2022) sobre a representação da mulher na revista *Elle Brasil* mostra como a mídia de moda e estilo de vida pode perpetuar expectativas irreais sobre a maternidade e o trabalho. "As imagens glamourosas de mulheres que parecem equilibrar tudo com facilidade podem criar uma pressão adicional sobre as mães para que mantenham uma aparência e um estilo de vida perfeitos, exacerbando a ambivalência entre suas identidades pessoais e profissionais" (Garcia, 2022, p. 27).

Para as jornalistas, essa ambivalência é agravada pela necessidade de estar sempre disponível para o trabalho. A pressão para cobrir eventos de última hora e cumprir prazos apertados pode levar a um conflito constante entre as demandas do trabalho e as necessidades da família. "Essa disponibilidade contínua pode resultar em um sentimento de culpa por não estar presente para os filhos, ao mesmo tempo em que enfrentam a pressão para ser profissionais dedicados" (Nunes, 2024, p. 31).

A pesquisa de Soares (2023) sobre o impacto dos ideais sociais na maternidade contemporânea sugere que as mulheres precisam de mais apoio social e institucional para equilibrar suas responsabilidades. A implementação de políticas que promovam a igualdade de gênero e a flexibilidade no local de trabalho pode ajudar a aliviar a ambivalência materna, permitindo que as mulheres realizem suas aspirações profissionais sem sacrificar suas responsabilidades familiares.

A ambivalência materna é um fenômeno complexo que reflete os desafios enfrentados pelas mulheres ao tentar equilibrar trabalho e maternidade. A pressão para ser uma mãe perfeita e uma profissional dedicada cria um conflito constante, exacerbado por políticas de trabalho inflexíveis e expectativas sociais irreais. Reconhecer e abordar essa ambivalência é crucial para promover a igualdade de gênero e apoiar as mulheres em suas múltiplas identidades e aspirações (Campos, 2024).

2.3 Teorias feministas e suas aplicações

As teorias feministas oferecem uma lente crítica através da qual podemos analisar os desafios enfrentados pelas mulheres que buscam equilibrar maternidade e carreira. Simone de Beauvoir, em "*O Segundo Sexo*" (1949), argumenta que a opressão das mulheres é uma construção histórica e cultural, e que a maternidade, como uma expectativa imposta, desempenha um papel central nessa opressão. De Beauvoir sugere que a emancipação das

mulheres depende de sua capacidade de fazer escolhas livres sobre suas vidas, incluindo se e como equilibrar trabalho e maternidade. "A mulher que assume a maternidade como destino inevitável está renunciando a uma parte essencial de sua liberdade" (de Beauvoir, 1949, p. 423).

Betty Friedan, em "The Feminine Mystique" (1963), discute a "problemática sem nome", referindo-se à insatisfação generalizada das mulheres que, apesar de terem alcançado o sonho da maternidade e do lar perfeito, se sentem incompletas e subvalorizadas. Friedan argumenta que a realização profissional é crucial para a satisfação pessoal das mulheres, desafiando a ideia de que a maternidade deve ser o centro de suas vidas. "A verdadeira realização feminina deve incluir tanto a maternidade quanto o desenvolvimento de uma carreira profissional que traga satisfação pessoal" (Friedan, 1963, p. 32).

As teorias feministas contemporâneas, como as de Judith Butler (1990), enfatizam a performatividade de gênero e como as normas sociais constroem e moldam as identidades das mulheres. Butler sugere que as mulheres devem ter a liberdade de desempenhar múltiplos papéis sem serem restringidas por expectativas de gênero rígidas. "A identidade de gênero não é algo fixo, mas uma performance contínua que pode ser negociada e reinterpretada" (Butler, 1990, p. 179). Aplicando isso ao jornalismo, é essencial reconhecer que as jornalistas devem ter o direito de explorar tanto suas ambições profissionais quanto suas identidades maternas de maneiras que façam sentido para elas individualmente.

A socióloga Soares (2023) aborda o impacto dos ideais sociais na maternidade contemporânea, destacando como as expectativas culturais e sociais podem limitar as escolhas das mulheres. Soares argumenta que é necessário desafiar essas expectativas para permitir que as mulheres façam escolhas verdadeiramente livres sobre suas vidas. Isso inclui a possibilidade de equilibrar trabalho e maternidade de maneiras que façam sentido para cada mulher individualmente.

No campo do jornalismo, as teorias feministas podem ser aplicadas para promover uma maior representação e voz das mulheres. Isso inclui não apenas aumentar o número de mulheres em posições de liderança, mas também assegurar que as vozes e perspectivas das mulheres sejam valorizadas e respeitadas. As teorias feministas nos ajudam a entender como as dinâmicas de poder de gênero podem influenciar a produção de notícias e a desenvolver estratégias para promover uma cobertura mais equilibrada e inclusiva (Nunes, 2024).

As teorias feministas também destacam a importância do apoio social e institucional para as mães que trabalham. Isso inclui a criação de redes de apoio entre mulheres, a promoção de mentorias e a defesa de políticas públicas que apoiem a igualdade de gênero no

local de trabalho. Ao criar ambientes de trabalho mais inclusivos e solidários, podemos ajudar a mitigar os desafios enfrentados pelas mulheres que buscam equilibrar carreira e maternidade (Campos, 2024).

Ao desafiar as normas de gênero e promover políticas de trabalho inclusivas, podemos criar um ambiente em que as mulheres possam prosperar tanto como profissionais quanto como mães. "A aplicação dessas teorias no campo do jornalismo pode ajudar a promover uma maior igualdade de gênero e a valorização das contribuições das mulheres em todas as esferas da vida" (Butler, 1990, p. 211).

A crítica feminista também sugere a importância de um apoio institucional robusto para a criação de políticas que efetivamente permitam a conciliação entre vida profissional e pessoal. "A implementação de políticas públicas que promovam a igualdade de gênero, como licenças parentais remuneradas e horários de trabalho flexíveis, pode aliviar a pressão sobre as mulheres e permitir que elas alcancem uma verdadeira realização pessoal e profissional" (Friedan, 1963, p. 32).

3 CAPÍTULO II - A MULHER NO JORNALISMO

3.1 História da Mulher no Jornalismo

A entrada das mulheres no jornalismo começou a ganhar força no final do século XIX e início do século XX, quando figuras como Nellie Bly desafiaram as normas sociais para investigar e reportar questões de importância pública. Bly é frequentemente lembrada por sua ousadia e pela inovação nas técnicas de reportagem investigativa (Douglas & Michaels, 2004). No Brasil, em 1884, Narcisa Amália de Campos inaugurava o jornal quinzenal *Gazetinha*, que tinha como subtítulo “folha dedicada ao belo sexo”. A presença feminina no jornalismo continuou a crescer, com mulheres enfrentando e superando obstáculos significativos em um campo tradicionalmente dominado por homens.

Durante as décadas de 1920 e 1930, as mulheres começaram a se estabelecer em redações de jornais e revistas, embora muitas vezes relegadas a coberturas consideradas "femininas", como moda e sociedade. Este período viu a emergência de figuras importantes como Eugênia Brandão, jovem "reportisa" do Rio de Janeiro; e Dorothy Thompson, que se tornou uma das colunistas mais influentes de sua época (Faludi, 1991). A batalha pela igualdade de oportunidades no jornalismo continuava a ser um desafio persistente.

A Segunda Guerra Mundial foi um ponto de inflexão, quando muitas mulheres entraram no mercado de trabalho, incluindo o jornalismo, para substituir os homens que foram para a guerra. Isso abriu novas portas, mas também criou expectativas de que as mulheres retornariam aos papéis domésticos após o conflito (Hays, 1996). No entanto, algumas mulheres conseguiram manter suas posições e continuaram a construir carreiras sólidas no jornalismo pós-guerra.

Nos anos 1960 e 1970, o movimento feminista trouxe um foco renovado na igualdade de gênero, incluindo no campo do jornalismo. Mulheres como Glória Maria, Barbara Walters e Helen Thomas quebraram barreiras significativas, conquistando posições de destaque e respeito na indústria (Badinter, 1985). Este período também viu o aumento do número de mulheres nas escolas de jornalismo, preparando-se para carreiras em um campo em transformação.

A partir dos anos 1980, a presença das mulheres no jornalismo se consolidou, com muitas alcançando posições de liderança. No entanto, persistiam desafios significativos, como a desigualdade salarial e a discriminação de gênero (Friedan, 1963). As jornalistas mulheres

continuaram a lutar por reconhecimento igual e pelas mesmas oportunidades de avanço profissional que seus colegas homens.

Na década de 1990, o advento da internet e a expansão do jornalismo digital criaram novas oportunidades e desafios. Mulheres jornalistas começaram a explorar essas novas plataformas, utilizando blogs e outros meios digitais para ampliar suas vozes e alcançar audiências mais amplas (Butler, 1990). Este período marcou um novo capítulo na história da mulher no jornalismo, com um aumento na diversidade de vozes e perspectivas.

Os anos 2000 trouxeram uma maior conscientização sobre a necessidade de políticas inclusivas e de apoio no local de trabalho. A implementação de políticas de licença parental, horários flexíveis e outras medidas começou a ganhar força, embora ainda houvesse muito a ser feito (Soares, 2023).

Atualmente, as mulheres no jornalismo continuam a quebrar barreiras e a lutar por igualdade. A representatividade feminina em posições de liderança ainda é um objetivo a ser alcançado plenamente, mas há um progresso constante. Pesquisas mostram que a diversidade nas redações contribui para uma cobertura mais abrangente e sensível a questões de gênero (Nunes, 2024). Este é um momento de evolução contínua e de esperança para o futuro.

O papel das redes sociais e das novas tecnologias tem sido crucial na amplificação das vozes femininas no jornalismo. Mulheres jornalistas têm usado essas plataformas para denunciar desigualdades, compartilhar suas histórias e apoiar umas às outras (De Lima Bezerra, 2020). Esta solidariedade digital está moldando uma nova era de ativismo e mudança na indústria jornalística.

Apesar dos avanços significativos, a jornada das mulheres no jornalismo está longe de ser concluída. A luta por igualdade de gênero, respeito e reconhecimento continua a ser uma batalha diária. As mulheres no jornalismo hoje são inspiradas por aquelas que vieram antes delas e continuam a pavimentar o caminho para as futuras gerações (Mizumura, 2011). A história da mulher no jornalismo é uma narrativa de resiliência, coragem e inovação.

3.2 Avanços e Desafios

A presença das mulheres no jornalismo contemporâneo representa tanto um avanço significativo quanto um campo repleto de desafios. O aumento da visibilidade e da participação feminina em redações e reportagens de destaque reflete décadas de luta e conquista (Garcia, 2022). No entanto, essa presença continua a ser acompanhada por uma série de obstáculos que precisam ser enfrentados.

Um dos principais desafios enfrentados pelas mulheres no jornalismo é a persistente desigualdade salarial. Estudos indicam que, em média, as mulheres jornalistas ainda ganham menos que seus colegas homens, mesmo quando possuem qualificações e responsabilidades semelhantes (Feldmann, 2018). Esta disparidade salarial reflete uma desigualdade de gênero mais ampla que permeia muitos setores, incluindo o jornalismo.

Além das questões salariais, as mulheres jornalistas frequentemente enfrentam discriminação e assédio no local de trabalho. Relatos de experiências de sexismo e comportamentos inapropriados são comuns, criando um ambiente de trabalho hostil para muitas (Faludi, 1991). Esta realidade sublinha a necessidade urgente de políticas mais rigorosas e de uma cultura organizacional que promova o respeito e a igualdade.

A pressão para equilibrar a carreira e a vida familiar é outro desafio significativo para as mulheres no jornalismo. Muitas jornalistas são confrontadas com expectativas irrealistas de desempenho tanto no trabalho quanto em casa, levando a níveis elevados de estresse e exaustão (Hays, 1996). Esta dualidade de papéis é uma fonte constante de tensão e pode impactar negativamente a saúde mental e física das profissionais.

No entanto, também houve avanços notáveis. A implementação de políticas de licença parental e horários de trabalho flexíveis em algumas organizações representa um passo positivo em direção ao apoio às mulheres jornalistas (Marques, 2011). Essas políticas permitem um melhor equilíbrio entre trabalho e vida pessoal, embora sua aplicação ainda não seja universal.

