



A IMPORTÂNCIA DO PSICÓLOGO ORGANIZACIONAL NAS AÇÕES QUE VISAM PREVENIR O STRESS NO AMBIENTE DE TRABALHO

ALLAN RIBEIRO CAMARGO*; MARCIA SUMIRE KUROGI DINIZ**; WIDIANE DE SOUZA CRUZ***

*Discente do curso de Psicologia pela Faculdade Metropolitana de Anápolis – FAMA.

**Doutora em Psicologia pela PUC-GO e Psicóloga Organizacional na APAE Anápolis – GO

*** Discente do curso de Psicologia pela Faculdade Metropolitana de Anápolis – FAMA

Com as organizações em constante transformações, a dinâmica no mundo do trabalho proporciona situações em que o trabalhador se depara com a necessidade de realizar atividades cada vez mais rápidas e complexas, favorecendo assim, vivências de prazer, mas também de sofrimento. Quando este último ocorre, proporciona inúmeras reações desgastantes por parte do trabalhador, como por exemplo: o stress, foco deste estudo e com a seguinte problemática: qual a importância do psicólogo organizacional nas ações que visam prevenir o aparecimento do stress profissional? Através de uma pesquisa bibliográfica utilizou-se de leituras provenientes de publicações da internet e do meio físico sobre as temáticas: stress profissional e psicologia organizacional. Esta proposta de estudo apresenta os objetivos: compreender como o stress se desenvolve no ambiente de trabalho, assim como suas definições, causas, consequências, prevenções e atuações do psicólogo organizacional e também analisar a importância do psicólogo organizacional nas ações voltadas para a prevenção e diminuição do stress profissional. O stress é uma reação fisiológica comum do corpo humano, mas em grandes quantidades é prejudicial à saúde física, mental, psicológica e social, impactando de forma negativa nas relações sociais do indivíduo, principalmente no ambiente de trabalho. É de responsabilidade do psicólogo organizacional possuir um olhar diferenciado para todas estas questões que envolvam principalmente o aspecto emocional do sujeito no ambiente de trabalho. Diversas são as causas do stress, como o pouco tempo que possui para execução de tarefas complexas, a falta de autonomia, as condições físicas desagradáveis, os conflitos de papéis, as inseguranças no ambiente de trabalho e muitos outros aspectos que propiciam um ambiente que anula o sujeito em todos os sentidos. Estes aspectos estão relacionados a atuação do psicólogo organizacional e quando este profissional não contribui para um ambiente saudável, pode desencadear alto nível do stress, tendo como consequências, por exemplo, a Síndrome de *Burnout* e o Humor Deprimido no Trabalho. Melhorias no clima organizacional, treinamentos de capacitações e valorização do sujeito, aproximação com respeito entre gestores e trabalhadores, assim como diversas ações que propiciam uma qualidade de vida no trabalho prazerosa e humana devem ser implantadas e mantidas pelo psicólogo organizacional.

Palavras-chave: Psicólogo Organizacional. Stress. Trabalho.

REFERÊNCIAS

LIMONGI FRANÇA, Ana Cristina; RODRIGUES, Avelino Luiz. **Stress e trabalho:** uma abordagem psicossomática. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2009.

CODO, Wanderley; SORATTO, Lúcia; MENEZES, Iône Vasques. Saúde Mental. In: ZANELLI, José Carlos; BORGES-ANDRAGE; Jairo Eduardo; BASTOS, Antonio Virgílio Bittencourt (org.). **Psicologia, organizações e trabalho no Brasil.** Porto Alegre: Artmed, 2004.