



23º Congresso de Stress da ISMA-BR
(International Stress Management Association)

25º Fórum Internacional de Qualidade
de Vida no Trabalho

15º Encontro Nacional de Qualidade
de Vida na Segurança Pública

15º Encontro Nacional de Qualidade
de Vida no Serviço Público



SEGURANÇA PSICOLÓGICA E SAÚDE MENTAL NO TRABALHO – UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Maria Patrícia Gomes Cavalcante

Instituição: Laboratório de Análises Proclínico

Em um mundo cada vez mais exigente a busca por equilíbrio entre saúde mental e física têm sido alvo de inúmeras pesquisas, principalmente entender como a organização pode melhorar o ambiente de trabalho com vistas a promoção da saúde mental dos trabalhadores. Além da sobrecarga, longas jornadas de trabalho, exigências externas e internas ao indivíduo, múltiplos papéis a serem administrados, encontram-se fatores psicológicos, que se afetados de maneira negativa, podem contribuir para acirramento de alguns prejuízos a saúde e bem-estar do trabalhador. A segurança psicológica propõe uma abordagem totalmente livre de tensão, punição e crítica, trazendo uma proposta de segurança em função de um ambiente de trabalho não ameaçador as suas ideias, sugestões e participação ativa dos colaboradores no dia-a-dia organizacional. Segundo Edmondson (2020), afirma que as pessoas precisam se sentir capazes e seguras para compartilharem seus conhecimentos, sem gerar medo de errar ou falhar o que contribui para um ambiente seguro. A segurança psicológica permite que as pessoas se sintam confortáveis para admitir erros, aprender com as falhas, compartilham mais ideias, contribuindo para melhores decisões e inovações. Ter um ambiente organizacional seguro também promove a minimização de questões que desencorajam as pessoas a se exporem e na tomada de riscos interpessoais. Dentre os achados em segurança psicológica, encontram-se quatro pilares, sendo eles: segurança em pertencer que se refere a inclusão, segurança em aprender que se refere a liberdade para perguntar, segurança em contribuir, ou seja, disponibilizar suas habilidades e experiências para o negócio e segurança em desafiar, que significa sugerir e implementar mudanças. Com base nesses aspectos e compreendendo a importância desse paradigma, é possível transformar um ambiente seguro que promove saúde mental. Biancastelli e Machado (2022), incluem a segurança psicológica 360º como um dos pilares para uma mudança organizacional, em um contexto atual, incerto, complexo, imprevisível, volátil, ambíguo, ansioso, incompreensível, não linear, expressos pelas siglas mundo VUCA e BANI.

Bibliografia

Edmondson, Amy C. **A Organização Sem Medo: Criando Segurança Psicológica no Local de Trabalho para aprendizado, Inovação e Crescimento**. Traduzido por Thais Cots. Rio de Janeiro: Alta Books, 2020.

<https://fractos.co/blog/seguranca-psicologica-o-principal-fator-das-equipes-de-sucesso/> Acesso em: 29 de Janeiro de 2023, às 10:10.

Borroni-Biancastelli, Luca, Machado, Leda Maria Vieira. **Além da Segurança Psicológica: um modelo organizacional para as Novas Organizações que Aprendem (e Inovam) (NOA)**. Rio de Janeiro: Alta Books, 2022.