

**Psicologia Positiva como prevenção do adoecimento mental nas Organizações: Uma**

**Revisão Sistemática**

**Erlaine C. Oliveira e Núbia H. P. Rodrigues**

**Orientadora: Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Margareth Regina V. de Faria**

**Universidade Evangélica de Goiás**

**Nota dos Autores**

Erlaine Cristina Oliveira, curso de Psicologia, Universidade Evangélica de Goiás; Núbia Honorato Pereira Rodrigues, curso de Psicologia, Universidade Evangélica de Goiás.

Agradecemos a todos aqueles que nos apoiaram para a conclusão desse curso. Este trabalho não seria possível sem aqueles que depositaram confiança em nós desde o início e nunca duvidamos de nossa capacidade.

Eu, Erlaine, quero agradecer principalmente a duas pessoas muito especiais que fizeram possível não parar os estudos durante o curso, Beth e Mar. Beth, com sua generosidade, contribuiu com recursos financeiros, quando pensei não mais poder prosseguir. Meus filhos, Amanda e Hudson, que sempre acreditaram em mim, sendo a base de meus esforços. E, por fim, ao querido amigo Sol, que foi peça importante, principalmente no primeiro ano, com seu apoio em todas as áreas.

Eu, Núbia, quero agradecer primeiramente a Deus que me permitiu e me capacitou para que eu chegasse até aqui. Ao meu esposo, Alessandro, que contribuiu em todos os aspectos, principalmente, acreditando que eu seria capaz. Obrigada Amor! À minha mãe, por ter sonhado com cada detalhe desse momento. Aos meus filhos, que direta ou indiretamente, colaboraram com a realização desse sonho. Aos que acreditaram e aos que não acreditaram em mim, pois igualmente contribuíram, me impulsionando a ir além. E, finalmente, ao meu amado pai, *in memoriam*, que me ensinou o verdadeiro sentido de estar aqui e tenho certeza que estaria vibrando com esse momento.

Contato: [erlaine.cristina@hotmail.com](mailto:erlaine.cristina@hotmail.com)

Contato: [psinubia.honorato@gmail.com](mailto:psinubia.honorato@gmail.com)

**Resumo**

Analisando a obra de Dejours, *A Loucura do Trabalho*, e como esse assunto vem se desenvolvendo nos últimos anos, este estudo propõe uma busca de técnicas da abordagem da Psicologia Positiva na prevenção dos transtornos e adoecimentos mentais no ambiente de trabalho. É reconhecível que a Psicologia Positiva tem como fundamento valorizar os aspectos positivos do ser humano, portanto, a realização deste trabalho balizou a revisão sistemática de artigos dos últimos cinco anos, nas bases de dados Lilacs, Scielo, PePSIC e Google acadêmico, com os seguintes descritores: “Psicologia Positiva”, “Adoecimento Mental” e “Organizações”, no idioma português. Conforme os critérios de inclusão, 19 artigos foram avaliados nesta revisão.

**Palavras-chave:** psicologia positiva, adoecimento mental, organizações

### A Loucura do Trabalho

Nos últimos anos, muitos psicólogos e pesquisadores têm cada vez mais se preocupado com os casos recorrentes de adoecimento no âmbito do trabalho associado a transtornos mentais ou distúrbios psiquiátricos. Estudando a obra de Dejours, “A Loucura do Trabalho”, pode-se avaliar que grande parte do sucesso do autor em tratar o assunto, sobre insanidade e labor, se encontra em três aspectos: as relações entre trabalho e saúde mental, o seu método de investigação e a forma pelo qual os trata.

Desse modo, o que mais chama atenção no seu trabalho são exatamente as questões que ele se propõe a responder: como fazem os trabalhadores para resistir aos ataques ao seu funcionamento psíquico provocados pelo trabalho? O que fazem para não enlouquecerem? Essa é a resposta que também se busca neste trabalho. Como podemos encontrar formas de evitar ou atenuar o adoecimento mental? Quais ferramentas e estratégias podem ser usadas? O objeto de estudo deixa de ser a loucura e passa a ser o sofrimento no trabalho, o que seria comum na dinâmica da empregabilidade na atualidade do século XXI, mas implica uma série de mecanismos que causam angústia e, ao longo do tempo, variados transtornos mentais.

Ante tal perspectiva, Dejours (2015) pontua que o papel das organizações do trabalho é estabelecer a força que o trabalhador precisa para manter a saúde mental. O autor compreende por *organização do trabalho* não só a divisão do trabalho e ritmo desse trabalho entre os trabalhadores, mas também a divisão dos homens e a divisão de tarefas que representam. Quando a organização do trabalho não coloca o homem como sujeito pensante e de responsabilidade fora de movimentos meramente operacionais, bloqueando seu crescimento mental, emocional e psíquico, surge então um sofrimento patogênico.

