

## **Imersão em Gestão dos Riscos Psicossociais no Trabalho**

### **OBJETIVO**

Sensibilizar, informar, orientar e ampliar conhecimentos, expandindo a visão e a consciência de modo a capacitar profissionais de forma técnica e humana para a implantação de um novo modelo de gestão orientado para os fatores de riscos psicossociais no trabalho, atendendo as demandas da NR01 do MTE.

### **PÚBLICO**

Administradores, engenheiros, técnicos, ergonomistas, psicólogos, médicos, assistente social, enfermeiros, fisioterapeutas, profissionais de RH, profissionais de SSO, gestores, líderes, empresários e todos os profissionais que se interessam por criar ambientes saudáveis, seguros e produtivos.

**Modalidade:** On Line Síncrona | (18h de aula síncrona).

### **MÓDULO 1**

Introdução aos Riscos Psicossociais e Saúde Mental no Trabalho

O Cenário Atual. Por que tanta urgência!

A Legislação Atual

O que é Risco Psicossocial e o que não é!

Cenários, Cultura, Contextos e sua relevância

A Vulnerabilidade Humana

Fatores X Riscos: as diferenças

O que representa Saúde Mental no contexto Organizacional

Tabus, Estigmas e Crenças Limitadoras

### **MÓDULO 2**

Avaliação e Mapeamento dos Fatores de Riscos Psicossociais

Mapeamento dos Fatores de Riscos Psicossociais, Métodos e técnicas

O Passo a passo até o Relatório Conclusivo

Avaliação dos Riscos Psicossociais no Trabalho

PGR e GRO

Riscos Psicossociais no PGR

Case de Benchmarking

Indicadores de Riscos Psicossociais

Monitoramento e Gestão de Projetos

### **MÓDULO 3**

Gestão do Estresse e a Cultura do Cuidado

Cansaço, Estresse e Exaustão

Sobre o Estresse e como identificá-lo

Síndrome de Burnout, o que significa e como evitar

Sobre Inteligência Emocional e sua relevância na autogestão

A Sociedade do Cansaço e a Cultura do Medo

Avalie seu estresse e mude hábitos!

Melhores Práticas e Culturas Inspiradoras

### **MÓDULO 4**

O Processo de Implantação e Ações práticas, passo a passo

O que significa Gestão de Pessoas quando o foco é o Risco Psicossocial

A Processo, os ajustes e realinhamento, o que muda?

Quem sofre riscos psicossociais?

Como a transição acontece? O que mudou na gestão das pessoas?

Abordagens em níveis estratégicos, tático e operacional

Como um líder pode influenciar a saúde mental do trabalhador

Atitudes do Líder: o que fazer e o que evitar?

Liderança Educadora

O Poder do trabalho multidisciplinar

### **MÓDULO 5**

Educação SocioEmocional, Segurança Psicológica, Comunicação Não Violenta

Segurança Psicológica e o Projeto Aristóteles

Como impacta na saúde, na segurança e na cultura organizacional

Por que é importante e como desenvolver

A Prática do Feedback

Comunicação Não Violenta

O que significa

Como praticar?

Por que é tão difícil?

Educação SocioEmocional começa pela alfabetização psicossocial

Valores| Atitudes| Cultura

As Macro competências e seus subfatores:

Autogestão

Engajamento com os outros

Amabilidades

Resiliência

Abertura ao novo

Como desenvolver?

## **MÓDULO 6**

Plano de Ação na Prática

Propósito e Visão

Princípios Estruturantes

O que não é plano de ação

Identifique o público

Planejamento por Eixo

Organização do Trabalho

Relações de Trabalho

Liderança como fator de proteção

Suporte Organizacional

Melhoria Contínua: indicadores, monitoramento e ajustes

Cultura do Cuidado: políticas, normas, governança

A Formação de Comitês (participação dos trabalhadores)

- Base teórica e fundamentos
- Atendimento Psicossocial
- Rodas de Conversa
- Grupos de Apoio
- Grupo de Gestores
- Treinamento para Enfrentamento de Riscos Psicossociais
- Primeiros Socorros Psicológicos



- Primeiros Socorros em Saúde Mental

- Avalie a sua condição para ajudar

- A prática do autocuidado

**\* Certificado com selo de excelência em Gestão dos Riscos Psicossociais**