A ascensão das mulheres a posições de liderança no jornalismo também é um marco importante. Figuras como Christiane Amanpour e Maria Ressa exemplificam como as mulheres podem não apenas participar, mas liderar e influenciar a narrativa jornalística global (Douglas & Michaels, 2004). Esses exemplos inspiram uma nova geração de jornalistas mulheres a aspirar a papéis de liderança.

A representatividade das mulheres em áreas de cobertura anteriormente dominadas por homens, como política e esportes, também tem aumentado. Essa diversificação das vozes no jornalismo contribui para uma cobertura mais equilibrada e inclusiva de temas importantes (De Lima Bezerra, 2020). No entanto, as mulheres nessas áreas ainda enfrentam desafios específicos, incluindo a necessidade de provar constantemente sua competência e o assédio ainda mais acentuado.

3.3 Políticas e Práticas Empresariais

As políticas e práticas empresariais desempenham um papel crucial na promoção da igualdade de gênero no jornalismo. A implementação de políticas de licença parental prolongada é uma dessas medidas que pode ajudar a equilibrar as responsabilidades profissionais e familiares das jornalistas (Marques, 2011). Essas políticas permitem que as mulheres possam cuidar de seus filhos sem comprometer suas carreiras, promovendo um ambiente de trabalho mais inclusivo.

A flexibilidade no horário de trabalho é outra prática importante que pode beneficiar as jornalistas. Horários flexíveis e a possibilidade de trabalho remoto são fundamentais para permitir que as mulheres gerenciem melhor suas responsabilidades profissionais e pessoais (Soares, 2023). Tais políticas não só melhoram a qualidade de vida das jornalistas, mas também aumentam a produtividade e a satisfação no trabalho.

As creches no local de trabalho representam uma medida prática que pode aliviar a carga sobre as mulheres jornalistas. A disponibilidade de cuidados infantis acessíveis e de qualidade permite que as mães profissionais possam se concentrar em suas tarefas sem preocupações constantes sobre o bem-estar de seus filhos (Feldmann, 2018). Esta prática também demonstra o compromisso da empresa com o bem-estar de suas funcionárias.

A igualdade salarial é uma questão crítica que precisa ser abordada através de políticas empresariais claras. A transparência salarial e auditorias regulares podem ajudar a identificar e corrigir disparidades salariais, garantindo que as mulheres recebam uma compensação justa por seu trabalho (Garcia, 2022). A igualdade salarial é um passo essencial para a justiça de gênero no local de trabalho.

Treinamentos de sensibilidade de gênero também são ferramentas importantes para promover um ambiente de trabalho inclusivo. Esses treinamentos educam os funcionários sobre as questões de gênero e ajudam a prevenir comportamentos discriminatórios e assédio (Butler, 1990). A criação de uma cultura organizacional que valorize a diversidade é fundamental para o sucesso dessas iniciativas.

4 METODOLOGIA DE PESQUISA

Neste capítulo, descreveremos a metodologia utilizada para investigar os desafios e impasses enfrentados por jornalistas que também são mães. Abordaremos a escolha da metodologia da pesquisa, a definição dos participantes e a coleta de dados, bem como a análise desses dados.

4.1 Abordagem da Pesquisa

Para compreender os desafios e impasses no equilíbrio entre jornalismo e maternidade, optamos por uma abordagem qualitativa, devido à necessidade de explorar profundamente as experiências, percepções e dificuldades vivenciadas por essas profissionais. Seguindo os preceitos de Denzin e Lincoln (2006), a abordagem qualitativa permite uma compreensão mais rica e contextualizada dos fenômenos sociais, destacando as diversas perspectivas e interpretando as interações sociais subjacentes.

Ao contrário da pesquisa quantitativa, a pesquisa qualitativa não busca generalizar os resultados nem basear seus procedimentos em dados estatísticos; em vez disso, concentra-se no indivíduo, revelando, neste estudo, as nuances das experiências das mulheres jornalistas e os desafios específicos que enfrentam ao equilibrar maternidade e carreira. A pesquisa qualitativa proporciona uma análise detalhada das interações sociais e das construções de significado presentes na prática jornalística, fornecendo insights importantes para entender melhor os dilemas enfrentados por essas profissionais. Assim, espera-se contribuir para uma reflexão crítica sobre as questões de gênero e trabalho na área do jornalismo.

Além disso, há uma compreensão cada vez maior da importância da comunicação efetiva entre pesquisador/pesquisadora e participantes, com o pesquisador/pesquisadora desempenhando um papel ativo e reflexivo durante todo o processo de pesquisa. Os participantes não são apenas fontes de dados, mas também co-construtores de significado, e a qualidade da pesquisa é diretamente influenciada pela qualidade dessa interação. Portanto, investir em uma relação de confiança, respeito e transparência com os participantes é essencial para garantir a validade e a relevância dos resultados da pesquisa. Isso inclui fornecer informações claras sobre o estudo e sobre a pesquisadora, promovendo um ambiente de colaboração e engajamento dos participantes.

Por fim, a abordagem adotada nesta pesquisa tem o objetivo de fornecer uma compreensão mais profunda dos desafios enfrentados ao destacar suas vozes e perspectivas.

Espera-se enriquecer o debate acadêmico e promover uma reflexão mais ampla sobre as políticas e práticas necessárias para apoiar as jornalistas em suas trajetórias pessoais e profissionais.

4.2 Definição de Participantes e Coleta de Dados

Como instrumento de coleta e registro dos dados, utilizou-se um roteiro de entrevista semi-estruturada com perguntas abertas. Essa abordagem flexível permitiu que as participantes compartilhassem suas experiências de forma livre e aberta, enquanto também permitia a pesquisadora direcionar a discussão para aspectos específicos do tema em questão. As entrevistas foram realizadas individualmente, via aplicativo Google Meet. O encontro aconteceu em uma sala virtual reservada, sem interferência de outras pessoas. As entrevistas foram gravadas com o consentimento prévio das participantes e posteriormente transcritas, com duração aproximada de uma hora. Foi apresentado às entrevistadas, antes da coleta de dados, o termo de consentimento, para que essas estivessem cientes dos objetivos da pesquisa e concordassem em participar da mesma, permitindo que o conteúdo de seus relatos fossem apresentados e discutidos na monografia, mediante a omissão de suas identidades.

Foram entrevistadas quatro participantes do sexo feminino, com idades entre 34 e 46 anos, que atualmente precisam conciliar a dupla jornada, mãe e profissional. A seleção das participantes foi realizada de forma intencional, considerando a diversidade de experiências e contextos pessoais e profissionais. As entrevistadas foram identificadas através de contatos profissionais e redes sociais, levando em consideração critérios como idade, estado civil, número e idade dos filhos, formação acadêmica e área de atuação no jornalismo.

Para fazer a escolha das participantes, a pesquisadora teve uma conversa prévia informal com pessoas conhecidas, a fim de identificar mulheres que precisam conciliar os papéis de mãe e jornalista. Após identificação de possíveis participantes, a pesquisadora fez um filtro, a fim de selecionar mulheres de diferentes realidades socioculturais, para enriquecimento da pesquisa. A essas mulheres foi feito o convite para participar do estudo.

A entrevistada número 01, identificada nesta pesquisa como J1, tem 42 anos de idade, se identifica como branca, é casada, tem dois filhos (dois meninos, três e quatro anos), é formada há cerca de 20 anos e atua como produtora de telejornal. A entrevistada número 02, identificada nesta pesquisa como J2, tem 34 anos de idade, se identifica como negra, é solteira, tem uma filha (uma menina de cinco anos), é formada em jornalismo há 8 anos e atua como repórter de jornal online. A entrevistada número 03, identificada nesta pesquisa como

J3, tem 46 anos de idade, se identifica como branca, é divorciada, tem dois filhos (um menino de 15 e uma menina de 22 anos), é formada há 24 anos e trabalha como produtora e repórter. A entrevistada número 04, identificada nesta pesquisa como J4, tem 38 anos, se identifica como negra, é casada, tem um filho (um menino de 9 anos), é formada há 13 anos e é repórter.

4.3 Análise de informação

Os dados coletados nas entrevistas tiveram seus conteúdos analisados de acordo com o modelo proposto por Laurence Bardin (1979), que é bastante utilizado em pesquisas qualitativas. O trabalho começa com a organização do material: escolha de documentos a serem analisados e elaboração de questionamentos, na intenção de obter informações que posteriormente serão discutidas e elaboradas teoricamente na conclusão do trabalho. Os documentos a serem analisados foram as transcrições das entrevistas e constituem o corpo da pesquisa. No primeiro momento, foi feita uma “leitura flutuante”, que é uma primeira leitura, onde surgiram as primeiras hipóteses, feita a partir do fenômeno observado, sendo apenas provisória. Surge também a busca seguindo o objetivo geral da pesquisa, que é, acima de tudo, onde a pesquisadora pretende chegar. Após a preparação do material, começa a sua exploração. Esta etapa é mais demorada e requer um grande empenho do investigador/investigadora.

Após a coleta de dados, procedeu-se com a transcrição das entrevistas gravadas. Para categorizar as informações obtidas nas entrevistas, optou-se pela Análise Temática (AT), que se baseia na identificação de padrões e temas emergentes diretamente dos dados coletados. Essa escolha metodológica é respaldada por teóricos da área, como Braun e Clarke (2006), que destacam a eficácia da análise temática na exploração de novas compreensões e nas experiências dos participantes.

Este tipo de análise também está alinhado com a importância de uma abordagem flexível e exploratória na pesquisa qualitativa. Ao permitir que os temas surjam organicamente dos dados, essa metodologia possibilita uma compreensão contextualizada dos fenômenos estudados. Dessa forma, depois de todas estas etapas colocadas em prática, espera-se que a categorização conduza a insights significativos sobre os desafios enfrentados pelas mães jornalistas e suas estratégias para um equilíbrio entre a vida profissional e familiar.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a coleta dos dados, e transcrição das entrevistas para análise, os discursos foram separados por blocos temáticos, a fim de refletir sobre as informações coletadas e chegar na identificação de padrões de similaridades e diferenças entre as entrevistadas. Neste capítulo, pretende-se, portanto, entender como as mulheres que são mães e jornalistas convivem com os conflitos gerados, a partir dos dois papéis que exercem, entre a maternidade e o trabalho. Num primeiro momento, é importante ressaltar as semelhanças e as diferenças, que foram citadas durante as entrevistas. É possível observar que existem algumas diferenças, mas que as semelhanças são muito mais presentes no discurso destas mulheres. Portanto, podemos observar como fator semelhante, o fato de que há uma pressão social significativa para que as mulheres desempenhem plenamente tanto o papel de mãe quanto de profissional, ambos com excelência.

As entrevistas forneceram informações valiosas sobre a interseção entre esses dois aspectos da vida dessas mulheres e as complexidades envolvidas na busca por equilíbrio entre ambos.

5.1 Multiplicidade de experiências

As entrevistas realizadas revelaram uma diversidade de experiências individuais entre as jornalistas mães participantes da pesquisa, evidenciando a complexidade e a multiplicidade de formas como as mulheres vivenciam a maternidade e o trabalho. A importância do trabalho na vida dessas mulheres foi um tema recorrente, com J1 e J4 enfatizando o papel do trabalho em sua realização pessoal e profissional:

[O trabalho] é fundamental para minha realização pessoal e profissional, é a fonte de sustento para minha família. Mas a maternidade é o centro da minha vida, é o que me motiva a ser melhor a cada dia, o que realmente me traz uma felicidade indescritível. (J1)

Toda! O trabalho é extremamente importante para mim. Eu acredito fielmente que o trabalho dignifica a pessoa e eu amo o que eu faço. Apesar de toda essa onda de Fake News e tal, eu acredito que o jornalismo é uma ferramenta poderosíssima de informar e educar pessoas. (J4)

Essa valorização do trabalho reflete a busca por autonomia e independência financeira, aspectos importantes para a identidade e o bem-estar das mulheres contemporâneas. A

maternidade também ocupou um lugar central nos relatos das entrevistadas, embora com diferentes nuances. J1 descreveu a maternidade como o "centro da minha vida", enquanto J4 expressou sentimentos ambivalentes, afirmando que "a maternidade é importante, mas [...] não é algo que me traz a mesma satisfação e realização que a outras mães".