De acordo com Marazzo et al. (2017), os comportamentos mais apresentados, no que se refere à violência psicológica, notoriamente são: a constante imposição para atingir metas, induzindo rivalidade sem observação de ética; o controle frequente em cima do colaborador; o emprego de estratégias que não permitem a autonomia do sujeito; a incitação entre membros da mesma equipe e áreas diversas em busca de metas e resultados individuais; a avaliação do desempenho sem observação de métodos, validando apenas a consequência sem dar condições de reversão do quadro; e a ameaça de demissão e degradação dirigida ao grupo de trabalhadores que não atingem o resultado esperado.

Lázaro Camargo et al. (2018), em seu estudo, relata que o trabalho contribui significativamente para a configuração da identidade humana e isso se evidencia nas camadas sociais. O indivíduo sem trabalho digno acaba por deixar de compreender o seu significado e o

## 4 PREVENÇÃO DE DOENÇAS MENTAIS NO TRABALHO

grau de afetividade em sua relação com o mundo. Uma vez que o trabalhador é desrespeitado, o trabalho pode ser fonte de mal estar e sofrimento, principalmente quando o trabalhador não se sente valorizado, enfrentando um ambiente hostil e inseguro. Segundo Dejours (2015, p. 37),

[...] para que uma doença seja reconhecida, para que se resigne a consultar um médico, para que se aceite ir ao hospital, é preciso que a doença tenha atingido uma gravidade tal que ela impeça a continuidade, seja da atividade profissional, no caso dos homens, seja das atividades domésticas e familiares, no caso das mulheres.

Em se tratando de pesquisas mais recentes, Rocha (2020), em sua tese, trabalha o fator adoecedor do culto da performance no trabalho contemporâneo e a doença mental como teoria medidora, o que inclui a hiperindividualização de Ehrenberg(2010), na qual o trabalhador precisa produzir cada vez mais. Essa é a nova técnica que os empregadores estão aplicando em termo de motivação para obter maior produtividade. A técnica de hiperindividualização, por sua vez, pode criar vários grupos de indivíduos voltados para si mesmos, com preocupação em rendimento próprio, cada um buscando sua posição e valorização, acarretando riscos, como a depressão e outros transtornos mentais cada vez maiores e mais incidentes. Conforme explica Ehrenberg (2010, p. 12),

[...] a depressão começou a surgir quando o modelo disciplinar de comportamentos, as regras de autoridade e a observância de tabus que davam às classes sociais e aos dois sexos um destino específico, rompiam normas que nos convidavam a empreender a iniciativa pessoal ao exigir sermos nós mesmos.

Rocha (2020) cita em sua obra o relatório emitido pela OMS em 2017 (Nações Unidas do Brasil, 2017): entre 2005 e 2015, o índice de pessoas com depressão aumentou 18%, sendo que, no Brasil, já são 11,5 milhões de pessoas afetadas pela doença. Segundo os dados da OMS, em 2020, a depressão será a maior causa de afastamento do ambiente de trabalho. Na mesma obra, é citado o estudo realizado no Brasil por Corrêa e Rodrigues (2017), que reconheceu a relação entre o trabalho e a depressão.

### **A Psicologia Positiva**

Com o surgimento da Psicologia Positiva no início do século XXI, uma nova perspectiva aparece como tentativa de romper com o viés do fenômeno negativo e ampliar as condições de

vida saudável em vez de se buscar apenas prevenir e curar as doenças. É importante ter olhar atento para a relação do homem com o trabalho, observando a negligência que existe nas organizações a respeito da saúde e o bem-estar do trabalhador, considerando a humanização no ambiente laboral.

Estudos recentes oferecem estratégias de prevenção ao adoecimento mental no ambiente de trabalho, considerando a autonomia e criatividade dos colaboradores como pontos importantes na dinâmica laboral. A Psicologia Positiva vem contribuir para o bom funcionamento entre as pessoas em seu ambiente de trabalho, buscando fortalecer as competências e potencialidades do colaborador, ao invés da correção de possíveis pontos fracos, visto que, são vários os fatores que têm contribuído para que os colaboradores apresentem uma ou mais disfunção mental por causa do trabalho que exercem.

### **Objetivos**

Ao idealizar esse trabalho, o objetivo principal foi realizar uma busca nos principais dados de publicações científicas sobre propostas de prevenção e tratamento do adoecimento mental nas organizações, por meio da Psicologia Positiva.

