



TRT 11ª REGIÃO

Saúde mental no trabalho

Palestrante: Prof Dr. Ronaldo Gomes Souza

Manaus, 12 de nov de 2018.

Se você tivesse bastante dinheiro para viver o resto da vida confortavelmente sem trabalhar, o que você faria com relação ao trabalho?

Mais de 80% das pessoas pesquisadas respondem que trabalhariam mesmo assim (Morin, 2001).

As principais razões são as seguintes:

1. Para relacionar-se com outras pessoas;
2. Para ter o sentimento de vinculação;
3. Para ter algo para fazer;
4. Para evitar o tédio;
5. Para ter um objetivo na vida.

A PSICODINÂMICA DO TRABALHO



Organização do trabalho: o prescrito e o real do trabalho

Natureza e divisão das tarefas

Hierárquica, técnica, operacional, administrativa e social

Tempo

Jornada, pausas, turnos, prazos

Regras Formais

Missão, legislação, normas, procedimentos

Produtividade Esperada

Metas, qualidade
quantidade

Modos de gestão

Distribuição de tarefas, de pessoas, de recursos, autonomia, participação e avaliação

Regras Informais

Regras de ofício, Práticas, Hábitos

Interações coletivas

Comunicação entre membros da equipe de trabalho, membros de outros grupos de trabalho.

Condições de infra-estrutura

Qualidade do ambiente físico, posto de trabalho, equipamentos, sistemas operacionais, material e informação

Novo conceito
de Saúde
proposto por
Dejours a partir
do conceito
proposto pela
OMS:

“A saúde, para cada homem, mulher ou criança é ter meios de traçar um caminho pessoal e original em direção ao bem-estar físico, psíquico e social.”

Liberdade, possibilidade, adaptação

“Bem-estar psíquico é a liberdade que é deixada ao desejo de cada um na organização da sua vida.”

Prazer no trabalho

O trabalho é prazeroso quando se vivencia:

- ✓ Ressonância simbólica
- ✓ Realização e liberdade
- ✓ Exercício da democracia, socialização com os outros
- ✓ Reforço da identidade (reconhecimento)
- ✓ Uso da inteligência prática
- ✓ Negociação frente a organização do trabalho
- ✓ Emancipação

O prazer permite ressignificar/transformar o sofrimento

Sufrimento no trabalho

Indignidade, desqualificação, inutilidade



Angustia, medo e insegurança



Esgotamento emocional e falta de reconhecimento



Sufrimento patogênico, criativo e ético

Espaço de discussão

- É constituído pelo espaço da fala e de expressão coletiva do sofrimento. Esse espaço público de discussão se caracteriza por:
- Ser um espaço, no qual as opiniões, eventualmente contraditórias, podem ser livremente formuladas e publicamente declaradas.
- Acolher opiniões baseadas em diferentes crenças, desejos, valores, posições ideológicas, escolhas éticas, experiência técnica e compartilhamento das ações de resistência.
- Ser construído pelos trabalhadores de modo coletivo.
- Ser utilizado para auto-expressão, autenticidade e relação de equidade entre aquele que fala e aquele que escuta.

Cooperação

- É constituída pela possibilidade de ação coordenada para construir um produto comum com base na confiança e na solidariedade.
- É a convergência das contribuições de cada trabalhador e das relações de interdependência.
- É a integração das diferenças individuais e a articulação dos talentos específicos de cada trabalhador.
- É a possibilidade de possível minimizar e contornar erros e falhas para que o desempenho do coletivo alcance resultados superiores à soma dos desempenhos individuais

Reconhecimento o no trabalho

Retribuição moral e simbólica às contribuições à organização do trabalho (esforço e investimento)

Julgamento de utilidade e beleza, identidade e sentido no trabalho

Conhecer para reconhecer. Desvelar o trabalho, trazê-lo para o espaço público e construir a cooperação

O não reconhecimento no trabalho está na base das patologias

Saúde
mental no
trabalho

Na prática

Resultados da roda de conversa com os oficiais de justiça (TJ-GO)

Goiânia, 2017/2 - 2018/1

Dificuldades da profissão

- 1- Trabalhar só (individualismo)
- 2- Violência exposta
- 3- Falta de uniformização dos procedimentos
- 4- Novas tecnologias
- 5- Mandados incompletos (BA)
- 6- Estresse e fadiga emocional
- 7- Falta de reconhecimento da administração
- 8- Salário baseado em produtividade

- 9- Risco de vida
- 10- Insegurança por falta de estrutura de equipamentos e treinamentos (estratégias psicossociais)
- 11- Instituição - autoridade em descrédito; engessada; pouco democrática
- 12- Carga horária desregulada
- 13- desmotivação

Sugestões e estratégias para otimizar as dificuldades

- 1- Aumento da gratificação de risco de vida
- 2- Melhoria de instrumentos de proteção (armas/coletes...) e treinamento
- 3- Escola de formação para oficiais de justiça (principalmente relacionado à segurança dos oficiais e para lidar com as novas tecnologias)
- 4- Criação do manual do oficial de justiça
- 5- Criação de programas de
 - a) Interação social
 - b) Relações públicas/divulgação das ações interna e externamente
 - c) Conscientização da população
 - d) Qualidade de vida no trabalho – biopsicossocial (relaxamento, meditação, exercícios físicos – bike...)
- 6- Diálogo permanente para tomada de decisões com as instancias coletivas
- 7- “Vale” estacionamento gratuito
- 8- Pagamento de hora extra ou hora noturna
- 9- Atividades de enfrentamento do estresse (meditação); gestão de conflitos e rodas de conversas
- 10- Trabalho em duplas
- 11- Melhorar a comunicação sobre a notificação de mandados incompletos. Notificar o diretor e o sindicato sobre os mandatos incompletos
- 12- Reconhecimento: reuniões entre oficiais, com a possibilidade de apresentar o resultado das reuniões aos diretores

Relevância de ter participado da “Roda de conversa com os oficiais de justiça” promovida pela equipe do PNV da PUC Goiás

1- Mais consciência, percepção e preparação para/sobre a profissão e as condições de trabalho

2- Diminuição da ansiedade e do estresse

3- O impacto da força do coletivo ao partilhar dificuldades e encontrar, juntos, a partir do diálogo, soluções e estratégias de melhorias

4- Sentir-se reconhecido, ouvido

5- Acolhimento e atenção

6- Desejo de continuar com atividades como a promovida pela equipe do PNV

7- Divulgar os resultados alcançados para o sindicato e para todo o Tribunal de Justiça e demais comarcas, com a possibilidade de criar um fórum permanente (juntamente com o Conselho Regional de Psicologia -CRP- e o Ministério Público do Trabalho -MPT)

8- A importância de se aproximar da academia para otimizar as relações e condições de trabalho