

## Work-life balance na perspetiva da Geração Y

Cátia Parente (CEOS.PP, ISCAP, Polytechnic of Porto, Portugal), Dora Martins (CEOS.PP, ISCAP, Polytechnic of Porto, Portugal and GOVCOPP, University of Aveiro, Portugal) and Ana Isabel Couto (ISCAP, CEOS-P.PORTO, IS-UP & FEP)

**Abstract.** O work-life balance é um tema sobejamente estudado (e.g. Andrade, 2015; Dhas, 2015; Iacovoiu, 2020; Lockwood, 2003; Kohll, 2018; Tariq et al., 2012), atendendo ao impacto que poderá ter na lealdade e no desempenho organizacional. Contudo, não são conhecidos muitos estudos que envolvam a geração Y, isto é, os indivíduos nascidos entre 1981 e 1996 (Dimock, 2019). A geração Y representa uma das gerações predominantes no mercado de trabalho atual (Bencsik et al, 2016; Dimock, 2019; Gabrielova & Buchko, 2021) prevendo-se que, em 2025, represente 75% da população ativa (Kohll, 2018). A geração Y é uma geração que procura constantemente mudanças nas suas rotinas profissionais (Bencsik et al, 2016; Santos & Mendes, 2013), o que impõe desafios às organizações que desejem adequar as práticas organizacionais aos padrões motivacionais desta geração. O seu crescimento na era digital concede aos indivíduos desta geração vantagens tecnológicas (Kaifi et al, 2012; Bencsik et al, 2016; Santos & Mendes, 2013; Okros, 2020), mas também o desejo de rapidamente obterem independência financeira ao mesmo tempo que desejam satisfação e sucesso profissional (Bencsik et al, 2016; Santos & Mendes, 2013), sem comprometer a garantia de benefícios laborais, como horários de trabalho flexíveis, ambientes informais, feedback constante das suas chefias e work-life balance (Buzza, 2017; Godinho-Bitencourt et al., 2019; Okros, 2020; Santos & Mendes, 2013).

A pesquisa mais ampla que enquadra esta comunicação tem como objetivo principal compreender a perspetiva da geração Y no que respeita ao work-life balance. Como objetivos específicos procurou compreender como se influenciam mutuamente as dimensões da vida pessoal e da vida profissional da geração Y, assim como explorar as práticas organizacionais promotoras do work-life balance valorizadas pela geração Y e, em particular, explorar as perceções da geração Y sobre a influência da experiência do home-office no work-life balance.

Foi adotada uma abordagem qualitativa baseada em entrevistas semi-estruturadas realizadas a 12 indivíduos da geração Y, todas com vínculo laboral e com diferentes características em termos de agregado familiar e horário de trabalho laboral.

Os principais resultados revelam que a geração Y: a) valoriza o work-life balance embora não considerando como fator essencial para a sua permanência na empresa; b) a gestão de tempo e a dificuldade em desligar do trabalho são reconhecidos como principais obstáculos ao work-life balance; c) reconhece serem maiores as dificuldades de equilíbrio entre as dimensões trabalho-família quando existem filhos; d) considera-se satisfeita com as práticas implementadas pelas empresas, em particular o suporte das chefias é um fator crucial no equilíbrio trabalho-família; e) percebe o home-office de forma não consensual, uma vez que, para alguns é reconhecido como gerador de maior equilíbrio trabalho-família, e para outros é visto como fator promotor desse desequilíbrio.

Como contributo dos resultados obtidos, esta investigação permite reforçar a literatura que sugere que a geração Y percebe ser a que melhor sabe gerir o work-life balance, ao mesmo tempo que permitiu haver uma perceção positiva sobre as práticas organizacionais que as empresas onde trabalham estão a adotar para reter o talento da geração Y. As limitações do estudo permitiram identificar algumas sugestões de investigação futura, em particular, o alargamento do número de participantes, distribuindo-os entre indivíduos com dependentes e não dependentes, pois este parece ser o aspeto mais condicionador do seu equilíbrio trabalho-família, especialmente quando a organização do trabalho privilegia práticas de home-office.

**Track:** 11 CIIIRH

**Keywords:** Work-life balance, Geração Y, Home-office, Práticas de conciliação trabalho-família