O presente trabalho teve ainda como objetivo buscar na literatura científica materiais publicados sobre novos fatores causadores de transtornos mentais nas organizações. Como o trabalho contemporâneo tem contribuído para o aumento dos transtornos mentais oriundos do mundo organizacional, buscamos nessa literatura estudos de caso em que o uso da Psicologia Positiva norteou a prevenção e o tratamento do adoecimento mental dos colaboradores nos seus ambientes.

### **Método**

O presente estudo se trata de uma revisão sistemática de artigos publicados nos últimos cinco anos, conduzida de acordo com a metodologia *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta - Analyses* (PRISMA). As buscas foram realizadas e separadas em quatro bases de dados: *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC), Portal do Google acadêmico e Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs). Como descritores, foram utilizados na busca “Psicologia Positiva”, “Adoecimento mental” e “Organizações”. Foram efetuadas buscas em Língua Portuguesa.

Os descritores mencionados foram empregados com intuito de identificar as possibilidades da utilização da Psicologia Positiva nos vários contextos pertinentes aos ambientes de trabalho no âmbito das organizações. As buscas se deram primeiramente na plataforma PePSIC. Em seguida, consultou-se Lilacs, Scielo e, por último, o Google acadêmico.

Durante a análise dos títulos, dos artigos contemplados no portal PePSIC, entre 12 documentos encontrados, foram resgatados 8; após leitura e análise, 4 foram excluídos por não conterem a temática em questão e somente 4 foram utilizados, por apresentarem a abordagem em pauta. No portal LiLacs, dos 24 documentos encontrados, foram resgatados e analisados 12, excluídos 11 e inseridos no trabalho apenas um, por ter relação com o assunto em perspectiva.

No portal Scielo, não apareceu nenhum resultado com os descritores, nem mesmo através de termos separados. Porém, no portal do Google Acadêmico, há documentos oriundos desse portal. No Google Acadêmico, uma gama de 16.700 documentos com títulos compondo os descritores foram encontrados. Para coleta de dados, foram abertos os títulos das primeiras 10 páginas do portal, analisando-se somente os que apresentassem alguma correlação com o tema proposto. Assim, foram abertos 29 artigos, sendo que 15 não tratavam da temática específica, e 14, apesar de apresentarem relação, nem todos comungavam especificamente do tema do adoecimento mental nas organizações e da Psicologia Positiva como proposta de intervenção ou prevenção.

## **Resultados**

Através de buscas no portal PePSIC, não foi possível identificar nenhum documento com todos os descritores agregados, colocando somente adoecimento mental e organizações, por isso, não foi possível obter sucesso no que se refere à seleção de textos para a composição do *corpus* teórico. Com os descritores Psicologia Positiva e Organizações, a plataforma apresentou 189 resultados, filtrando para período menor que 5 anos, apresentaram 12 documentos. Destes, 4 possuem relação com essa pesquisa, 8 são voltados para questões de saúde pública, seguridade social, violência, adolescentes e tabagismo, dentre outros.

No portal do Lilacs, com todos os descritores, a busca se deu como no portal PePSIC,. Não apresentou, com isso, resultado. Colocando somente os descritores “adoecimento mental” e “organizações”, foram encontrados, igualmente, 12 títulos. Destes, 3 estão em duplicidade,

3 não correspondem à pesquisa de interesse. A partir daí, 6 foram analisados, 2 foram aprovados e 4 não foram aproveitados, por serem estudos que tiveram suas datas de publicação superior a 5 anos.

Os resultados de buscas e pesquisas no portal Scielo se mostraram bem parecidos com os outros acima descritos, não tendo nenhum resultado para os descritores em conjunto, bem como adoecimento mental e organizações. Separando a busca, ou seja, se valendo de grupos de palavras como Psicologia Positiva, houve apenas um resultado que não corresponde ao assunto em questão, por isso, foi excluído.

Por último, a pesquisa se deu no portal do Google acadêmico, único portal que apresentou resultados com todos os descritores agregados, apresentando aproximadamente 24.200 resultados. Ao limitar para período menor que 5 anos esse número foi reduzido para 16.700 trabalhos armazenados em repositórios e acervos virtuais.

Durante as pesquisas, foi encontrado o material do Ministério da Saúde publicado em 2001 que descreve as doenças mentais relacionadas com trabalho.

