



EMENTA

IMPORTANTE: Sempre verifique no *site* do TJRJ se a versão impressa do documento está atualizada.

SAÚDE MENTAL E QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

Competência técnica: Sustentabilidade
Conhecimentos relacionados: Qualidade de vida

Objetivo Geral

Desenvolver competências que contribuam para a promoção de um ambiente organizacional mais saudável e produtivo no âmbito do Poder Judiciário.

Objetivos Específicos

- Compreender a inserção do servidor do Poder Judiciário na evolução do trabalho;
- Identificar os principais fatores protetivos e de riscos psicossociais no trabalho;
- Adotar boas práticas de saúde mental no trabalho.

Metodologia e Recursos

Aulas expositivas, recursos audiovisuais, através do *Microsoft Teams*.

Conteúdo Programático

O MUNDO DO TRABALHO NA PÓS-MODERNIDADE

- O mundo líquido de Zygmunt Bauman
- Dejours e o Sentido do Trabalho
- A Sociedade do Cansaço de Byung-Chul Han
- Mundo VUCA X Mundo BANI

I. A PANDEMIA DA COVID-19 E O TELETRABALHO

- Legislação Pertinente (CLT E PJERJ)
- O Teletrabalho no contexto pandêmico
- O retorno ao trabalho presencial

II. SAÚDE, TRABALHO E TELETRABALHO: A GESTÃO DA SAÚDE COMO NOÇÃO ESTRATÉGICA

III. QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO (QVT)

- Os programas de QVT e a Cultura Organizacional
- Medidas preventivas de QVT

IV. O FUTURO DO TRABALHO

- *Soft x hard x real skills*

V. RECOMENDAÇÕES DE BOAS PRÁTICAS



EMENTA

IMPORTANTE: Sempre verifique no site do TJRJ se a versão impressa do documento está atualizada.

Avaliação

Verificação de aprendizagem com seleção randômica de questões na plataforma *Moodle* no fim do curso.

Bibliografia

BAUMAN, Z. Modernidade Líquida. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editora, 1997.

CASCIO, J.; Facing the Age of Chaos. Plataforma Medium, abril, 2020.

CONSELHO NACIONAL DE JUSTIÇA (Brasil). Resolução n. 325, de 2020. Brasília, DF, 29 jun. 2020.

COOPER, C.L.; BANGLIONI JR., A. J. A structural model approach toward the development of a theory of the link between stress and mental health. *British Journal of Medical Psychology*, v. 61, n. 2, p. 87-102, 1988.

CORTELA, M.S.; O Naufrágio de muitos Internautas. *Folha de São Paulo*, julho, 2000.

DEJOURS, C. Por um novo conceito de saúde. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 54(14), 1986, p. 7-11.

_____; A LOUCURA DO TRABALHO: estudo de Psicopatologia do Trabalho. São Paulo: Cortez, 1998.

_____.; A banalização da injustiça social. Rio de Janeiro. FGV Editora, 1999.

_____.; Da Psicopatologia à Psicodinâmica do Trabalho. Brasília: Fiocruz, 2004.

DINIZ, R. L.; GUIMARÃES, L. B. M. Avaliação da carga de trabalho mental. Porto Alegre: FEENG, 2004.

DRUCKER, P.; Desafios Gerenciais para o Século XXI. São Paulo: Cengage; 1ª ed, 2000.

FERREIRA, Mário César. A Ergonomia da Atividade pode Promover a Qualidade de Vida no Trabalho? Reflexões de Natureza Metodológica. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, Brasília, vol.11, n. 1, 2011, p. 8-20. Disponível em: <http://www.ergopublic.com.br/arquivos/1361295898.52-arquivo.pdf>. Acesso em: 20 ago. 2022.

_____. "QVT é quando acordo... Penso em vir trabalhar e o sorriso ainda continua no rosto!" Sentidos da qualidade de vida no trabalho na ótica dos servidores públicos. In M.C. Ferreira, C. Antloga, T. Paschoal, & R.R. Ferreira (Orgs.), *Qualidade de Vida no Trabalho. Perspectiva de Análise e*



EMENTA

IMPORTANTE: Sempre verifique no site do TJRJ se a versão impressa do documento está atualizada.
Intervenção (pp. 19-38). Brasília: Paralelo 15, 2013.

_____. QVT no Serviço Público Brasileiro. 1º Seminário Nacional sobre a Saúde de Magistrados e Servidores do Poder Judiciário. Brasília DF, 2019.

GODIN, S.; Let's Stop calling them 'soft skills'. Plataforma Medium, 31.01.2017, acessado em 22.08.2022.

HAN, Byung-Chul. Sociedade do cansaço. Petrópolis: Vozes, 2015.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE; Constituição da Organização Mundial da Saúde. Nova Iorque, 1946.

PANTALEÃO, Sérgio Ferreira. Teletrabalho e a Possibilidade de Reduzir Custos e Manter o Emprego. Guia Trabalhista, [s. l], 2021. Disponível em: <http://www.guiatrabalhista.com.br/tematicas/Teletrabalho-reforma-trabalhista.htm>. Acesso em: 21 ago. 2022.

TAYLOR, F. W. Princípios de Administração Científica. Rio de Janeiro: Atlas, 1995.

Carga horária

6 horas

Atualização: 17/11/2022

Revisão: 00