A experiência de J2 ilustra a realidade de muitas mães solo, que precisam conciliar trabalho e maternidade sem o apoio de um parceiro:

Não, não tive essa opção [não trabalhar após o nascimento do filho]. Desde o início fui mãe solo, então, apesar de ter um auxílio dos meus pais, sempre precisei batalhar e muito. Não foi fácil, até hoje não é, mas de algum jeito consigo conciliar o trabalho e os cuidados com minha filha. (J2)

Ela ressaltou a importância do trabalho como fonte de sustento e dignidade, demonstrando a força e a resiliência de muitas mulheres que enfrentam desafios adicionais na busca por equilíbrio entre a vida profissional e familiar. A maternidade, mesmo não planejada, trouxe para J2 uma nova perspectiva de vida e a motivou a lutar por um futuro melhor para sua filha, evidenciando o potencial transformador da maternidade na vida das mulheres.

J3, por sua vez, expressou uma visão da maternidade como um compromisso contínuo e vitalício:

O trabalho é muito importante. Sem ele, eu não poderia realizar nada na minha vida, inclusive ser mãe. Tudo o que faço é por eles [meus filhos]. A maternidade é como um trabalho também, só que em tempo integral. Não dá pra desligar, se "demitir". Meus filhos já são grandes hoje, e mesmo assim ainda penso neles em cada decisão que tomo. (J3)

Essa perspectiva destaca a intensidade e a responsabilidade envolvidas na criação dos filhos, mesmo quando eles já estão crescidos. A fala de J3 também aponta para a importância do trabalho como meio de prover para os filhos e garantir seu bem-estar, refletindo o compromisso das mães com o futuro de suas famílias.

A ambivalência em relação à maternidade também surgiu nos relatos. J4 admitiu que a maternidade não lhe trouxe a mesma satisfação que para outras mães, enquanto J2, apesar de não ter planejado a maternidade, encontrou nela uma nova perspectiva de vida e uma motivação para lutar por um futuro melhor para sua filha. Essas experiências diversas ilustram como a maternidade pode ser vivida de maneiras distintas, desafiando a noção de que existe um único modelo ideal de mãe. A ambivalência materna, como discutida por Winnicott

(1957), é uma experiência comum e normal, que não diminui o amor e o cuidado que as mães têm por seus filhos.

A fala de J3 sobre a divisão injusta de tarefas em seu relacionamento anterior, mesmo após o divórcio, e a percepção de que a maternidade a impedia de ter tempo para si mesma, ecoa as teorias de Biroli (2014) sobre a maternidade como uma instituição social que perpetua a desigualdade de gênero e a divisão sexual do trabalho.

Sinceramente, acho que não, não é justa. Mas foi o que ficou decidido na época do divórcio, e, sinceramente, já era acostumada a abdicar de tempo para mim bem antes de me divorciar. Ser mãe é uma tarefa em tempo integral e vitalícia, não dá para desligar. “Deu meu horário, vou bater o ponto”. Não dá. (J3)

As experiências relatadas pelas entrevistadas evidenciam a diversidade de vivências e desafios enfrentados pelas mulheres jornalistas que são mães. A maternidade e o trabalho são aspectos importantes na vida dessas mulheres, e a busca por equilíbrio entre ambos é um desafio constante. As entrevistas revelaram a importância do apoio familiar e social, da organização e do planejamento, da flexibilidade no trabalho e da autocompaixão como estratégias para lidar com as demandas da dupla jornada.

A decisão de ter filhos mais tarde na vida, como no caso de J1, que teve seu primeiro filho aos 37 anos, também foi mencionada como uma forma de equilibrar a carreira e a maternidade. Essa escolha permitiu que ela se estabelecesse profissionalmente antes de assumir as responsabilidades da maternidade, o que pode ser uma estratégia eficaz para algumas mulheres. No entanto, é importante reconhecer que essa opção nem sempre está disponível para todas as mulheres, devido a fatores biológicos, sociais e econômicos.

A questão da culpa materna também permeou os relatos das entrevistadas. J1 e J4 mencionaram a culpa por não conseguirem dedicar tempo suficiente aos filhos ou por não serem "perfeitas" em ambos os papéis. Essa culpa reflete as expectativas sociais internalizadas pelas mulheres, que muitas vezes se cobram excessivamente para atender a padrões irreais de maternidade e sucesso profissional. A culpa materna, como discutido por Badinter (1985), pode ser um fardo emocional significativo, afetando a autoestima e o bem-estar das mulheres.

A importância da rede de apoio familiar e social também foi evidente nos relatos das entrevistadas. J1 mencionou o apoio do marido e da babá, enquanto J2 destacou a ajuda dos pais e da escola. A presença de uma rede de apoio confiável pode fazer a diferença na capacidade das mulheres de conciliar trabalho e maternidade, oferecendo suporte emocional e prático para lidar com as demandas diárias. A falta de apoio, por outro lado, pode levar a

sentimentos de isolamento e sobrecarga, dificultando ainda mais o equilíbrio entre os diferentes papéis.

A autocrítica e a busca por perfeição também foram temas presentes nas entrevistas. J1 e J3 mencionaram a cobrança que fazem a si mesmas para serem mães e profissionais exemplares. Essa autocrítica pode ser uma manifestação da pressão social internalizada, que leva as mulheres a buscarem um ideal inatingível de perfeição. A autocompaixão, como discutida por Neff (2003), pode ser uma ferramenta importante para lidar com essa pressão, permitindo que as mulheres aceitem suas limitações e se tratem com mais gentileza e compreensão.

As participantes da pesquisa também destacaram a importância de definir prioridades e fazer escolhas conscientes para conciliar a maternidade e a carreira. J2 mencionou a necessidade de "fazer uma ordem de prioridades" e "entender quais são as escolhas que você fez", enquanto J3 enfatizou a importância de "organizar bem meu tempo e estabelecer prioridades". Essa capacidade de priorizar e tomar decisões conscientes é fundamental para gerenciar as demandas da dupla jornada, permitindo que as mulheres equilibrem seus diferentes papéis de forma mais eficaz.

A resiliência e a capacidade de adaptação também foram evidentes nos relatos das entrevistadas. Apesar dos desafios e dificuldades, elas encontraram maneiras de conciliar a maternidade com suas carreiras no jornalismo, demonstrando a força e a determinação das mulheres que buscam realizar seus sonhos e aspirações, tanto no âmbito profissional quanto no pessoal. A capacidade de se adaptar a novas situações e encontrar soluções criativas para os desafios é essencial para o sucesso na dupla jornada, permitindo que as mulheres superem obstáculos e alcancem seus objetivos.

5.2 Principais Desafios e Dificuldades Relatados

As entrevistas revelaram uma série de desafios e dificuldades enfrentados pelas jornalistas mães em sua jornada de conciliar a maternidade com a carreira. A pressão social por excelência em ambos os papéis foi um tema recorrente, gerando sentimentos de culpa e sobrecarga. J2 expressou essa pressão de forma clara:

Existe uma expectativa irrealista de que nós [mulheres] devemos ser capazes de fazer tudo, e muitas vezes a gente se sente sobrecarregada, culpada por não atender a essas expectativas. Sinto uma pressão surreal para ser uma mãe perfeita e uma profissional exemplar, mas sempre me vejo falhando nos dois papéis.(J2)

Essa busca por perfeição, muitas vezes internalizada pelas mulheres, pode levar à autocrítica e à culpa, como relatado por J1:

Principalmente eu mesma. Eu sou bastante exigente comigo mesma. Quero ser a melhor mãe possível, a esposa perfeita pro meu marido, mas também uma profissional de sucesso, ganhar dinheiro... Acho que aprendi vendo minha mãe, minha maior referência de tudo nessa vida. (J1)

A pressão para manter uma aparência de sucesso em ambas as esferas também pode levar a sentimentos de inadequação e exaustão. Esses sentimentos podem ser uma manifestação interna das expectativas sociais de perfeição que muitas mulheres internalizam.

Agora mesmo no final do ano, teve uma festa na escolinha do meu menor e eu não consegui ir. Não consegui sair da redação a tempo para assistir a apresentação dele. Só Deus sabe o quanto chorei nesse dia. É muito ruim você sentir que está falhando e não ter como fazer diferente. (J1)

Já passei por situações em que precisava atender uma pauta que chegou de última hora, e a escola do meu filho ligando e ligando, e eu deixei tocar... Priorizei meu trabalho naquele momento, sabendo que ele estava em um lugar seguro, mas acaba que fiquei preocupada durante o trabalho e também não fui resolver a demanda do meu filho. Então mesmo tentando conciliar, fui mal nas duas tarefas. (J4)

A pressão social para que as mulheres desempenhem plenamente tanto o papel de mãe quanto de profissional é um desafio constante. J4 identifica a expectativa social e crítica: “A sociedade espera mães dedicadas e profissionais 'porretas', a conta não fecha. Não tem horas suficientes no dia para entregar tudo com perfeição”. Esse tipo de pressão social reflete o que Hays (1996) descreve como a imposição da maternidade intensiva, onde as expectativas para as mulheres são irrealisticamente altas, causando estresse e exaustão.

A falta de flexibilidade no trabalho jornalístico também foi apontada como um obstáculo significativo. A natureza imprevisível da profissão, com demandas de última hora e a necessidade de estar disponível em horários não convencionais, dificulta a conciliação com as responsabilidades maternas. J2 e J4 destacaram essa dificuldade:

Acho que a principal dificuldade é a falta de flexibilidade do próprio trabalho jornalístico. Fins de semana, feriados, as notícias não param, né? Então a gente não pode parar também, e vive nessa “presença ausente” em casa. (J2)

A principal dificuldade eu diria que é o “Para já” do jornalismo. É tudo uma urgência e você nunca consegue ficar 100% desligada do trabalho. Além das demandas específicas de criar um filho autista, né? Exige muito tempo e atenção. É sempre um malabarismo de prazos apertados, eventos de última hora e as necessidades de meu filho. (J4)

A falta de apoio no ambiente de trabalho também foi mencionada como um desafio. J2 relatou a dificuldade em conseguir um horário de trabalho compatível com suas responsabilidades maternas, enquanto J3 descreveu olhares de reprovação de colegas ao ter que sair do trabalho para lidar com emergências relacionadas aos filhos. Essas experiências ilustram como a maternidade ainda é vista como um obstáculo para o desenvolvimento profissional das mulheres, refletindo a persistência de preconceitos e estereótipos de gênero no mercado de trabalho.

A sobrecarga emocional e física de tentar equilibrar múltiplos papéis também foi um desafio relatado pelas entrevistadas. J1 descreveu a dificuldade em conciliar as demandas do trabalho com a criação dos filhos, especialmente durante a licença maternidade:

Foi muito difícil. Me senti culpada o tempo todo por deixar meus filhos. (Risos). Mas ao mesmo tempo, voltar ao trabalho me deu um senso de normalidade, de me sentir um pouco mais como mulher e não só mãe.(J1)

A experiência de J4, mãe de um filho com necessidades especiais, ilustra os desafios adicionais enfrentados por mães de crianças atípicas:

No meu caso, com as demandas adicionais de criar um filho com necessidades especiais, essa pressão é ainda maior (J4).

A falta de tempo para si mesmas também foi mencionada como uma dificuldade. J3 relatou a sensação de estar sempre "abdicando de tempo para mim", enquanto J4 mencionou a dificuldade em participar de eventos e oportunidades de desenvolvimento profissional devido às demandas da maternidade. Essa falta de tempo para o autocuidado pode ter impactos negativos na saúde física e mental das mulheres, comprometendo seu bem-estar e sua capacidade de desempenhar seus múltiplos papéis de forma eficaz.

A maternidade e o trabalho jornalístico, quando combinados, apresentam desafios únicos para as mulheres. A natureza exigente e imprevisível do jornalismo, com prazos apertados, longas horas de trabalho e a necessidade de estar sempre disponível, pode entrar em conflito direto com as responsabilidades maternas, que também demandam tempo, energia e atenção. Esse conflito de papéis é evidenciado na fala de J1, que descreve a dificuldade em equilibrar as demandas do trabalho com as necessidades dos filhos, especialmente durante a licença maternidade. A culpa por não conseguir dedicar tempo suficiente aos filhos e a sensação de estar "falhando" em ambos os papéis são sentimentos comuns entre as mães que trabalham, como apontado por Badinter (1985).