#### LISTA DE TRANSTORNOS MENTAIS E DO COMPORTAMENTO RELACIONADOS AO TRABALHO, DE ACORDO COM A PORTARIA/MS N.º 1.339/1999

- Demência em outras doenças específicas classificadas em outros locais (F02.8)
- Delirium, não-sobreposto à demência, como descrita (F05.0)
- Transtorno cognitivo leve (F06.7)
- Transtorno orgânico de personalidade (F07.0)
- Transtorno mental orgânico ou sintomático não especificado (F09.-)
- Alcoolismo crônico (relacionado ao trabalho) (F10.2)
- Episódios depressivos (F32.-)
- Estado de estresse pós-traumático (F43.1)
- Neurastenia (inclui síndrome de fadiga) (F48.0)
- Outros transtornos neuróticos especificados (inclui neurose profissional) (F48.8)
- Transtorno do ciclo vigília-sono devido a fatores não-orgânicos (F51.2)
- Sensação de estar acabado (síndrome de burnout, síndrome do esgotamento profissional) (Z73.0)

Segue, abaixo, a Tabela 1 que detalha a exposição da busca dos artigos nos portais pesquisados e o fluxograma da pesquisa de buscas.

**TABELA 1** – Resumo dos resultados da busca

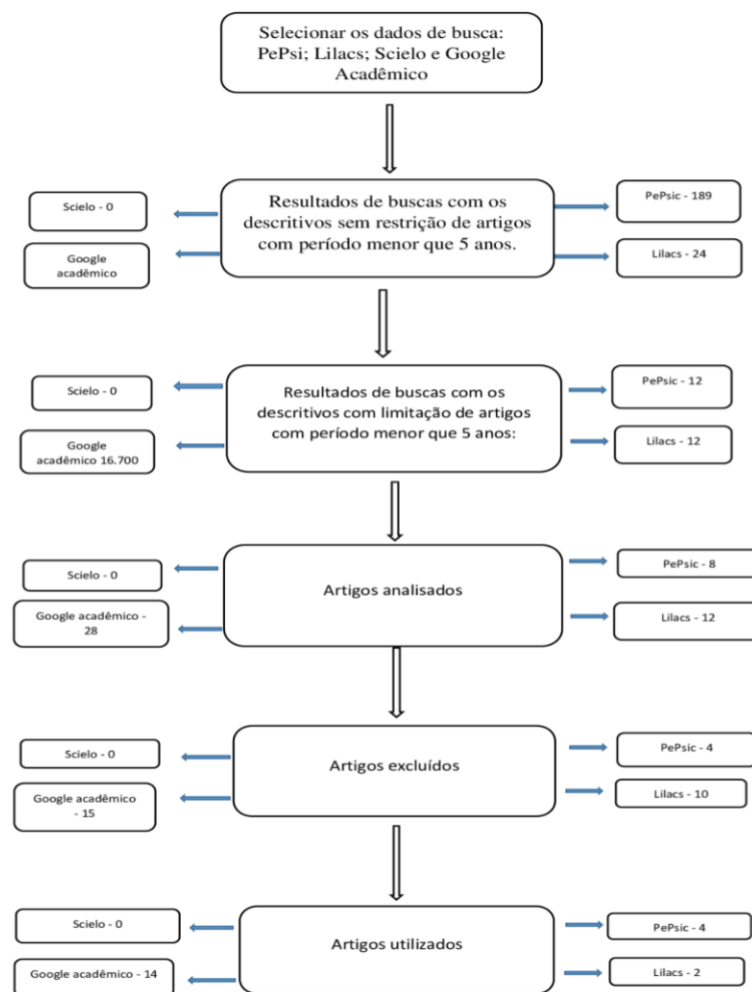
Bases de dados	Artigos apresentados nas bases	Artigos resgatados e analisados	Artigos excluídos	Artigos incluídos no artigo
----------------	--------------------------------	---------------------------------	-------------------	-----------------------------



PePSIC	12	8	4	4
LILACS	24	12	11	1
SCIELO	0	0	0	0
Google acadêmico	16.700	29	15	14

Fonte: Elaborada pelos autores.

Fluxograma dos resultados de busca com os descritivos temáticos.



Tratando-se do estudo de caso em que a psicologia positiva foi utilizada como prevenção ou tratamento do adoecimento mental, não foi encontrado nenhum resultado. Por isso, é possível considerar que se trata de uma abordagem recente da psicologia. Concretizadas as buscas, foram segregados os artigos analisados em planilha de Excel separando por título, dados, autores e embasamento teórico, para uma melhor visualização e separação dos dados.

