

Seminário

Riscos Psicossociais nas Forças e Serviços de Segurança

O Papel dos trabalhadores na prevenção dos riscos psicossociais

13 de Maio 2015

Sílvia Silva

silvia.silva@iscte.pt

Escola de Gestão, Business Research Unit
Departamento de Recursos Humanos e Comportamento Organizacional
ISCTE-UII

Uma sociedade avançada não deve reforçar mitos do século 19



"Remember, as long as you've got your health, you probably aren't working hard enough."

Lembra-te, enquanto tiveres a tua saúde provavelmente ainda não estás a trabalhar muito



"Aside from ulcers, heart attacks, bypass surgery, drug and alcohol problems, and broken families, a little hard work never hurt anyone!"

Se não contarmos com as úlceras, problemas de coração, problemas de álcool e drogas e famílias desfeitas, muito trabalho nunca fez mal a ninguém"

Definição de Saúde

OMS

“um estado completo de bem-estar físico, mental e social, e não meramente a ausência de doença ou enfermidade”

Preamble to the Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference, New York, 19-22 June, 1946 signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of the World Health Organization, no. 2, p. 100) and entered into force on 7 April 1948.

ISCTE  Instituto Universitário de Lisboa

Definição de saúde ocupacional

OIT e OMS (1950)

A promoção e manutenção do **mais elevado bem-estar físico, mental e social em todas as profissões**, procurando a prevenção de problemas de saúde causados pelas condições de trabalho, a protecção dos trabalhadores relativa à exposição a riscos, e um ambiente de trabalho adaptado ao trabalhador.

(citado por Silva & Tavares, 2012)

ISCTE  Instituto Universitário de Lisboa

Riscos Psicossociais

- Aspectos relacionados com o trabalho (desenho, organização e gestão do trabalho) e com contextos sociais e ambientais do trabalho,



- que têm o potencial de causar danos físicos ou psicológicos ou sociais.



(e.g., Cox and Griffiths, 1995)

ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

Alguns exemplos dos efeitos negativos: para o indivíduo

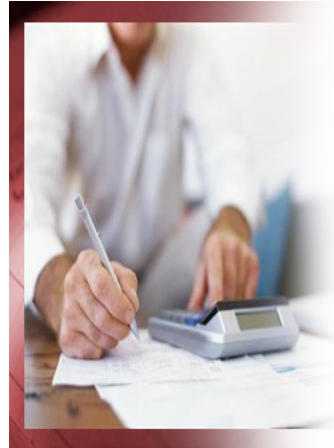
- *Stress, Burnout* e Depressão
- Dificuldades de concentração
- Problemas familiares
- Problemas relacionados com o uso de drogas e álcool;
- Vários problemas de saúde física



ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

Alguns exemplos dos efeitos negativos para a organização

- Menor desempenho/produtividade
- Maior absentismo
- Presentismo
- Aumento dos acidentes de trabalho



ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

Vários estudos nas forças policiais

Exemplo: Houdmont (2012,2013) no Reino Unido

- 38.4% a 45.2% dos polícias com stress
- 58.6% acima do limiar mínimo de elevada exaustão emocional
- os polícias que tinham stress tinham: a) 12 vezes maior probabilidade de terem burnout; b) o dobro da probabilidade de intenção de saída da polícia; c) pior desempenho

ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

Vários estudos nas forças policiais

Exemplo: Houdmont (2012,2013) no Reino Unido

Causas identificadas (referidas por > 50% dos polícias)

- Não serem consultados sobre mudanças no trabalho
- Trabalho intensivo
- Negligência de algumas tarefas devido a excesso de trabalho
- Falta de controlo
- Intervalos insuficientes



ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

HOME » NEWS » WORLD NEWS » EUROPE » FRANCE

French police chief committed suicide after Charlie Hebdo attack

Limoges deputy director of regional judicial police committed suicide hours after being tasked with investigating the family of one of the Charlie Hebdo victims



Heïric Fredou, 45, the deputy director of the regional judicial police in Limoges

POLICE SUICIDE IS AN ALARMING PROBLEM RARELY DISCUSSED PUBLICLY by Claude Lewis, The Philadelphia Inquirer

Stress is taking its toll on police officers throughout the nation, though it is a problem that many departments do not discuss publicly.