A falta de apoio institucional também se mostrou um desafio significativo. J1 relata ter optado por uma licença maternidade de seis meses após o nascimento de cada filho, uma decisão difícil que impactou sua carreira. A ausência de políticas de licença parental mais extensas e flexíveis, como discutido por Biroli (2014), pode dificultar a conciliação entre maternidade e trabalho, forçando as mulheres a fazerem escolhas difíceis e sacrificarem suas carreiras. Adicionalmente, J2 relata a dificuldade em conciliar o horário de trabalho com os cuidados da filha, evidenciando a falta de flexibilidade no ambiente de trabalho e a ausência de políticas que levem em consideração as necessidades das mães.

A autocobrança e a busca pela perfeição também emergem como desafios importantes. J1 e J3 mencionam a pressão interna para serem mães e profissionais exemplares, refletindo as expectativas sociais internalizadas pelas mulheres. Essa busca pela perfeição, muitas vezes impulsionada pela idealização da maternidade presente na mídia e na cultura, como discutido por Douglas e Michaels (2004), pode levar à exaustão e à frustração.

A experiência de J2 como mãe solo também destaca os desafios adicionais enfrentados por mulheres que criam seus filhos sem o apoio de um parceiro. A necessidade de conciliar trabalho e maternidade sem o suporte de um companheiro pode levar a uma sobrecarga ainda maior, tanto emocional quanto física.

Eu sinto que os homens nunca são tão cobrados como nós, mulheres, quanto à paternidade. Os dados não mentem, basta ver a quantidade de mãe solo no Brasil. E eu estou na estatística. Mesmo na justiça, sofro bastante para conseguir, no mínimo, a pensão alimentícia da minha filha. (J2)

Outro ponto importante levantado pelas entrevistadas é a questão do estigma e da discriminação no ambiente de trabalho. J2 relata ter enfrentado dificuldades em conseguir um

horário de trabalho compatível com suas responsabilidades maternas, enquanto J4 descreveu olhares de reprovação de colegas ao ter que sair do trabalho para lidar com emergências relacionadas ao seu filho. Essas experiências ilustram como a maternidade ainda é vista por muitos como um obstáculo para o desenvolvimento profissional das mulheres, refletindo a persistência de preconceitos e estereótipos de gênero no mercado de trabalho.

A falta de reconhecimento e valorização do trabalho de cuidado realizado pelas mulheres também é um desafio significativo. As entrevistadas mencionaram a sensação de que o trabalho doméstico e de cuidado com os filhos não é devidamente valorizado pela sociedade e, muitas vezes, nem mesmo pelos próprios companheiros. Essa falta de reconhecimento pode levar à desvalorização do trabalho feminino e à perpetuação da desigualdade de gênero, como discutido por Biroli (2014).

A maternidade, especialmente em situações como a de J4, que tem um filho com necessidades especiais, apresenta desafios ainda maiores. As demandas adicionais de cuidado e atenção podem gerar uma sobrecarga emocional e física ainda mais intensa, exigindo das mães uma capacidade de adaptação e resiliência ainda maior. A falta de políticas públicas e de apoio institucional que considerem as necessidades específicas dessas mães pode agravar a situação, dificultando a conciliação entre maternidade e trabalho.

As entrevistadas também mencionaram a importância de definir prioridades e fazer escolhas conscientes para conciliar a maternidade e a carreira. A capacidade de priorizar e tomar decisões conscientes é fundamental para gerenciar as demandas da dupla jornada, permitindo que as mulheres equilibrem seus diferentes papéis de forma mais eficaz. No entanto, a falta de flexibilidade no trabalho e a pressão social por perfeição podem dificultar esse processo, levando a sentimentos de culpa e frustração.

No que diz respeito às mulheres negras, há ainda mais desafios. Uma pesquisa realizada em 2021 pelos portais Jornalistas&Cia, Portal dos Jornalistas, Instituto Corda e I'MAX, mostrou que, no Brasil, 98% dos jornalistas que se declaram pretos ou pardos consideram que os profissionais de imprensa negros enfrentam mais dificuldades em suas carreiras do que os colegas brancos. O estudo, intitulado “Perfil Racial da Imprensa Brasileira”, lançou luz a uma realidade dura, porém velada no ambiente jornalístico. Apesar da situação dos profissionais de imprensa apresentar melhora em termos de representatividade, o relato corrobora o sentimento das entrevistadas nesta pesquisa: temos mais negros nas redações, mas profissionais brancos continuam obtendo mais vantagens e oportunidades de crescimento em comparação aos jornalistas negros.

Na própria seleção para a vaga já percebia que tinha algo estranho. Pessoas bem menos qualificadas às vezes eram escolhidas, você vai olhar: é branca. Não que não sejam competentes, mas muitas vezes você é mais e mesmo assim não é escolhido. Eu sinto que preciso dar muito mais do que todo mundo para conseguir me mostrar capaz. (J4)

Além da análise de gênero, é importante considerarmos também as dimensões raciais nessa discussão, porque, como explica a perspectiva interseccional, estes são aspectos fundamentais integrantes da sociedade. Todas as mulheres sofrem opressão de gênero devido às estruturas patriarcais e capitalistas da sociedade, contudo as mulheres negras, historicamente, foram e são confrontadas com a necessidade de se mostrarem com muito mais excelência para conquistar os mesmos espaços de mulheres brancas.

Eu acho que em todo lugar que eu vou, minha cor chega primeiro. Então em uma reunião de pauta, já fui silenciada várias vezes. Já questionaram meu cabelo que deveria ir “mais arrumada” para trabalhar. São as micro agressões, pode passar batido para outros colegas que não passam por isso, mas é sempre muito doloroso se sentir desqualificada por ser preta. (J2)

Segundo Angela Davis (2016), o vasto espaço que o trabalho ocupa hoje na vida das mulheres negras reproduz padrões estabelecidos nos primeiros anos de escravidão. Neste lugar onde as mulheres negras são negligenciadas e até mesmo vistas como objetos sexuais (DAVIS, 2016), ao se depararem com a obrigação social de constituir família, elas enfrentam o isolamento e têm que arcar com a responsabilidade financeira de cuidar de toda a família e dos filhos.

Desde o início fui mãe solo, então, apesar de ter um auxílio dos meus pais, sempre precisei batalhar e muito. Não foi fácil, até hoje não é, mas de algum jeito consigo conciliar o trabalho e os cuidados com minha filha. (J2)

5.3 Estratégias de Conciliação

As jornalistas mães participantes da pesquisa demonstraram resiliência e proatividade ao desenvolverem estratégias para conciliar as demandas da maternidade e da carreira. A organização e o planejamento emergiram como ferramentas cruciais para lidar com a multiplicidade de tarefas e responsabilidades. J1 descreveu sua abordagem:

Procuo simplificar as coisas. Organizar meu tempo, delegar as tarefas que eu não consigo fazer e estar presente de verdade quando estou com uma atividade. Quando estou trabalhando, é foco no trabalho. Quando estou em casa, é foco nos meninos, no meu marido, nas atividades de casa.(J1)

Essa estratégia de compartimentalização e foco, aliada à organização e planejamento, permite que as jornalistas mães otimizem seu tempo e energia, dedicando-se plenamente a cada papel em momentos específicos. A delegação de tarefas também se mostrou importante, com J1 mencionando o apoio do marido, da babá e dos avós na divisão das responsabilidades. A organização e o planejamento são estratégias cruciais para conciliar a maternidade e a carreira no jornalismo, otimizando o tempo e a energia, permitindo que as mulheres se dediquem plenamente a cada papel em momentos específicos. A importância da organização e do planejamento é destacada por Hays (1996), que argumenta que a gestão eficiente do tempo é fundamental para reduzir o estresse e aumentar a produtividade em contextos de alta demanda.

A flexibilidade no trabalho, quando disponível, também foi mencionada como uma estratégia importante. J2 relatou como a possibilidade de trabalhar em casa em alguns dias da semana transformou sua rotina, permitindo que ela passasse mais tempo com a filha:

Com muito planejamento e organização. Morar com meus pais, que são aposentados, também conta muito. Além de que, depois da pandemia, ter alguns dias de home office mudou tudo na minha rotina. (J2)

No entanto, a falta de flexibilidade em muitas empresas de comunicação ainda é um obstáculo para muitas mulheres, como apontado por J2, que enfrenta dificuldades em conciliar seu horário de trabalho com os cuidados da filha. A possibilidade de trabalhar em casa em alguns dias da semana, como relatado por J2, pode fazer uma grande diferença na rotina das mães, permitindo que elas passem mais tempo com seus filhos e tenham mais

controle sobre seus horários. No entanto, a flexibilidade nem sempre está ao alcance de todas, especialmente em profissões com exigências rígidas e demandas imprevisíveis. Essa limitação sublinha a necessidade de políticas de trabalho que promovam horários flexíveis e opções de trabalho remoto. A pesquisa de Friedan (1963) apoia essa necessidade, argumentando que a implementação de políticas inclusivas é essencial para promover a igualdade de gênero e aliviar a carga sobre as mulheres. A busca por empresas que ofereçam políticas de trabalho flexíveis, como horários adaptáveis e a possibilidade de trabalho remoto, pode ser uma estratégia importante para as jornalistas mães que buscam equilibrar a carreira e a maternidade, como defendido por Friedan (1963).

A rede de apoio familiar e social também desempenha um papel crucial na vida das jornalistas mães. O apoio do marido, como mencionado por J1 e J4, e a ajuda dos pais e da escola, como destacado por J2, são exemplos de como a rede de apoio pode oferecer suporte emocional e prático, permitindo que as mulheres compartilhem a carga de trabalho e tenham tempo para cuidar de si mesmas. A importância da rede de apoio é ainda maior para mães solo, como J2, que não contam com o apoio de um parceiro para compartilhar as responsabilidades. A literatura sobre maternidade e trabalho enfatiza a importância do apoio social para o bem-estar das mulheres, especialmente em contextos de alta demanda, como o jornalismo (Marques, 2011). “Veza ou outra temos a ajuda de familiares para cuidar do nosso filho. Sem essa rede de apoio, seria impossível”, destaca J2 sobre a importância de um sistema de suporte confiável para conciliação dos papéis de mãe e jornalista. Para as entrevistadas, o apoio da família, amigos, colegas e serviços de cuidados infantis pode aliviar significativamente a carga de trabalho e proporcionar tempo e espaço para que as mulheres se concentrem em suas carreiras e em suas responsabilidades familiares.

A autocompaixão e a busca por apoio profissional também foram mencionadas como estratégias de enfrentamento. J4 relatou que a terapia a ajudou a lidar com a pressão de ser perfeita em todos os papéis e a aceitar suas limitações:

Estou tentando ser mais gentil comigo mesma, entender que não preciso ser perfeita em nenhum dos papéis. Nem de mãe, profissional, muito menos de mulher. O apoio profissional também foi essencial. A terapia me ajuda muito para me acolher e acolher outras mulheres também na mesma situação. (J4)

A busca por apoio profissional, como a terapia, pode ser uma ferramenta valiosa para as jornalistas mães que enfrentam os desafios da dupla jornada, oferecendo um espaço seguro para lidar com as emoções e desenvolver estratégias de enfrentamento. "Busco apoio emocional e prático quando acho necessário. Terapia, por exemplo", destaca J1.

Adicionalmente, a prática da autocompaixão, como mencionado por J4, é essencial para que as mães não se cobrem em excesso e compreendam que a perfeição é inalcançável. Essa estratégia, discutida por Hays (1996), pode ajudar a reduzir a pressão e a culpa, promovendo um maior bem-estar emocional. Reconhecer suas limitações e entender que não precisam ser perfeitas em ambos os papéis ajudou muitas mulheres a lidar com a pressão e o estresse. A prática da autocompaixão envolve aceitar que é normal cometer erros e que pedir ajuda não é um sinal de fraqueza, mas sim uma necessidade humana.

Quando entende que são escolhas, você fica em paz em não conseguir ser uma super-heroína o tempo inteiro. (J4)

Douglas e Michaels (2004) discutem e defendem que uma abordagem mais realista pode ajudar a mitigar o impacto das mães de se perceberem imperfeitas. Aceitar que a perfeição é uma meta irrealista, e que o equilíbrio perfeito entre trabalho e vida pessoal é raramente alcançável, pode aliviar a pressão. Muitas entrevistadas destacaram a importância de redefinir suas expectativas e focar no que realmente importa, priorizando o bem-estar e a felicidade de suas famílias e de si mesmas, como afirma J4: "Também tento reservar um tempo para mim mesma, mesmo que seja pouco, para manter minha saúde mental em dia. Aceitar que não posso ser perfeita em tudo eu trabalho sempre na terapia".