Abaixo, seguem os artigos selecionados

## Títulos analisados PePSIC

Título	Autores
Trabalho e bem-estar: evidências da relação entre burnout e satisfação de vida	Vazquez, Ana Claudia Souza; Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre. Porto Alegre. BR Santos, Annelise Souza dos; s.af Costa, Paula Vargas; s.af Freitas, Clarissa Pinto Pizarro de; Universidade Salgado de Oliveira. Niterói. BR Witte, Hans de; KU Leuven University. Leuven. BE Schaufeli, Wilmar B; Utrecht University. Utrecht. NL
Avanços na psicologia positiva: bem-estar, engajamento e redesenho no trabalho	Vazquez, Ana Claudia Souza; Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre. Porto Alegre. BR Mendonça, Helenides; s.af Ferreira, Maria Cristina; Universidade Salgado de Oliveira. Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Niterói. BR
Significados de Felicidade orientados pela Psicologia Positiva em Organizações e no Trabalho	Darosci Silva Ribeiro, Andresa; Universidade Federal de Santa Catarina. Faculdade Senac Florianópolis. BR Silva, Narbal; Universidade Federal de Santa Catarina. BR
Resiliência no trabalho: revisão bibliométrica sistemática no contexto brasileiro e itinerários da produção nacional	Demo, Gisela; Universidade de Brasília. Brasília. BR Oliveira, Áurea de Fátima; Universidade de Brasília. Brasília. BR Costa, Ana Carolina; Universidade de Brasília. Brasília. BR

**Títulos analisados LiLacs****Título****Autores**

Estudo de risco de suicídio e transtorno mental comum em profissionais de um hospital geral no estado de São Paulo

Fernandes, Luana Mendes da Silva.

## Títulos analisados Google Acadêmico

Título	Autores
Estilo de lideranças e sua relação com o adoecimento mental	Vitória Aparecida Almeida Faculdade Patos de Minas Ernane Júnior da Silva Reis Faculdade Patos de Minas Constance Rezende Bonvicini Faculdade Patos de Minas
O impacto do trabalho na saúde mental do indivíduo: Competências sociais e Qualidade de vida	Cristina Helena TiezziLopess Jozeli Aparecida HaracenkoGurkewicz Sandra Regina Alves Pereira Sandro Rogério da Silva e Silva
Estudo sobre o bem-estar no trabalho à luz da psicologia positiva	HOLANDA, Izabela Rocha. Estudo sobre o bem-estar no trabalho à luz da psicologia positiva. 160f. - Dissertação - Universidade Federal do Ceará, Programa de Pós-graduação em Psicologia, Fortaleza (CE), 2019.
Prevenção de adoecimento mental relacionado ao trabalho: a práxis de profissionais do Sistema Único de Saúde comprometidos com a saúde do trabalhador	Heloisa Aparecida Souza Marcia Hespanhol Bernardo
Adoecimento mental e trabalho	Juliana Ribeiro Leite
Ideologia gerencialista e adoecimento mental no trabalho uma análise crítica	Cledinaldo Aparecido Dias Universidade de Brasília <a href="https://orcid.org/0000-0002-7707-9664">https://orcid.org/0000-0002-7707-9664</a> Marcus Vinícius Soares Siqueira Universidade de Brasília <a href="https://orcid.org/0000-0002-4787-7016">https://orcid.org/0000-0002-4787-7016</a> Andreia Pereira Silva Morais Universidade de Brasília <a href="https://orcid.org/0000-0003-2537-4554">https://orcid.org/0000-0003-2537-4554</a> Kever Bruno Paradelo Gomes Instituto Federal de Brasília <a href="https://orcid.org/0000-0001-9398-3277">https://orcid.org/0000-0001-9398-3277</a>

Trabalho e loucura: O adoecimento do sujeito nas organizações	Tamiris Vitorino da COSTA Henrique Guilherme SCATOLIN
Considerações sobre o assédio moral como fator contribuinte para os episódios depressivos no trabalho: a violência velada e o adoecimento mental do trabalhador	Mário Lázaro Camargo; Natália de Sousa Almeida; Edward Goulart Júnior
Trabalho e Adoecimento Psicossomático: Reflexões sobre o Problema do Nexo Causal	Laís Di Bella Castro Rabelo Julie Micheline Amaral Silva Maria Elizabeth Antunes Lima
O Perfil profissional do século XXI e os possíveis riscos de adoecimento mental	Rafael Figueiras Falcão Oliveira
(Re)conhecendo o estresse no trabalho: uma visão crítica	Gabriel de Nascimento e Silva
Suporte organizacional e capital psicológico no trabalho: Correlatos em trabalhadores Brasileiros	Nilton S. Formiga Ennio Alves de Sousa Bruna G. O. Freire
Vigilância em Saúde Mental e Trabalho no Brasil: características, dificuldades e desafios	Tania Maria Araújo Tarciso de Figueiredo Palma Natália do Carmo Araújo
O culto da performance: as percepções do trabalho contemporâneo e a saúde mental dos trabalhadores na cidade de Araraquara-SP.	Rocha, T. A. D. (2020).