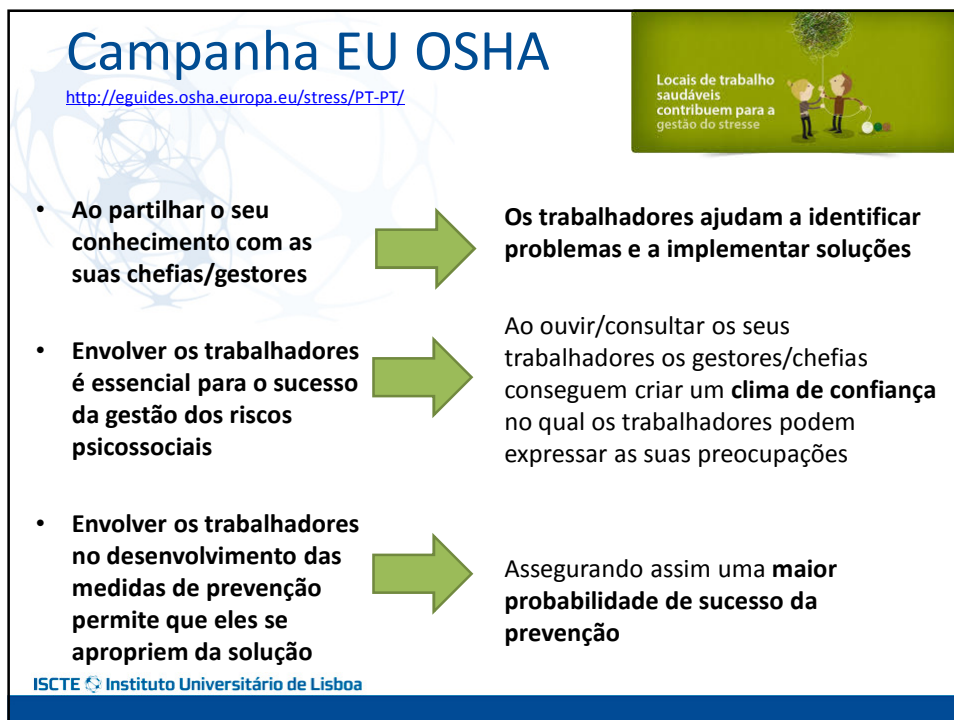
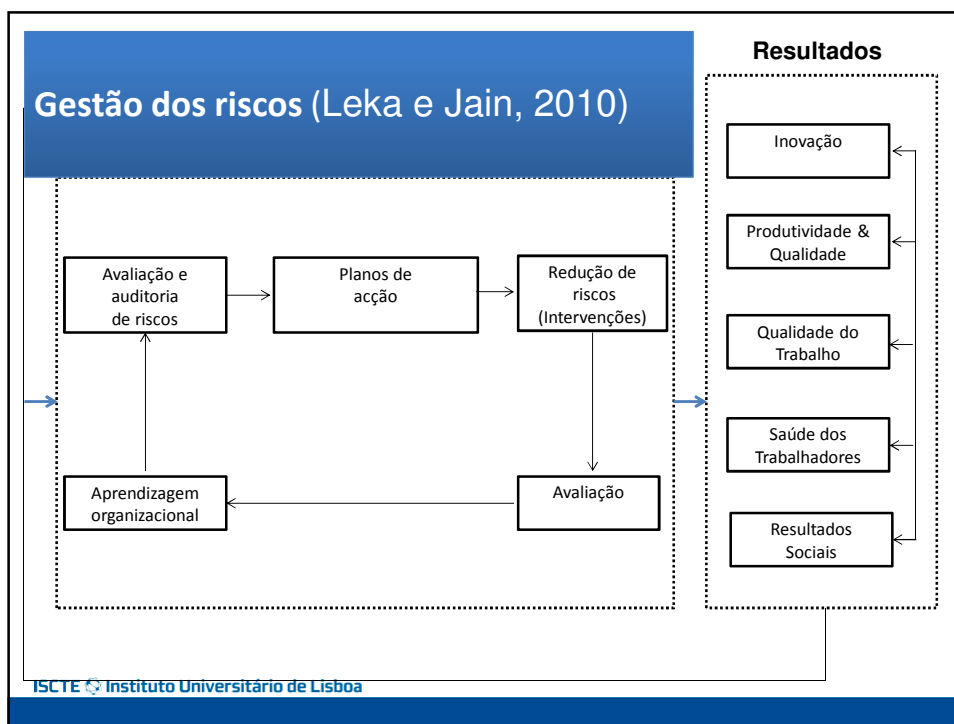
"It's difficult to put your arms around the problem, when so few people are willing to talk about it," said Conner, a police officer. "It's a serious problem, but not many will discuss it."

New York City has a different attitude. Last week, police brass became so alarmed at the number of suicides among officers that it set in motion a new program to recruit and train cops as peer counselors.

In a police force of more than 30,000, suicides among officers have been on the rise. Fourteen uniformed men killed themselves last year. Others attempted suicide but were thwarted by alert officers who intervened in time.

A recent study revealed that New York City officers kill themselves at a rate of 29 per 100,000 a year. The rate of suicide in the general population is 12 per 100,000. Most of the victims are young males with no record of misconduct who shoot themselves while off duty.