Por fim, a importância de envolver os filhos nas atividades relacionadas ao trabalho e explicar a importância da carreira profissional também foi mencionada por J3:

Parte da estratégia é envolver os filhos no que podemos. Quando começaram a crescer, fui falando pra eles: "Mamãe tá indo trabalhar para conseguir comprar os brinquedos, fazer as programações que a gente gosta", e a partir daí eles foram ficando parceiros também para flexibilizar nosso tempo juntos.(J3)

Essa estratégia pode ajudar a construir um entendimento mútuo e fortalecer os laços familiares, além de ensinar às crianças sobre responsabilidade e a importância do trabalho. A participação dos filhos na rotina profissional da mãe pode ser uma forma de aproximá-los do

universo do trabalho e promover a compreensão sobre a importância da carreira para a mãe. No entanto, é importante que essa participação seja feita de forma adequada à idade e às necessidades de cada criança, respeitando seus limites e garantindo que o tempo de qualidade com a família não seja comprometido.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

6.1 Recapitulação dos principais achados

Este estudo explorou as complexas dinâmicas enfrentadas pelas mulheres jornalistas que também são mães, destacando os desafios e estratégias de conciliação entre carreira e maternidade. As entrevistas qualitativas revelaram que a pressão social para desempenhar perfeitamente ambos os papéis é um dos principais desafios enfrentados pelas entrevistadas. Elas relataram sentir-se sobrecarregadas e culpadas por não conseguirem atender às expectativas irreais impostas pela sociedade e por elas mesmas, refletindo a necessidade de uma revisão dessas expectativas sociais.

Além da pressão social, a falta de apoio adequado no ambiente de trabalho foi um desafio significativo mencionado pelas entrevistadas. Muitas relataram que as empresas de comunicação não oferecem a flexibilidade necessária para que possam equilibrar suas responsabilidades profissionais e maternas. Isso evidencia uma lacuna nas políticas corporativas, que ainda não se adaptaram completamente às necessidades das mulheres que são mães.

O conflito de papéis, em que as demandas do trabalho jornalístico frequentemente entram em choque com as responsabilidades da maternidade, foi outra dificuldade apontada. As entrevistadas descreveram situações de estresse e ansiedade resultantes dessa dualidade de funções, o que afeta tanto a vida pessoal quanto profissional. Esse conflito gera um ambiente de constante tensão, exacerbando os desafios de conciliar as duas esferas da vida.

Mulheres negras enfrentam um desafio a mais, quando além de toda a dificuldade no manejo da dupla jornada de mãe e profissional, elas esbarram nas micro agressões e preconceitos velados, evidenciando o racismo ainda presente nas estruturas sociais.

Apesar de todos esses impasses, as entrevistadas identificaram várias estratégias eficazes para gerenciar suas responsabilidades. A organização e priorização de tarefas foram destacadas como fundamentais. Manter uma rotina estruturada e fazer listas de tarefas ajudou as jornalistas mães a garantir que as responsabilidades mais importantes fossem cumpridas, reduzindo o estresse e aumentando a eficiência.

Outra estratégia foi a flexibilidade. A capacidade de ajustar os horários de trabalho e se adaptar a imprevistos permitiu que as mulheres atendessem tanto às demandas do trabalho quanto às da família. Embora essa flexibilidade nem sempre esteja disponível, especialmente em profissões com exigências rígidas e imprevisíveis, sua importância foi amplamente reconhecida pelas entrevistadas.

A rede de apoio e a prática da autocompaixão foram elementos vistos como essenciais para manejar a dupla jornada. As jornalistas mães destacaram o papel vital do apoio de familiares, amigos e colegas, bem como a importância de reconhecer e aceitar suas limitações. A autocompaixão ajudou-as a lidar com a pressão de serem perfeitas em ambos os papéis, promovendo um bem-estar mental mais equilibrado.

Em síntese, as mulheres mães jornalistas revelaram que:

- Há uma alta expectativa social para que o desempenho dos papéis de mãe e profissional seja perfeito;
- As demandas do trabalho jornalístico frequentemente entram em choque com as responsabilidades maternas, causando estresse e ansiedade;
- O racismo no ambiente de trabalho torna ainda mais desafiador o equilíbrio entre maternidade e carreira;
- Empresas de comunicação não oferecem flexibilidade necessária para apoiar as mulheres na dupla jornada;
- Organização de agenda, priorização de tarefas e rotina diária estruturada podem ser estratégias para diminuir o estresse causado;
- Redes de apoio de família, amigos e escola das crianças são aliadas essenciais no equilíbrio das funções;
- A auto aceitação é importante e necessária para suavizar os desafios causados pelo equilíbrio de maternidade e trabalho jornalístico.

6.2 Contribuições para a teoria e prática do jornalismo

Este trabalho oferece contribuições significativas para a teoria ao aprofundar a compreensão dos desafios enfrentados pelas mulheres jornalistas no equilíbrio entre carreira e maternidade. A pesquisa destaca a necessidade de políticas de trabalho mais flexíveis e de suporte institucional robusto para promover a igualdade de gênero. Ao evidenciar os impactos negativos da falta de flexibilidade e apoio, o estudo reforça a importância de revisões teóricas sobre o papel das políticas organizacionais na promoção da equidade.

Na prática do jornalismo, as descobertas sugerem que as empresas de comunicação precisam adotar medidas concretas para apoiar melhor as jornalistas mães. A implementação de horários adaptáveis, opções de trabalho remoto e políticas de licença parental adequadas são passos essenciais. Essas medidas não apenas melhorariam a qualidade de vida das jornalistas mães, mas também contribuiriam para um ambiente de trabalho mais inclusivo e produtivo.

A pesquisa também aponta para a importância do desenvolvimento de uma cultura organizacional que valorize e respeite a necessidade de equilíbrio entre trabalho e vida pessoal. Promover um ambiente onde as jornalistas mães se sintam apoiadas e compreendidas pode reduzir o estresse e aumentar a satisfação no trabalho, resultando em uma força de trabalho mais motivada e engajada.

Este estudo sublinha a necessidade de capacitação e sensibilização dos gestores sobre as questões enfrentadas pelas mulheres jornalistas que são mães. Treinamentos e workshops podem ser instrumentos valiosos para educar os líderes sobre como criar e manter um ambiente de trabalho inclusivo e solidário. A conscientização pode levar a práticas de gestão mais empáticas e eficazes.

Um ponto importante é a promoção de redes de apoio dentro das organizações. Estabelecer grupos de apoio para mães trabalhadoras pode proporcionar um espaço seguro para compartilhar experiências e estratégias, além de fortalecer a sensação de comunidade e solidariedade entre as funcionárias.

A pesquisa destaca o papel das políticas públicas na promoção da equidade de gênero no ambiente de trabalho. Incentivar as empresas a adotarem políticas de flexibilidade e suporte, por meio de regulamentações e incentivos, pode ser um caminho eficaz para garantir que todas as mulheres, independentemente de sua profissão, tenham acesso a um ambiente de trabalho mais justo e inclusivo.

6.3 Limitações e sugestões para pesquisas futuras

Entre as limitações deste estudo, destaca-se o tamanho reduzido e a homogeneidade da amostra, composta exclusivamente por mulheres jornalistas de Salvador. Essa limitação restringe a generalização dos resultados para outras regiões e contextos. Para obter uma visão mais abrangente, futuras pesquisas poderiam incluir participantes de diferentes regiões do Brasil e de diversos contextos socioeconômicos, permitindo uma análise comparativa mais rica.

A pesquisa se baseou principalmente em entrevistas qualitativas, que, embora ricas em detalhes e profundidade, podem não capturar todas as nuances das experiências das participantes. Estudos futuros poderiam adotar abordagens quantitativas para complementar as descobertas qualitativas, fornecendo dados estatísticos que possam ampliar a compreensão dos desafios enfrentados pelas jornalistas mães.

Seria relevante explorar as experiências de jornalistas mães em diferentes mídias, como televisão, rádio, imprensa escrita e digital, para entender se há variações significativas nos desafios enfrentados e nas estratégias de conciliação adotadas. Essa abordagem poderia revelar diferenças específicas que exigem soluções customizadas para cada tipo de mídia.

A diversidade das participantes também deve ser ampliada em futuras pesquisas, incluindo mulheres de diferentes idades, raças, orientações sexuais e situações familiares. Isso permitiria uma compreensão mais completa e inclusiva dos desafios enfrentados por jornalistas mães, reconhecendo a interseccionalidade como um fator crucial na análise dessas experiências.

Futuras pesquisas também poderiam investigar o papel das novas tecnologias na conciliação entre trabalho e maternidade. Com a crescente digitalização do trabalho jornalístico, é importante entender como ferramentas tecnológicas podem ser utilizadas para facilitar esse equilíbrio e se há potencial para novas formas de flexibilidade e suporte no ambiente de trabalho.

REFERÊNCIAS

- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE JORNALISMO INVESTIGATIVO (Abraji). PERFIL RACIAL DA IMPRENSA BRASILEIRA. 2021. Disponível em <<https://www.jornalistasecia.com.br/files/perfilracialdaimprensabrasileira.pdf>>
- BADINTER, Elisabeth. Um Amor Conquistado: O Mito do Amor Materno. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1985.
- BARDIN, L. Análise de conteúdo. Lisboa: Edições 70, 1979
- BIROLI, Flávia; MIGUEL, Luis Felipe. *Feminismo E Política: Uma Introdução*. São Paulo: Editora Boitempo, 2014.
- BUTLER, Judith. *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*. New York: Routledge, 1990.
- CAMPOS, Paula. Sobre a Ambivalência: Feminino, Materno e Complexidades da Vida Mental. [S.l.]: Google Books, 2024. Disponível em: https://books.google.com.br/books/about/Sobre_a_Ambival%C3%Aancia_Feminino_Materno_e.html?id=LwkKEQAAQBAJ&redir_esc=y. Acesso em: 22 jul. 2024.
- DAVIS, A. Mulheres, raça e classe. São Paulo: Boitempo Editorial, 2016
- DE BEAUVOIR, Simone. O Segundo Sexo. São Paulo: Difusão Europeia do Livro, 1949.
- DE LIMA BEZERRA, Camila. "NÃO TENHO MEDO DE DAR OPINIÃO": A MULHER JORNALISTA NA EDITORIA DE POLÍTICA EM JOÃO PESSOA SOB UMA PERSPECTIVA DE GÊNERO. 2020. 121 f. Dissertação (Mestrado em Jornalismo) - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2020.
- DIAS DE MENEZES, Tayana. As mídias e a representação feminina: um estudo sobre a identidade social da mulher. 2011. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Pernambuco.
- DOUGLAS, Susan; MICHAELS, Meredith. *The Mommy Myth: The Idealization of Motherhood and How It Has Undermined All Women*. New York: Free Press, 2004.
- FALUDI, Susan. *Backlash: The Undeclared War Against American Women*. New York: Crown Publishers, 1991.
- FELDMANN, Anna Flávia. Feminismo em pauta: um estudo sobre mulheres e jornalismo alternativo. 2018. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.
- FRIEDAN, Betty. *The Feminine Mystique*. New York: W. W. Norton & Company, 1963.
- GARCIA, Ísis Falcão. Jornalismo e moda: a representação da mulher na revista Elle Brasil, edições de 2011 a 2021. 2022. 150 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Jornalismo) - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2022.

GONZALEZ, L. Racismo e sexismo na cultura brasileira. In: SILVA, L. A. et al. Movimentos sociais urbanos, minorias e outros estudos. Ciências Sociais Hoje, Brasília, ANPOCS n. 2, p. 223-244, 1983.

HAYS, Sharon. The Cultural Contradictions of Motherhood. New Haven: Yale University Press, 1996.

IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Projeção da População por Sexo e Idades. [s. l.], 2020. Disponível em <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/projecao_da_populacao/2013/default_tab.shtm>

INSTITUTO LOCOMOTIVA. Percepções sobre a violência e o assédio contra mulheres no trabalho. [s. l.], 2020. Disponível em <<https://ilocomotiva.com.br/wp-content/uploads/2022/01/percepcoes-sobre-violencia-assedio-mulheres-trabalho.pdf>>

MARQUES, Maria de Fátima Jeronimo. Mídia e gênero: análise crítica da violência contra a mulher no telejornalismo. 2011. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

MIZUMURA, Cristina Miyuki Sato. Mulheres no jornalismo nipo-brasileiro. Discursos, identidade e trajetórias de vida de jornalistas. 2011. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.