Na análise dos artigos selecionados no portal PePSIC, percebe-se que os autores contribuíram com suas pesquisas em relação ao adoecimento mental e o trabalho em vários aspectos. O trabalho de Vazquez et al. (2019), por exemplo, contribui com dois estudos, um sobre o *burnout* e a satisfação de vida em trabalhadores, e o outro incluindo a Psicologia Positiva, sob a ótica da visão sistêmica acerca do trabalho e organizações, considerando a saúde e o bem-estar como premissas do contexto laboral e o desempenho dentro do quadro saudável

e positivo das atividades profissionais nas diferentes áreas de trabalho. A pesquisa investiga essa relação pelo modelo teórico *JobDemands-Resources* (JDR), referente à Psicologia Positiva.

Outro ponto que merece destaque é o trabalho de Darosci e Silva (2018). Estes pesquisadores realizaram um estudo bibliográfico (estado da arte), teorizando a respeito de felicidade no trabalho. Seus significados são conferidos ao constructo na subárea de conhecimento da Psicologia Positiva nas Organizações e no Trabalho. O artigo sobre resiliência de Demo et al. (2017) baseia-se no ponto de vista contextual de que, na modernidade, o ambiente de trabalho exige cada vez mais que o trabalhador seja flexível e capaz de se adequar constantemente às novas exigências e desafios, que, por sua vez, tornam o ambiente competitivo em demasia e propenso a ambientar situações que desencadeiam efeitos psicológicos potencialmente patológicos.

No portal Lilacs, coletou-se artigo de Fernandes (2018). Esse texto deu sustentação para se embasar um estudo sobre a problemática da organização das instituições de saúde, aderindo modelos industriais, causando adoecimento mental e propensão a comportamentos suicidas em profissionais de saúde que atuam nesses espaços. O autor salienta que a atuação de profissionais da Psicologia se tornou indispensável nos espaços laborais.

Os documentos coletados no portal Google Acadêmico, como é o caso do estudo elaborado por Almeida et al. (2020), faz uma avaliação de como os tipos de liderança organizacional influencia diretamente nos quadros de saúde mental dos liderados/colaboradores, apontando para a inferência de como um líder adoecido pode causar vários transtornos em sua equipe. Já o estudo de Lopess et al. (2017) promove uma avaliação sobre a interlocução entre trabalho e saúde mental e o treino de competências sociais relacionado com a qualidade de vida do trabalhador.

Nessa mesma seara, Holanda (2019) desenvolveu um estudo sobre a Psicologia positiva e seus fundamentos psicossomáticos/sociais do bem-estar, da felicidade, da gratidão, da esperança, do otimismo, relacionando-os às potencialidades do ser humano e sua aplicabilidade no cotidiano do trabalhador/colaborador. A pesquisa de Souza (2019) objetiva identificar e analisar a práxis de profissionais da área da saúde pública que compreendem a complexidade presente no processo de saúde-adoecimento mental, considerando os aspectos relacionados às situações de trabalho. O artigo de Leite (2018) aborda o adoecimento mental no ambiente de trabalho de vendedores, como por exemplo a pressão por bater metas de vendas e como isso causa danos emocionais e psíquicos. O trabalho de Dias et al. (2019) vem trazer, à luz da crítica

organizacional, um ensaio teórico com o objetivo de discutir os reflexos da ideologia gerencialista na organização do trabalho e no adoecimento mental do trabalhador.

O artigo “Trabalho e Loucura”, de Costa e Scatolinn (2017), descreve sobre o adoecimento do sujeito nas organizações, apontando como o trabalho e suas pressões são causadoras e corroboradas do adoecimento mental. Outro artigo que integra esse nexos causal nas organizações é o dos autores Camargo et al. (2018), que se baseia na violência velada, discorrendo sobre um assunto antigo e atual, que é o assédio moral nas organizações. O trabalho denota como as punições veladas infringidas ao trabalhador impedem ou dificultam que o assédio seja denunciado.

A pesquisa de Rabelo et al. (2018) traz uma reflexão a respeito da relação entre fatores patogênicos presentes na organização de trabalho e o desenvolvimento de doenças psicossomáticas em trabalhadores. Oliveira (2018), em seu artigo, elucida como o adoecimento mental é responsável pelo afastamento do posto de trabalho, por conta de metas, regras severas, críticas negativas e a constante cobrança para aprimoramento. O artigo de Silva (2019) aborda uma narrativa de como o ambiente laboral tornou-se um lugar adoecedor. O artigo de Formiga et al. (2018) trouxe a proposta de avaliar a relação entre as variáveis do suporte organizacional e o capital psicológico no trabalho por meio de teste de Pearson. Araújo et al. (2017) abordam, em seu artigo, as dificuldades e os desafios da Vigilância em Saúde Mental Relacionada ao Trabalho (SMRT) no Brasil. Na sua tese, Rocha (2020) traz a complexidade da hiperindividualização do sujeito como meio de obter mais resultados e produção. Com toda essa problemática, o colaborador, por receio de perder o posto de emprego, vai se sujeitando a situações constrangedoras e inibidoras.