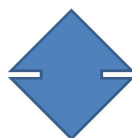
Campanha EU OSHA

<http://eguides.osha.europa.eu/stress/PT-PT/>

Locais de trabalho
saudáveis
contribuem para a
gestão do stress



Trabalhar em conjunto requer um diálogo contínuo nos dois sentidos entre chefias/gestores e trabalhadores



- Falar uns com os outros,
- Ouvir as preocupações de ambos
- Partilhar *perspectivas*

ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

O Papel do trabalhador Exemplos

Prevenção Primária

Em relação aos *outros trabalhadores*:

- Dar apoio aos colegas
- Contribuir para boas relações interpessoais cultura de boa comunicação
- Participar nas acções de prevenção que sejam realizadas
- Não ser “**fonte de risco**” para os colegas



ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

O Papel do trabalhador

Exemplos

Prevenção Primária

Em relação a si:

- Estar informado
- Procurar ter hábitos saudáveis (descanso, alimentação, exercício)
- Procurar fortalecer os seus recursos pessoais



ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

O Papel do trabalhador

Exemplos

Prevenção Secundária:

- Participar em programas ou apoios que lhe possam ser dados para lidar com os factores de risco
- Aprender a gerir o tempo; relaxar; etc



ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

O Papel do trabalhador

Exemplos

Terciária

- Reconhecer quando precisa de ajuda



ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

Essencial

- **OWNERSHIP : APROPRIAR-SE!**

- **Fortalecer!**
CAPITAL PSICOLÓGICO
RESILÊNCIA



- **PROACTIVIDADE!**



ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

Sentimento de apropriação psicológica

- Sentimento de que algo é “meu”, “nosso”: motiva-nos a proteger e melhorar o “objecto” da nossa apropriação
- Chefias e trabalhadores são actores principais no teatro das operações
- Devem “apropriar-se”, **sentir como sua a responsabilidade pela saúde e bem estar, da prevenção !**

ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

Leka et al., 2010; Avey et al., 2009; Pierce et al., 2002

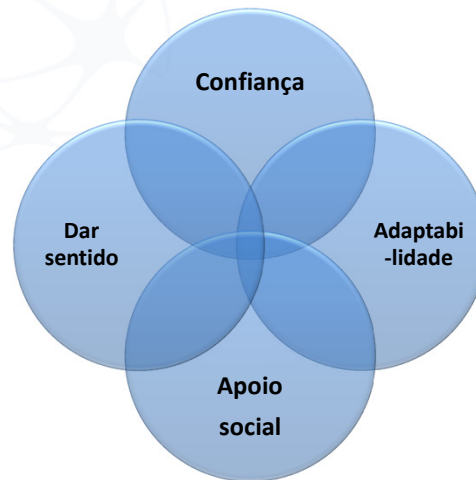
Capital psicológico



ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

Luthans F., & Youssef, C.M. (2004). Human, social, and now positive psychological capital management: Investing in people for competitive advantage, *Organizational Dynamics*, 33(2), 143-160.

Resiliência



ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

e.g., Cooper et al., (2013)

Cidadania e Proactividade

- **Comportamentos que não são “obrigatórios” mas que ajudam a desenvolver um ambiente que sustenta a segurança.**
- Comportamentos relacionados não apenas com a saúde e segurança do indivíduo que desempenha o comportamento, mas também dos membros da sua equipa de trabalho.

ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

e.g., Van Dyne et al., 1995; Neal e Griffin, 1997, Organ et al., 2006; Frese e Fay, 2001

Exemplos

Ajudar

Voluntariar-se para pertencer a comissões
Ajudar os colegas de equipa a aprender práticas de trabalho seguras

Fazer-se ouvir

Fazer recomendações sobre saúde e segurança
Falar e encorajar os outros a serem envolvidos em temas de saúde e segurança

Proteger os outros

Proteger os membros da equipa de situações perigosas
Prevenir que os colegas sejam lesionados no trabalho
Actuar de forma a que não hajam violações à segurança com vista a proteger o bem-estar dos outros membros da equipa

IS

Exemplos

Monitorizar

Dizer aos colegas para seguirem os procedimentos de segurança e que as violações não são toleradas
Monitorizar novos membros da equipa para garantir que trabalham de forma segura

Manter-se informado

Participar voluntariamente em reuniões sobre saúde e segurança
Manter-se informado sobre as mudanças nas políticas e procedimentos de saúde e segurança

Dinamizar mudanças

Tentar melhorar os procedimentos de saúde e segurança e tentar mudar as políticas e procedimentos para os tornar mais seguros

ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

Prevenção Participativa dos Riscos Psicosociais Emergentes nas PME'S

<http://risksinsmes.wix.com/risksinsmes>



Participative Prevention of Psychosocial Emergent Risks in SMEs

Home Overview Project Team Survey Workshop Toolkit Informations and Documents Contacts



ISCTE Instituto Universitário de Lisboa

PREVENÇÃO E PROJETOS CONJUNTOS!

VÁRIOS PARCEIROS, POR EXEMPLO:
UNIVERSIDADES/COMUNIDADE CIENTÍFICA; ACT; REPRESENTANTES DE TRABALHADORES E DE EMPREGADORES; EMPRESAS; ONGS;



Bem-estar no e com o trabalho!

**Muito Obrigada
pela vossa
atenção!**

silvia.silva@iscte.pt

ISCTE Instituto Universitário de Lisboa