

GESTÃO DE ESTRESSE NO AMBIENTE DE TRABALHO EM MEIO À PANDEMIA DE COVID-19

Autor(res)

Ednilson Cortez Angelo
Ellen Dos Santos Ribeiro
Anderson Doniseti De Araujo
Mariana Bonome De Souza Marques
Claudia Teixeira Fuentes Garcia
Sandra Paula Dias Gama
Alessandro Marco Rosini
Luciano José Bittencourt

Categoria do Trabalho

TCC

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA DE OSASCO

Resumo

No contexto do trabalho em home office, as empresas tentaram manter a rotina de trabalho. Muitos dos profissionais, encontraram vantagens no teletrabalho, com o ganho de tempo sem o deslocamento físico e uma maior flexibilidade no horário de trabalho. Por outro lado, os aspectos apontados como negativos foram o isolamento profissional e as interrupções de familiares durante o trabalho. De modo geral, a maior parte daqueles que estão trabalhando remotamente indicaram que o seu comportamento durante o home office modificou.
Portanto, pelas respostas obtidas, nota-se que a saúde mental dos colaboradores está, de certa forma, afetada pelas mudanças já comentadas, como distanciamento, insegurança em relação ao futuro e mudanças repentinas na vida pessoal e profissional. Neste sentido, o auxilio remoto de psicólogos tem se mostrado também como uma excelente ferramenta para mitigar este cenário.