NUNES, Tailane Aparecida dos Santos. A representação de Lois Lane na série Superman & Lois: uma análise da mulher jornalista no meio ficcional. 2024. 86 f. Monografia (Graduação em Jornalismo) - Instituto de Ciências Sociais Aplicadas, Universidade Federal de Ouro Preto, Mariana, 2024.

SOARES, Bernadete Pereira. A liderança feminina: da ambivalência à autorrealização. 2023. 130 f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Faculdade Amazonense, Manaus, 2023.

WINNICOTT, Donald W. The Child, the Family, and the Outside World. London: Penguin Books, 1957.

APÊNDICE I - TERMO DE CONSENTIMENTO

Termo de Consentimento

Eu, Maria Eduarda, regularmente matriculada na Universidade e cursando o último semestre de Comunicação Social, com habilitação em Jornalismo, te convido a participar como voluntária da pesquisa: “ **Jornalista e mãe: Desafios e Impasses no Equilíbrio entre Jornalismo e Maternidade** ”. Essa pesquisa tem o intuito de compreender o impacto da maternidade no exercício da carreira jornalística, e as impressões acerca disso, sob a visão das mulheres que são mães e jornalistas na cidade de Salvador. O grupo selecionado para responder à pesquisa deve exercer o trabalho de jornalista, se autodeclarar mulher cis ou trans, ser mãe adotiva ou biológica e ter mais de 18 anos. Essa pesquisa está de acordo com a Resolução CNS nº 466 de 2012 e com o Ofício circular nº2/2021/CONEP para pesquisas em formato virtual.

A fim de coletar os dados referentes à pesquisa, será feita uma entrevista semi estruturada, composta por perguntas que englobam o perfil da mulher mãe jornalista e as vivências acerca do tema da pesquisa, a fim de captar depoimentos sobre as vivências.

Para participar, você deve participar da entrevista, porém você tem livre poder para abandoná-la a qualquer momento caso sinta-se mobilizado de forma desconfortável pelas questões. Além disso, as respostas devem ser pessoais e não há sentenças corretas ou incorretas. Ao responder, você assumirá estar de acordo com este documento (TCLE).

Como esta é uma pesquisa realizada com seres humanos, há riscos e benefícios. Dentre os riscos estão a quebra de sigilo e o constrangimento ao responder às questões; esses riscos serão minimizados já que as respostas serão armazenadas no computador pessoal da pesquisadora, o qual é protegido por senha. Os dados da pesquisa serão armazenados, sob a responsabilidade da pesquisadora, em arquivo digital sem acesso à internet. Acerca da quebra de sigilo, os convites por e-mails serão enviados para apenas um destinatário ou na forma de lista oculta; será utilizado o aplicativo Google Meet, ferramenta a qual respeita a política de privacidade do usuário e não apresenta risco de compartilhamento dessas informações com parceiros comerciais para oferta de produtos e serviços, conforme o descrito na "Política de privacidade do Google"; os dados não serão avaliados em público, onde possa ocorrer qualquer exposição dos participantes. Para as questões relacionadas a possíveis desconfortos

com a temática e constrangimentos, além do interrompimento da entrevista a qualquer momento que seja necessário, os participantes serão encaminhados para a pesquisadora e sua orientadora, as quais estarão disponíveis para o acolhimento da participante, bem como para a explicação de qualquer dúvida referente à pesquisa.

Acerca dos benefícios, tem-se a contribuição para uma pesquisa onde as mulheres mães jornalistas são ouvidas como protagonistas de um processo que acompanha sua rotina; além disso, o projeto tem grande valor para a população feminina e jornalista, ao analisar a prevalência de padrões sociais e profissionais. Os resultados deste estudo poderão ser apresentados em eventos da área de comunicação, além de publicações em revistas científicas nacionais e/ou internacionais. Caso os resultados sejam publicados, a sua identificação será mantida em sigilo absoluto.

Assim, como citado anteriormente, sua identidade será preservada durante toda a pesquisa e os dados serão armazenados com privacidade da pesquisadora. Se, ainda assim, você se sentir prejudicada ou incomodada, poderá abandonar a pesquisa fechando a guia do aplicativo.

Você não receberá nenhuma remuneração para participar da pesquisa. Você terá direito a uma via/cópia de igual teor deste TCLE, através do seu e-mail usado para responder a presente pesquisa.

APÊNDICE II - ROTEIRO DE ENTREVISTA

Roteiro de entrevista

Nome (iniciais):

Idade:

Estado Civil:

Qual a sua orientação sexual:

Como você se autodeclara racialmente:

- Você está empregada? Se sim, qual a sua área de atuação?
- Qual a função principal que você exerce no jornalismo?
- Como é o seu regime de trabalho?
- Você tem quantos filhos/filhas e qual a idade?
- Você compartilha a criação sobre seu(as) filho(as) com outro(a) responsável ou com outro(a) familiar/Quem/Como é a divisão?
- Você é responsável pelo cuidado de outras pessoas, além dos seus filhos? (Por exemplo: pais e os idosos, sogros, sobrinhos, pessoas com deficiência, adultos saudáveis, etc.)
- Você trabalhava antes de ter seu primeiro filho?
- Como foi a sua gestação? Você parou de trabalhar quanto tempo antes de ganhar o bebê?
- Qual a importância do trabalho em sua vida?
- Qual a importância da maternidade em sua vida?
- Você optou por não trabalhar para cuidar dos filhos por algum tempo? Caso positivo, como foi tomar esta decisão?
- E a volta ao trabalho, como foi?
- Você sente que a sociedade atual cobra que a mulher exerça plenamente tanto o papel de mãe quanto de profissional?
- E você se cobra também ao exercer esses papéis?
- Como você concilia os dois papéis?
- Quem são as pessoas que te auxiliam a conciliar estes papéis de maternidade e trabalho?
- Você já sentiu vontade de abandonar seu trabalho?

- Em algum momento, já se arrependeu por ter sido mãe?
- Quais as estratégias que você utiliza para conviver com o equilíbrio entre maternidade e trabalho?
- Já passou por alguma situação constrangedora ou vexatória no ambiente de trabalho por algo relacionado a maternidade?
- Qual a principal dificuldade em equilibrar as atividades do trabalho jornalístico com a maternidade?
- Você sente que algumas oportunidades de carreira podem ter sido impactadas pelo exercício da maternidade?

APÊNDICE III - TRANSCRIÇÃO DAS ENTREVISTAS

ENTREVISTA 01

Estudante (E): Oi,oi, J1! Tudo bem?

Entrevistada (J1): Bom dia, Maria Eduarda! Tudo tranquilo, graças a Deus. Finalmente, né?

(E): Sim (Risos) Finalmente saiu esse encontro. Mas tudo dentro do tema, né? Dificuldades em conciliar os papéis. Bom, antes de mais nada, quero reforçar o Termo de Consentimento que enviei para você. Conseguiu ler tudinho, está de acordo?

(J1): Ah sim, com certeza. Tudo certo. Vai fazer uma mudança aqui na voz, né? (Risos)

(E): Ótimo. Não, não vai precisar. A entrevista vai ser transcrita e vou usar somente o texto. As informações mais sensíveis eu vou suprimir, pode ficar tranquila. Então vamos começar com algumas informações básicas. Preciso do seu nome, idade, estado civil e orientação sexual.

(J1): Meu nome é J1, tenho 42 anos, casada e heterossexual.

(E): Como você se declara, em relação à raça?

(J1): Branca.

(E): J1, você está empregada atualmente?

(J1): Estou empregada, trabalho na área de produção de jornal de TV.

(E): Quais as principais atividades que você exerce no trabalho?

(J1): Minha principal função é coordenar e organizar a produção do Nome do Jornal (suprimido por sigilo da fonte), desde as produções de pautas até a exibição.

(E): Como é o seu regime de trabalho?

(J1): Hoje eu trabalho como prestadora de serviço, CNPJ, com 36 horas no mês, mais ou menos, presencialmente.

(E): Quantos filhos você tem e qual a idade deles?

(J1): Tenho dois meninos, um de 3 anos e outro de 4 anos.

(E): Você compartilha a criação dos seus filhos com outra pessoa ou familiar? Como é essa divisão?

(J1): Compartilho com meu marido. Nós nos dividimos bem nas tarefas e responsabilidades de casa e com as crianças. Ele leva os meninos para a escola, e eu busco. À noite, cuidamos juntos.

(E): Você é responsável pelo cuidado de outras pessoas, além dos seus filhos?

(J1): Não.

(E): Você trabalhava antes de ter seu primeiro filho?

(J1): Sim, já trabalhava na área antes dos meninos.

(E): Como foi a sua gestação? Você parou de trabalhar quanto tempo antes de ter os bebês?

(J1): Minhas gestações foram complicadas. Na primeira eu tive descolamento de placenta. Tive que reduzir as horas de trabalho e parar completamente cerca de dois meses antes do parto do Filho 1(suprimido por sigilo da fonte). Na segunda, como foi muito perto uma gravidez da outra, os médicos já deixaram avisado que eu precisaria ficar em repouso total, então parei um mês e meio antes do parto, mais ou menos.

(E): Qual a importância do trabalho e da maternidade em sua vida?

(J1): [O trabalho] é fundamental para minha realização pessoal e profissional, é a fonte de sustento para minha família. Mas a maternidade é o centro da minha vida, é o que me motiva a ser melhor a cada dia, o que realmente me traz uma felicidade indescritível.

(E): E você optou por não trabalhar para cuidar dos filhos por algum tempo?

(J1): Sim, por conta da gravidez de risco, eu optei por tirar uma licença de seis meses após o nascimento de cada filho. Foi uma decisão difícil, até para garantir a vaga mesmo no trabalho, mas senti que era necessário para estar presente nos primeiros meses de vida deles, de forma saudável, sabe?

(E): E a volta ao trabalho, como foi?

(J1): Foi muito difícil. Me senti culpada o tempo todo por deixar meus filhos. (Risos). Mas ao mesmo tempo, voltar ao trabalho me deu um senso de normalidade, de me sentir um pouco mais como mulher e não só mãe.

(E): Você sente que a sociedade atual cobra que a mulher exerça plenamente tanto o papel de mãe quanto o de profissional?

(J1): De certa forma, sim. Tem uma pressão no ar para que a gente seja perfeita como mãe, como esposa, filha, profissional...

(E): E o que que você acha que é essa “pressão no ar”? Quem você acha que te pressiona?

(J1): Principalmente eu mesma. Eu sou bastante exigente comigo mesma. Quero ser a melhor mãe possível, a esposa perfeita pro meu marido, mas também uma profissional de sucesso, ganhar dinheiro... Acho que aprendi vendo minha mãe, minha maior referência de tudo nessa vida.

(E): E como você concilia todos esses papéis?

(J1): Procuro simplificar as coisas. Organizar meu tempo, delegar as tarefas que eu não consigo fazer e estar presente de verdade quando estou com uma atividade. Quando estou

trabalhando, é foco no trabalho. Quando estou em casa, é foco nos meninos, no meu marido, nas atividades de casa.

(E): Quem são as pessoas que te auxiliam nessa conciliação toda?

(J1): Meu marido é meu principal apoio, mas a gente conta, também, com a ajuda de uma babá e, vez ou outra, dos avós das crianças.

(E): Você já sentiu vontade de abandonar seu trabalho?

(J1): Já, em alguns momentos de cansaço extremo, de muita culpa e autocrítica, já pensei em abandonar o trabalho, mas nunca levei isso adiante.

(E): Em algum momento, já se arrependeu por ter sido mãe?

(J1): Não, Ave Maria, nunca me arrependi de ser mãe. Até naqueles momentos mais difíceis, a alegria que meus filhos me trazem compensa qualquer desafio.

(E): E quais as estratégias que você utiliza para conviver os desafios da carreira e maternidade?

(J1): Eu defino prioridades, tento manter uma rotina mais maleável e busco apoio emocional e prático quando acho necessário. Terapia, por exemplo.

(E): Já passou por alguma situação constrangedora ou vexatória no ambiente de trabalho por algo relacionado à maternidade?

(J1): Se eu passei, não percebi. Pelo menos não por julgamento dos outros. Agora se for considerar meus próprios julgamentos, já tive vários. Agora mesmo no final do ano, teve uma festa na escolinha do meu menor e eu não consegui ir. Não consegui sair da redação a tempo para assistir a apresentação dele. Só Deus sabe o quanto chorei nesse dia. É muito ruim você sentir que está falhando e não ter como fazer diferente.