Os transtornos mentais como depressão, ansiedade, síndrome do pânico entre outras têm aumentado e as organizações não têm dado importância. A dificuldade de fiscalizar e controlar os abusos nas organizações corroboram o aumento de casos que dificilmente serão anunciados, quiçá tratados.

Rocha (2020) busca compreender o trabalho e sua contemporaneidade, suas novas dinâmicas e psicodinâmicas, os desafios que o trabalhador enfrenta com as novas tecnologias, necessidades constantes de adaptação e melhoria, bem como a insegurança constante da perda do seu posto de trabalho. Com isso, sustenta sua teoria balizada no trabalho de Ehrenberg (2010), que não pactua com o processo de hiperindividualização que as organizações têm imposto a seus colaboradores para manter a produtividade em alta. Hoje, as pessoas estão mais informadas sobre seus direitos e sobre as condições de trabalho, visto que não basta mais as

técnicas de motivação sem um objetivo concreto. Com essa hiperindividualização, a competitividade se torna cada vez mais crescente, os riscos maiores e, na mesma proporção, o adoecimento mental.

### Discussão

O presente estudo teve por objetivo pesquisar a temática de prevenção ao adoecimento mental nas organizações e suas implicações por meios das estratégias e técnicas da psicologia positiva. Buscamos compreender, por meio das teorias da psicologia positiva, os eventos que auxiliam na prevenção e intervenção dos transtornos mentais e como utilizar as potencialidades dos trabalhadores em vez de focar nas limitações do sujeito.

Os resultados das buscas foram satisfatórios quanto à quantidade de material sobre o adoecimento mental nas organizações bem como os fatores intrínsecos e implicações. Porém, no que diz respeito ao uso da psicologia positiva na prevenção e tratamento, não houve resultados significativos como esperado. Ainda há poucos estudos sobre Psicologia Positiva, por se tratar de uma abordagem nova. Correlacionando isso com o adoecimento mental, não foram encontrados materiais nas bases de busca que abarcassem o tema proposto.

Os artigos encontrados e selecionados trazem pesquisas e estudos que permeiam a temática. Os temas variam dentro de âmbitos de diferentes tipos de trabalho e contextualizam o adoecimento de aspectos físicos. Em relação a artigos com estudos baseados em aplicação de testes, foram encontrados exemplares com o objetivo de verificar qualidade de vida e satisfação no ambiente de trabalho. Testes para verificação de *Burnout*, pelo modelo JDR(Vazquez et al, 2019), não foram encontrados. Não foram encontrados também nenhum artigo sobre aplicação de testes para verificação de depressão e ansiedade, como o Inventário de Depressão de Beck e outros que configurem a temática, especificamente nas organizações.

Organizações em geral não se interessam em desenvolver trabalhos e projetos dentro da perspectiva de que qualidade de vida engloba mais que aspectos comportamentais de seus colaboradores. No que diz respeito a trabalhos com elevada significação, as organizações investem na informação e divulgação com intuito de prevenção e combate ao suicídio como “Setembro Amarelo”. Mas é um trabalho ainda diminuto, tendo em vista que as informações são passadas durante trocas de turno no formato de leituras rápidas ou em folders nas áreas de descanso, como restaurantes.



Não há um trabalho voltado para essa problemática ao longo do ano. Segundo a Portaria de número 1339 de 1999 (MS 2001), os transtornos mentais e do comportamento estão relacionados com o trabalho, mas é mais voltado à exposição do indivíduo a materiais e situações de riscos.

O Instituto Nacional do Seguro Social só caracteriza o Stress Pós Traumático como doença mental causada pelo trabalho. Os demais transtornos se enquadram dentro de doenças adquiridas no ambiente externo de vida de seus colaboradores e, assim, não ganham maior relevância. Não há documentos probatórios do adoecimento e falta controle por parte da vigilância do órgão de Saúde Mental Relacionada ao Trabalho, com foco na vulnerabilidade dos trabalhadores, como bem aponta Araújo et al(2017).

Contudo, foi possível levantar dados que apontam que o ambiente de trabalho pode ser um local causador de adoecimento mental e que a Psicologia Positiva, ainda que poucas as pesquisas, é um meio de prevenção e tratamento.

### **Considerações Finais**

A pesquisa realizada, como já se evidenciou, teve como objetivo levantar dados de intervenção da psicologia positiva como mediadora na prevenção e tratamento do adoecimento mental nos diversos ambientes de trabalho e, com isso, também levantar novos estudos das causas desse adoecimento, visto que existem muitos estudos, mas que datam de períodos mais distantes. Por isso, este trabalho se limitou a um período de 5 anos.

