

A importância da saúde mental no ambiente de trabalho

Autor(res)

Ednilson Cortez Angelo
Marcella Larisse Da Silva Borghi Barros

Categoria do Trabalho

3

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA DE OSASCO

Resumo

O presente trabalho aborda os principais fatores relacionados ao esgotamento no ambiente de trabalho, incluindo a síndrome de esgotamento, o estresse, a ansiedade e a depressão em colaboradores. O objetivo deste estudo é compreender as doenças mentais resultantes do esgotamento, identificar as principais causas de esgotamento mental atribuídas aos líderes e superiores hierárquicos, e explicar os benefícios de uma gestão qualificada durante o processo de crise de esgotamento de um funcionário. É crucial prestar atenção inicial aos sinais de desmotivação manifestados pelo profissional, a fim de analisar os fatores que contribuem para os sintomas apresentados. Além disso, é fundamental que a organização avalie como os colaboradores percebem o ambiente de trabalho, proporcionando um espaço seguro para expressarem suas dificuldades, queixas e pontos fortes. Após identificar as lacunas e ampliar a visão da gestão, é necessário implementar projetos de mudança, programas motivacionais, palestras de autocuidado e combate a depressão abrangentes para todos os funcionários. Intensificando a seriedade do tema.