(E): Imagino que sim...E pra você, qual a principal dificuldade em equilibrar as atividades do trabalho jornalístico com a maternidade?

(J1): A principal dificuldade é o volume e a natureza das demandas. Eu não consigo, por exemplo, terminar as tarefas que não terminei hoje, amanhã. Preciso deixar tudo pronto, às vezes mudar o que estava planejado. Saio muito cedo de casa, mas acabo voltando mais cedo também, então "ganho um tempo", caso precise esticar o horário antes de buscar os meninos na escola.

(E): Você sente que algumas oportunidades de carreira podem ter sido impactadas pelo exercício da maternidade?

(J1): Eu acredito que algumas oportunidades de carreira são sim impactadas por suas escolhas pessoais, mas me planejei pra isso. Eu tive filho tarde, se comparar com outras mulheres. Meu primeiro filho tive com 37 anos. Eu fiz meu caminho antes de engravidar. Hoje eu sei que posso perder algumas oportunidades de promoção, projetos especiais... Eu sei que não estou tão disponível quanto meus colegas sem filhos. Mas a hora de desacelerar chega, né? (Risos).

(E): J1, só mais uma pergunta.

(J1): Claro, pode falar.

(E): Há quanto tempo você é formada?

(J1): Deve ter uns 20 anos já, por aí. Me formei em 2006...

(E): 18 anos então.

(J1): Isso. Sou de comunicação, não de exatas (Risos).

(E): Perfeito, J1, muito obrigada pelo seu tempo.

(J1): Que nada, não por isso. Perdão por não ter conseguido antes, viu?

(E): Nada, fique tranquila. Obrigada por seu tempo e seu depoimento. Até mais.

ENTREVISTA 02

Estudante (E): Olá, J2, boa tarde! Tudo bem?

Entrevistada (J2): Boa tarde, Eduarda!

(E): Antes da gente começar, queria te agradecer pela participação na pesquisa e lembrar do TCLE, o Termo de Consentimento que te enviei. Você está de acordo?

(J2): Sim, estou de acordo.

(E): Preciso começar perguntando seu nome, idade, estado civil e orientação sexual.

(J2): Me chamo J2, tenho 34 anos, sou solteira e bissexual.

(E): Como você se autodeclara racialmente?

(J2): Sou uma mulher preta.

(E): J2, você está empregada atualmente, certo? Em que área você atua?

(J2): Trabalho na área de jornalismo, como repórter de um portal online.

(E): Qual a principal função que você exerce nas suas atividades?

(J2): Minha principal função é escrever e editar matérias para o portal, cobrindo diversos temas, especialmente as editorias de cidade e política.

(E): Como é o seu regime de trabalho?

(J2): Sou PJ, com um total aproximado de 40 horas por semana.

(E): Você tem quantos filhos e qual a idade deles?

(J2): Tenho somente uma filha de 5 anos.

(E): E você compartilha a criação da sua filha com outra pessoa, algum familiar?

(J2): Hoje conto com a ajuda dos meus pais na criação de Filha (suprimido por sigilo da fonte). Moro na casa deles, então acabam me ajudando bastante, especialmente nos dias em que preciso trabalhar um pouco mais.

(E): Você trabalhava antes de ter sua filha?

(J2): Sim, trabalhava como freelancer quando descobri que estava grávida.

(E): Como foi a sua gestação? Você parou de trabalhar quanto tempo antes de ter o bebê?

(J2): Apesar de inesperada, minha gestação foi tranquila, sem grandes complicações. Parei de trabalhar no dia mesmo do parto.

(E): Hoje qual é a importância do trabalho em sua vida?

(J2): O trabalho é extremamente importante para mim. Ele não só me sustenta financeiramente, mas também é fonte de realização pessoal, de dignidade.

(E): E qual a importância da maternidade em sua vida?

(J2): A maternidade se fez central na minha vida. Eu não pensava muito sobre isso antes de engravidar, mas ser mãe me deu uma nova perspectiva sobre o mundo. Hoje me sinto muito mais motivada a lutar por um futuro melhor, especialmente para minha filha.

(E): Você optou por não trabalhar para cuidar da sua filha por algum tempo?

(J2): Não, não tive essa opção. Desde o início fui mãe solo, então, apesar de ter um auxílio dos meus pais, sempre precisei batalhar e muito. Não foi fácil, até hoje não é, mas de algum jeito consigo conciliar o trabalho e os cuidados com minha filha.

(E): Você sente que a sociedade atual cobra que a mulher exerça plenamente tanto o papel de mãe quanto de profissional?

(J2): Existe uma expectativa irrealista de que nós [mulheres] devemos ser capazes de fazer tudo, e muitas vezes a gente se sente sobrecarregada, culpada por não atender a essas expectativas. Sinto uma pressão surreal para ser uma mãe perfeita e uma profissional exemplar, mas sempre me vejo falhando nos dois papéis.

(E): Você acha que essa pressão parte mais dos outros ou de si mesma?

(J2): É uma pergunta difícil. Como saber se o que me cobro foi fabricado por uma noção social ou se é um traço da minha autocrítica? Eu sinto que os homens nunca são tão cobrados como nós, mulheres, quanto à paternidade. Os dados não mentem, basta ver a quantidade de mãe solo no Brasil. E eu estou na estatística. Mesmo na justiça, sofro bastante para conseguir, no mínimo, a pensão alimentícia da minha filha.

(E): Como você concilia os papéis de mãe e jornalista?

(J2): Com muito planejamento e organização. Morar com meus pais, que são aposentados, também conta muito. Além de que, depois da pandemia, ter alguns dias de home office mudou tudo na minha rotina.

(E): Além dos seus pais, quem são as pessoas que te auxiliam a conciliar as tarefas de carreira e maternidade?

(J2): Meus pais são meu principal apoio, mas além deles tenho algumas amigas com filhos, e a escola de Filha.

(E): Você já sentiu vontade de abandonar seu trabalho?

(J2): Rapaz, já tive momentos de dúvida. Especialmente quando me sinto muito sobrecarregada, mas nunca realmente considerei abandonar minha carreira. Eu amo o que faço e acredito na importância do meu trabalho.

(E): E em algum momento, já se arrependeu por ter sido mãe?

(J2): Não, nunca me arrependi. Ser mãe é uma das maiores alegrias da minha vida e me deu uma força e uma motivação que eu não sabia que tinha.

(E): Quais as estratégias que você utiliza para conviver com o equilíbrio entre maternidade e trabalho?

(J2): Olhe, conciliar não é fácil... Mas nunca vai ser. Não para as mulheres. O jeito é ir jogando o jogo, fazendo sua rede de contatos, de apoio. E fazer uma ordem de prioridades. Elencar mesmo o que é mais importante pra você e entender quais são as escolhas que você fez. Quando entende que são escolhas, você fica em paz em não conseguir ser uma super-heroína o tempo inteiro.

Eu tento manter uma rotina estruturada, reservar tempo de qualidade para minha filha e aceitar que não preciso ser perfeita em tudo.

(E): Já passou por alguma situação constrangedora ou vexatória no ambiente de trabalho por algo relacionado à maternidade?

(J2): Todos os dias. O constrangimento não vem somente de uma situação de maus tratos. Eu acredito que poderia ter um apoio maior da empresa que trabalho, por exemplo. O meu horário é das 14 às 22 horas. Chego em casa às 22h30, minha filha está dormindo. Já pedi para trocar inúmeras vezes, mas sempre ouço a desculpa que não é possível reorganizar a redação para atender a demanda de uma só pessoa.

(E): E você já passou ou viu situações de discriminação racial no seu ambiente de trabalho?

(J2): Sim. Eu acho que em todo lugar que eu vou, minha cor chega primeiro. Então em uma reunião de pauta, já fui silenciada várias vezes. Já questionaram meu cabelo que deveria ir

“mais arrumada” para trabalhar. São as micro agressões, pode passar batido para outros colegas que não passam por isso, mas é sempre muito doloroso se sentir desqualificada por ser preta.

(E): E qual a principal dificuldade em equilibrar as atividades do trabalho jornalístico com a maternidade?

(J2): Acho que a principal dificuldade é a falta de flexibilidade do próprio trabalho jornalístico. Fins de semana, feriados, as notícias não param, né? Então a gente não pode parar também, e vive nessa “presença ausente” em casa.

(E): Você sente que algumas oportunidades de carreira podem ter sido impactadas pelo exercício da maternidade?

(J2): Tenho certeza que foram, mas pode até ser melhor assim. Eu hoje não tenho a mesma disponibilidade que outras pessoas que ainda não têm filhos.

(E): Muito obrigada pela sua participação, J2! Esse bate-papo vai ser muito importante para meu TCC.

(J2): Por nada, Eduarda, foi um prazer ajudar. Importante mesmo esse tema. Sucesso no seu trabalho!

ENTREVISTA 03

Estudante (E): Bom dia, J3! Tudo bem?

Entrevistada (J3): Bom dia, Maria! Tudo ótimo e com você?

(E): Tudo tranquilo também. Primeiramente queria agradecer por ter aceitado participar deste momento e reforçar o Termo de Consentimento que enviei para você. Você leu, está de acordo?

(J3): Sim, de acordo.

(E): Perfeito. Então vamos começar com algumas informações básicas. Qual o seu nome, por favor? Reforçando que o resultado da pesquisa será anônimo, tá? Vou pedir que me dê algumas informações pessoais, mas é só a título de organização das entrevistas. Ninguém, além de mim, terá acesso a essa entrevista na íntegra.

(J3): Certo. Meu nome é J3.

(E): E qual a sua idade?

(J3): Eu tenho 46 anos.

(E): Qual o seu estado civil?

(J3): Eu estou divorciada há uns 10 anos mais ou menos.

(E): Qual a sua orientação sexual?

(J3): Sou heterossexual.

(E): Como você se identifica racialmente?

(J3): Como branca.

(E): Ok. J3, você está empregada atualmente, certo? Qual a sua área de atuação?

(J3): Sim, estou empregada. Eu trabalho na área de jornalismo, como produtora oficialmente, mas repórter, editora, um pouco de tudo (risos).

(E): Sei bem como é! (Risos). Como funciona o seu regime de trabalho?

(J3): Trabalho em regime CLT, com carga horária de 40 horas semanais, mas frequentemente eu ultrapasso esse horário, devido às inúmeras demandas do jornal.

(E): Você tem quantos filhos e qual a idade deles?

(J3): Tenho dois filhos, um menino de 15 anos, e uma menina de 22 anos.

(E): E você compartilha a criação dos seus filhos com outra pessoa ou familiar? Como é essa divisão?

(J3): A Filha já está crescida, né? Não mora nem mais comigo, mas sim, compartilho a criação dos meus filhos com o pai deles. Ele fica com Filho em finais de semana alternados e nos períodos de férias escolares.

(E): Você sente que essa divisão é justa? Que ela te dá liberdade para explorar outras áreas da sua vida?

(J3): Sinceramente, acho que não, não é justa. Mas foi o que ficou decidido na época do divórcio, e, sinceramente, já era acostumada a abdicar de tempo para mim bem antes de me divorciar. Ser mãe é uma tarefa em tempo integral e vitalícia, não dá para desligar. “Deu meu horário, vou bater o ponto”. Não dá.

(E): Você é também responsável pelo cuidado de outras pessoas, além dos seus filhos?

(J3): Não.

(E): Você já trabalhava antes de ter seu primeiro filho?

(J3): Sim, já trabalhava como jornalista, mas em outra empresa.

(E): E como foram suas gestações? Você parou de trabalhar quanto tempo antes de ganhar cada bebê?

(J3): Minhas gestações em si foram tranquilas. Parei de trabalhar cerca de um mês antes de ganhar cada bebê.

(E): Qual a importância do trabalho em sua vida?

(J3): O trabalho é muito importante. Sem ele, eu não poderia realizar nada na minha vida, inclusive ser mãe. Tudo o que faço é por eles [meus filhos]. A maternidade é como um trabalho também, só que em tempo integral. Não dá pra desligar, se “demitir”. Meus filhos já são grandes hoje, e mesmo assim ainda penso neles em cada decisão que tomo.

(E): E depois de ter as crianças, você optou por não trabalhar para cuidar dos filhos por algum tempo?

