

Quiet quitting: demissão silenciosa, valores e impactos no Direito

Os jornais têm noticiado um fenômeno observado pelo mercado de trabalho e que, segundo o jornal *O Estado de S. Paulo*, edição de 10 de setembro passado, consiste num movimento de redefinição das expectativas em relação ao trabalho, em consonância com a cultura de alta performance.



Trata-se de comportamento localizado especialmente nas gerações Z e

millennial e que, conforme dados do jornal, em março deste ano somaram 4,5 milhões de trabalhadores que pediram demissão nos Estados Unidos (*great resignation*).

A expressão significa *demitir-se silenciosamente* ou *demissão discreta*, nome utilizado na rede social chinesa *TikTok* e que incentiva os trabalhadores a executarem o mínimo das suas obrigações contratuais a fim de priorizar o bem-estar e a saúde mental. Já aqui, constata-se o enfrentamento de valor do trabalho como prejudicial à qualidade de vida, afirmando que *o trabalho não é sua vida e seu valor não pode ser determinado em relação à sua produtividade*.

Neste vídeo postado em julho e que viralizou @Zaidlepellin, jovem novaiorquino, explica o sentido do *quiet quitting* com as seguintes palavras "você abandona a ideia de se superar no trabalho. Você continua a cumprir suas obrigações, mas sem aderir à cultura do burnout (ou cultura da produtividade tóxica) que determina que o trabalho deve ser sua vida. O seu valor enquanto pessoa não é definido pelo seu trabalho".

O *quiet quitting* não significa necessariamente o abandono do trabalho por meio de pedido de demissão. Trata-se de uma forma de se demitir sem abandono do trabalho, mas reduzindo as tarefas aos limites do que fora contratado, sem se envolver em dinâmicas de altas performances.

[Segundo Maria Kordowicz](#), professora adjunta de comportamento das organizações, na Universidade de

Nottingham, o *quiet quitting* está ligado à insatisfação crescente no trabalho e ao Covid-19, cuja pandemia fez com que houvesse tomada de consciência da nossa própria mortalidade, com questionamentos relevantes quanto ao significado do trabalho realizado enquanto trabalhador e qual efetivamente seu valor.

Durante a pandemia, com a prestação do trabalho em *home office*, houve um aguçamento da compreensão de que se deve privilegiar a qualidade de vida pessoal, compatibilizando a atividade profissional com o convívio familiar e cuidando da saúde, especialmente mental. A preocupação dessa jovem geração é trabalhar sem esgotamento e buscar um equilíbrio na relação empregado x empregador.

A pergunta que se faz é para saber se esse movimento será capaz de transformar as relações trabalhistas e o Direito do Trabalho ou, ainda, qual o significado relevante que se poderia aprender com este movimento.

A primeira interpretação que fica é a de que se trata de um movimento que tende a transformar as relações trabalhistas pelo aspecto primordial do cuidado e da preservação da saúde mental, procurando limitar o tempo de trabalho equilibrando com os momentos de dedicação aos prazeres da vida fora do trabalho. Para os empregadores fica a obrigação de respeitar que o empregado contratado prestará trabalho nos limites do que foi contratado, sem horas suplementares.

Em segundo plano, coloca em questionamento os modelos tradicionais de competição interna nas empresas em busca de maior produtividade, muitas vezes causadores de doenças mentais decorrentes do chamado *burnout*.

A empresa e o trabalho deixam de ser formas de realização profissional e pessoal para servir como instrumento básico de busca de satisfação pessoal fora do ambiente da empresa.

Para o Direito do Trabalho, não parece produzir mudanças, a não ser reforçar e dar resguardo jurídico às iniciativas que procuram preservar a qualidade de vida e a dignidade da pessoa humana.

As empresas deverão se adaptar aos novos anseios dos trabalhadores e rever os padrões de produtividade até então baseados essencialmente na presença do local de trabalho, proporcionando melhores condições para atrair talentos e estabelecer regras claras inclusivas e que privilegiem a saúde mental dos trabalhadores.

A esperança que fica é de que esse fenômeno possa arrastar uma mudança de valor nas relações de trabalho, beneficiando com a qualidade de vida também aqueles trabalhadores que têm pouca ou nenhuma opção de escolha de praticar o *quiet quitting* e que disputam vagas de emprego para sua sobrevivência.

Date Created

16/09/2022