Muito se fala sobre o adoecimento mental e trabalho desde que Dejours levantou essa causa. Porém, poucos estudos sobre prevenção e cuidados foram encontrados. Considera-se, portanto, que há muito campo a ser pesquisado sobre a Psicologia Positiva e sua inserção nas organizações para promover prevenção do adoecimento mental. A capacitação dos trabalhadores por meio de suas potencialidades busca promover ambientes saudáveis de trabalho.

Essa conclusão se fez mais efetiva pelo fato de haver pouco material encontrado abordando a temática da Psicologia Positiva como evento de prevenção e tratamento de transtornos mentais causados pelo trabalho. A Psicologia Positiva é uma abordagem significativamente nova, que cabe muito campo de estudos e pesquisas e sua aplicação em

diversas áreas o labor organizacional. Diante desse quadro, sugere-se, assim, um trabalho futuro de campo, com pesquisas e aplicações de testes dentro da temática, em áreas específicas com intervenção, utilizando eventos da Psicologia Positiva no contexto laboral.

### Referências

- Araújo, T. M., Palma, T. D. F., & Araújo, N. D. C. (2017). Vigilância em Saúde Mental e Trabalho no Brasil: características, dificuldades e desafios. *Ciência & Saúde Coletiva*, 22, 3235-3246.
- Costa, T. V., & Scatolin, H. G. (2017). Trabalho e loucura: O adoecimento do sujeito nas organizações. *Revista Espacios*, 38(06), 1-22.
- Dejours, C. (2015). *A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho*. São Paulo: Cortez; Oboré.
- Dias, C. A., Siqueira, M. V. S., Morais, A. P. S., & Gomes, K. B. P. (2019). Ideologia gerencialista e adoecimento mental no trabalho: uma análise crítica. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 22(2), 185-198.
- Formiga, N. S., Sousa, E. A., & Freire, B. G. (2018). Suporte organizacional e capital psicológico no trabalho: correlatos em trabalhadores brasileiros. *Revista Psicologia*, 16(50) 1-15.
- Lázaro Camargo, M., de Sousa Almeida, N., & Goulart Júnior, E. (2018). Considerações sobre o assédio moral como fator contribuinte para os episódios depressivos no trabalho: a violência velada e o adoecimento mental do trabalhador. *Semina: Ciências Sociais e Humanas*, 39(2), 129-146.

- Leite, J. R., & Golçalves, A. M. (2018). Adoecimento mental e trabalho. *Revista Brasileira de Ciências da Vida*, 6(1), 12-22.
- Lopess, C. H. T., Gurkewicz, J. A. H., & Pereira, S. R. A. O impacto do trabalho na saúde mental do indivíduo: competências sociais e qualidade de vida. no prelo.
- Marazzo, L. M., Meiriño, M. J., Méxas, M. P., Villela, F. G., & Drumond, G. M. (2017). Assédio moral nas organizações e seus impactos. *Revista Gestão Organizacional*, 10(1), 1-14.
- Ministério da Saúde do Brasil Organização Pan-Americana da Saúde/Brasil Elaboração, (2001) distribuição e informações MINISTÉRIO DA SAÚDE Secretaria de Políticas de Saúde Departamento de Ações Programáticas Estratégicas Área Técnica de Saúde do Trabalhador Esplanada dos Ministérios.
- Oliveira, R. F. F. (2017). *O perfil profissional do Século XXI e os possíveis riscos de adoecimento mental*. (Trabalho de Conclusão de Curso) Centro Universitário Luterano de Palmas, Palma, Tocantins, Brasil.
- Rabelo, L. D. B. C., Silva, J. M. A., & Lima, M. E. A. (2018). Trabalho e adoecimento psicossomático: reflexões sobre o problema do nexos causal. *Psicologia: ciência e profissão*, 38(2), 116-128
- Rocha, T. A. D. (2020). *O culto da performance: as percepções do trabalho contemporâneo e a saúde mental dos trabalhadores na cidade de Araraquara-SP*. (Dissertação de Mestrado). Universidade Estadual de São Paulo, Araraquara, São Paulo, Brasil
- Silva, G. D. N. (2019). (Re) conhecendo o estresse no trabalho: uma visão crítica. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 12(1), 51-61.
- Souza, H. A., & Bernardo, M. H. (2019). Prevenção de adoecimento mental relacionado ao trabalho: a práxis de profissionais do Sistema Único de Saúde comprometidos com a saúde do trabalhador. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 44(26), 1-8.

Holanda, I. R. (2019). Estudo sobre o bem-estar no trabalho à luz da psicologia positiva. (Dissertação de Mestrado) Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, Ceará. Brasil.