(J3): Não, nunca optei por parar de trabalhar. Ficava afastada pelo tempo de direito, da licença, mas sempre consegui conciliar a carreira e a maternidade, apesar dos desafios.

(E): E a volta ao trabalho, como foi?

(J3): Foi muito desafiadora no momento. Quando eu tive Filha, mais de 20 anos atrás, eu fiquei dois meses afastada. Depois disso, acabou licença, acabou repouso. Era muito difícil ter que deixar minha filha recém-nascida com minha mãe, para trabalhar num lugar que nem mesmo me valorizava, diga-se de passagem, né? Tive que ajustar minha rotina e contar com o apoio principalmente da minha mãe, mesmo sendo casada na época. É sempre uma mulher que apoia outra mulher.

(E): Você sente que a sociedade atual cobra que a mulher exerça plenamente tanto o papel de mãe quanto de profissional?

(J3): Ah, com certeza tem essa cobrança. Existe uma expectativa de que as mulheres desempenhem todos os papéis com uma excelência... O que acaba sendo bem desgastante.

(E): E você se cobra também ao exercer esses papéis?

(J3): Sim. Se eu disser que não, estou mentindo. Eu me cobro bastante. Quero ser uma boa mãe e uma profissional excelente.

(E): Como você concilia os dois papéis?

(J3): Olhe, Maria, o principal é tentar organizar bem meu tempo e estabelecer prioridades. Mas eu também conto com uma rede de apoio, né? Família e amigos próximos sempre ajudaram bastante.

(E): Quem são essas pessoas que te auxiliam a conciliar a maternidade e o trabalho?

(J3): O pai das crianças, né? É obrigação dele, mas não deixa de ser um auxílio. E, além Pai dos Filhos, minha mãe e amigos próximos da família me ajudam bastante.

(E): Você já sentiu vontade de abandonar seu trabalho?

(J3): Depois da fonte te deixar na mão três vezes, dá vontade, não é não? (Risos). Não, brincadeira. Nunca senti vontade de abandonar meu trabalho. Eu amo o que eu faço.

(E): E em algum momento, já se arrependeu por ter sido mãe?

(J3): Não, nunca me arrependi. Ser mãe é uma das melhores coisas que aconteceu na minha vida. Eu amo o Filho e a Filha demais.

(E): Quais as estratégias que você utilizava e utiliza ainda para conviver com o equilíbrio entre maternidade e trabalho?

(J3): Planejamento e organização são essenciais. Parte da estratégia é envolver os filhos no que podemos. Quando começaram a crescer, fui falando pra eles “Mamãe tá indo trabalhar para conseguir comprar os brinquedos, fazer as programações que a gente gosta”, e a partir daí eles foram ficando parceiros também para flexibilizar nosso tempo juntos.

(E): E, J3, você já passou por alguma situação constrangedora ou vexatória no ambiente de trabalho por algo relacionado à maternidade?

(J3): Já, mas nunca passaram de olhares de reprovação, assim, sabe? Em algumas vezes precisei sair mais cedo ou até num dia que precisei levar minha filha na redação por uma

situação de emergência. Nunca foi uma reclamação ou comentário direto, mas a gente percebe os olhares julgadores.

(E): E qual a principal dificuldade em equilibrar as atividades do trabalho jornalístico com a maternidade, você sente?

(J3): A principal dificuldade é a imprevisibilidade do ramo. Nunca sei quando uma notícia importante, uma pauta de última hora vai surgir e preciso estar disponível, mesmo que invada meu horário de trabalho.

(E): Você sente que algumas oportunidades de carreira podem ter sido impactadas pelo exercício da maternidade?

(J3): Ah sim, algumas oportunidades que exigiam viagens ou horários impossíveis de conciliar com dois filhos em casa. Então precisei recusar algumas propostas, mas não me sinto arrependida, foram só escolhas que fiz, e escolhi minha família naquele momento.

(E); J3, muito obrigada pela sua participação e sua sinceridade.

(J3): Já acabou? (Risos)

(E): Já, infelizmente. (Risos). Essas informações serão de grande ajuda para o meu TCC.

(J3): Por nada, meu bem, foi um prazer ajudar. Boa sorte com seu trabalho, viu? Quando sair me mande que eu quero ler.

(E): Com certeza! Tchau, tchau. Obrigada!

ENTREVISTA 04

Estudante (E): Boa noite, J4! Tudo bem?

Entrevistada (J4): Boa noite, Maria Eduarda! Pode chamar de Duda, né? (Risos)

(E): Pode sim, claro! Antes da gente começar, queria confirmar com você a leitura do Termo de Consentimento para essa pesquisa. Você leu, está de acordo?

(J4): Li sim, estou de acordo.

(E): Massa, J4. Preciso, inicialmente do seu nome, idade. É, estado civil e orientação sexual.

(J4): Meu nome é J4, tenho 38 anos, sou casada e heterossexual.

(E): Como você se declara racialmente?

(J4): Parda.

(E): Você está empregada atualmente? Se sim, qual a sua área de atuação?

(J4): Sim, trabalho como repórter do Nome do Veículo

(E): Como é o seu regime de trabalho?

(J4): Trabalho como prestadora de serviços, 100% presencial, com uma carga horária de 40 horas semanais. Ou mais (Risos). Eventos importantes ou pautas muito quentes muitas vezes me obrigam a trabalhar fora do expediente.

(E): Você tem quantos filhos e qual a idade deles?

(J4): Tenho um filho de 9 anos.

(E): Você compartilha a criação do seu filho com outra pessoa ou familiar?

(J4): Sim, compartilho a criação do meu filho com meu marido. Ele é um parceiro muito presente, raridade ultimamente. (Risos) Dividimos as responsabilidades tentando equilibrar, mas como nosso filho é autista, essa divisão envolve muitos aspectos específicos da rotina de

quem está no espectro. Então levar e buscar na terapia, acompanhar em consultas, mas o principal e mais difícil numa rotina cotidiana é estar atento às necessidades emocionais e comportamentais dele.

(E): Você é responsável pelo cuidado de outras pessoas, além do seu filho?

(J4): De jeito nenhum. A demanda de cuidar de um filho com necessidades especiais já consome e muito do meu tempo e energia. (Risos)

(E): Você trabalhava antes de ter seu filho?

(J4): Sim, já trabalhava como jornalista mesmo antes de ter meu filho. Eu era bastante envolvida em minha carreira, sabe? Eu adorava a dinâmica do jornalismo.

(E): Como foi a sua gestação? Você parou de trabalhar quanto tempo antes de ter o bebê?

(J4): (Pausa para pensamento) Acho que parei de trabalhar com menos de um mês antes do parto, mas foi tudo tranquilo durante a gravidez.

(E): Qual a importância do trabalho em sua vida?

(J4): Toda! O trabalho é extremamente importante para mim. Eu acredito fielmente que o trabalho dignifica a pessoa e eu amo o que eu faço. Apesar de toda essa onda de Fake News e tal, eu acredito que o jornalismo é uma ferramenta poderosíssima de informar e educar pessoas.

(E): E qual a importância da maternidade em sua vida?

(J4): (Risos) A maternidade é importante, mas vou admitir que não é algo que me traz a mesma satisfação e realização que a outras mães. Eu amo meu filho incondicionalmente, mas sinto que não nasci para ser mãe.

(E): Você optou por não trabalhar para cuidar do seu filho por algum tempo?

(J4): Não, eu tirei a licença, claro, mas nunca foi uma opção parar de trabalhar. Sempre achei importante continuar com minha carreira. Para mim, abandonar o trabalho nunca foi uma opção viável, tanto por questões financeiras quanto pelo meu próprio desejo de realização profissional.

(E): E a volta ao trabalho, como foi?

(J4): A volta ao trabalho foi difícil. Tive que ajustar toda minha rotina, tentar conciliar entre as demandas do trabalho e as necessidades do meu filho. Conteí muito com o apoio do meu marido e de profissionais que, desde cedo, nos ajudam com as terapias e cuidados específicos. É um processo de adaptação contínua, né? São muitos altos e baixos.

(E): Você sente que a sociedade atual cobra que a mulher exerça plenamente tanto o papel de mãe quanto de profissional?

(J4): A sociedade espera mães dedicadas e profissionais “porretas”, a conta não fecha. Não tem horas suficientes no dia para entregar tudo com perfeição. No meu caso, com as demandas adicionais de criar um filho com necessidades especiais, essa pressão é ainda maior.

(E): E você se cobra também ao exercer esses papéis?

(J4): Ah, claro. Eu quero ser uma boa mãe e uma ótima profissional. Eu tento dar o meu melhor em todos os papéis, mas é difícil não se sentir culpada quando as coisas não saem como planejado.

(E): Como você concilia os dois papéis?

(J4): Com muita dificuldade (Risos). Preciso de uma rotina bem estruturadinha. Também tento reservar um tempo para mim mesma, mesmo que seja pouco, para manter minha saúde mental em dia. Aceitar que não posso ser perfeita em tudo eu trabalho sempre na terapia. (Risos).

(E): Quem são as pessoas que te auxiliam a conciliar estes papéis de maternidade e trabalho?

(J4): Meu marido, principalmente. Ele também tem a carreira dele, é advogado. Então tentamos ao máximo não nos sobrecarregarmos. meu principal apoio. Além disso, vez ou outra, temos a ajuda de familiares para cuidar do nosso filho. Sem essa rede de apoio, seria impossível.

(E): Você já sentiu vontade de abandonar seu trabalho?

(J4): Ah sim, já senti vontade de abandonar meu trabalho várias vezes... E às vezes me pergunto se teria sido melhor não ter sido mãe também, especialmente nesses momentos de mais dificuldade. Quando vejo colegas que não são mães com mais oportunidades, ou até mesmo só de ver elas sem olheiras todos os dias. (Risos)

(E): Quais as estratégias que você utiliza para conviver com o equilíbrio entre maternidade e trabalho?

(J4): Estou tentando ser mais gentil comigo mesma, entender que não preciso ser perfeita em nenhum dos papéis. Nem de mãe, profissional, muito menos de mulher. O apoio profissional também foi essencial. A terapia me ajuda muito para me acolher e acolher outras mulheres também na mesma situação

(E): Já passou por alguma situação constrangedora ou vexatória no ambiente de trabalho por algo relacionado à maternidade?

(J4): Já. Já precisei sair no meio do expediente por conta de emergências com meu filho e recebi o feedback dos meus chefes e os olhares de reprovação de vários colegas, principalmente os mais jovens. Também já passei por situações em que precisava atender uma pauta que chegou de última hora, e a escola do meu filho ligando e ligando, e eu deixei tocar... Priorizei meu trabalho naquele momento, sabendo que ele estava em um lugar seguro, mas acaba que fiquei preocupada durante o trabalho e também não fui resolver a demanda do meu filho. Então mesmo tentando conciliar, fui mal nas duas tarefas. (Risos)

(E):E você já sofreu ou observou alguma questão de discriminação racial no seu ambiente de trabalho?

(J4): Em relação à maternidade, não, mas em geral assim já vi muita coisa. Hoje é mais fácil, temos mais representatividade na redação, mas logo que comecei, passei por situações complicadas. Na própria seleção para a vaga já percebia que tinha algo estranho. Pessoas bem menos qualificadas às vezes eram escolhidas, você vai olhar: é branca. Não que não sejam competentes, mas muitas vezes você é mais e mesmo assim não é escolhido. Eu sinto que preciso dar muito mais do que todo mundo para conseguir me mostrar capaz.

(E): Qual a principal dificuldade em equilibrar as atividades do trabalho jornalístico com a maternidade?

(J4): A principal dificuldade eu diria que é o “Para já” do jornalismo. É tudo uma urgência e você nunca consegue ficar 100% desligada do trabalho. Além das demandas específicas de criar um filho autista, né? Exige muito tempo e atenção. É sempre um malabarismo de prazos apertados, eventos de última hora e as necessidades de meu filho.

(E): Você sente que algumas oportunidades de carreira podem ter sido impactadas pelo exercício da maternidade?

(J4): Sim, a maternidade requer muito tempo e energia, e muitas vezes não consigo estar presente em eventos ou press trips que poderiam impulsionar meu nome.

(E): Foi isso, J4, muito obrigada por sua participação!

(J4): Disponha! Foi ótimo desabafar aqui (Risos).

(E): Que bom! Te mando o trabalho quando finalizar. Obrigada!

(J4): Tá certo, querida. Até mais.

(E): Até!