

# **ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOLOGIA ORGANIZACIONAL E DO TRABALHO**

## **SAÚDE MENTAL NAS ORGANIZAÇÕES**

<b>Data</b>	<b>10/03/2021</b>
<b>Versão</b>	<b>1.0</b>
<b>Orientadora</b>	<b>Prof<sup>a</sup> Gleiva Rios de Araújo Félix</b>
<b>Autor(es)</b>	Ana Clara Cavalcante Abreu Dayana Rodrigues dos Santos Silva Rosana Carvalho Gomes Sarah Days Viana de Lima

## Revisões do Projeto

Data	Versão	Autor	Descrição
06/03/2021	1.0	Toda equipe	Iniciação do gerenciamento
07/03/2021	1.1	Toda equipe	Definição do Produto
13/03/2021	1.2	Toda equipe	Término do Ger. do tempo
27/03/2021	1.3	Toda equipe	Inclusão do Ger. De Qualidade
01/04/2021	1.4	Toda equipe	Avaliação do projeto
02/04/2021	1.5	Toda equipe	Entrega do projeto
10/04/2021	1.6	Toda equipe	Apresentação do Projeto (Banca)

## Sumário

<b>Gerenciamento do Projeto</b>	<b>6</b>
Introdução do Projeto	6
Propósito do Projeto	6
Benefícios Esperados	6
<b>Gerenciamento do Escopo</b>	<b>6</b>
Definição do Escopo	6
Detalhamento do Escopo	7
Plano de entrega e marcos do projeto	7
Organização inicial do time do projeto	7
EAP - Estrutura Analítica do Projeto	8
<b>Gerenciamento de Tempo</b>	<b>9</b>
Cronograma	9
<b>Gerenciamento de Recursos Humanos</b>	<b>10</b>
Organograma	10
Papéis e Responsabilidades	10
<b>Gerenciamento das Comunicações</b>	<b>11</b>
<b>Gestão da Qualidade</b>	<b>12</b>
<b>Gerenciamento de Riscos</b>	<b>13</b>
<b>Referências Bibliográficas</b>	<b>15</b>
<b>Apêndices</b>	<b>16</b>
<b>Aprovação do Plano Projeto</b>	<b>18</b>

**TERMO DE ABERTURA DO PROJETO**

Preparado por	Ana Clara Cavalcante Abreu; Dayana Rodrigues dos Santos Silva; Rosana Carvalho; Sarah Days	Versão: 1.0
Aprovado por	Gleiva Rios	Data: 27/03/2021

**SAÚDE MENTAL NAS ORGANIZAÇÕES****Objetivo geral e objetivos específicos****OBJETIVO GERAL**

Conscientizar líderes de organizações quanto a implementação de estratégias de saúde mental.

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Identificar o nível de satisfação entre líderes e colaboradores da empresa.

Identificar se existe um cronograma de implementação quanto a saúde mental e se podem ser aplicadas possíveis melhorias/mudanças.

Apresentar os benefícios quanto a saúde mental aos líderes.

Buscar a melhoria quanto ao clima da empresa para que possam atingir metas.

Apresentar formas inovadoras quanto ao trabalho em equipe para melhorar as relações laborais.

Tornar o ambiente laboral dos nossos clientes(empresa) desejável para qualquer colaborador, fidelizando cada um deles, tornando isso um ponto positivo para retenção dos melhores candidatos futuramente.

**Justificativa do projeto**

A compreensão do trabalho e da saúde mental mudou ao longo dos anos no Brasil e no mundo. De acordo com o Laboratório de Saúde do Trabalhador da Universidade de Brasília houve um aumento de 260% de afastamento do trabalho por doenças mentais entre os anos 2000 a 2006.

Atualmente essa visão, trabalho e saúde mental, se mostra em metamorfose devido ao Coronavírus. Muitos trabalhadores se apresentam em home office ou na linha de frente e as sequelas desse novo modo de trabalhar podem ser diversas.

Com o quadro atual da saúde mundial, causado pela Covid-19, às suas sequelas para o trabalhador quanto à saúde mental são um território desconhecido e plural. Diante disso esse projeto apresenta relevância a saúde desses trabalhadores pós pandemia e apoio aos líderes para melhor gerir tais situações.

A consultoria terá a visão sistêmica da empresa buscando identificar os pontos fortes e fracos da organização visando tanto o bem estar do colaborador, quanto a eficiência das tarefas executadas para que ambos tenham sucesso. As mudanças estão cada vez mais rápidas e inesperadas e as organizações precisam ter colaboradores saudáveis para poder atender a demanda imposta.

**Premissas**

O presente projeto será um ótimo apoio a sociedade, sendo assim um sucesso, pois com o engajamento das

organizações poderá ser feita uma boa rede de apoio à saúde mental do trabalhador.

O projeto não irá afetar a produção da empresa.

O projeto busca ajudar e apoiar os funcionários para que todos caminhem em um único objetivo, atingindo todas as metas esperadas.

**Breve descrição do projeto**

Buscar capacitar profissionais que exercem cargos de liderança, de forma estratégica em parceria com a área de RH quanto a saúde mental do trabalhador, esclarecendo os desafios do trabalhador frente a sua subjetividade para que todos possam caminhar juntos em um único objetivo e assim haver mais lucratividade para empresa

**Patrocinador (sponsor)**

Empresa Choices Consultoria

**Estimativa de investimentos**

Materiais de escritório, salários, leads, transporte, advogados, cartório entre outros...

**Estimativa de prazo**

O Projeto será entregue até o dia 10/03/2021

**Fatores críticos de sucesso**

Resistência dos líderes

**Principais riscos**

- Resistência dos líderes;
- Falha na comunicação

**Restrições**

- O tempo do projeto será executado dependendo do tamanho da organização
- Recursos materiais disponibilizado pela organização.
- Cada componente do time terá que desenvolver sua etapa

**Interessados no projeto (stakeholders)**

Diretoria CHOICES , Gleiva Rios, Sociedades, Concorrentes, Clientes

**Comitê executivo (TIME)**

Elaborado por:

Ana Clara Cavalcante Abreu

Dayana Rodrigues dos Santos Silva

Rosana Carvalho

Sarah Days

Data: 20/03/2021 Assinatura:

Aprovado por:

Gleiva Rios

Data: 27/03/2021 Assinatura:

## Gerenciamento do Projeto

Aplicação de conhecimentos, habilidades, ferramentas e técnicas às atividades do projeto a fim de cumprir seus requisitos

## Introdução do Projeto

O nosso projeto é voltado para que haja conscientização dos líderes quanto à implementação de um cronograma da saúde mental.

## Propósito do Projeto

Buscar capacitar profissionais que exercem cargos de liderança, de forma estratégica em parceria com a área de RH quanto a saúde mental do trabalhador, esclarecendo os desafios do trabalhador frente a sua subjetividade.

## Benefícios Esperados

É esperado que se tenha um ambiente de trabalho mais saudável, voltado para conscientização da saúde mental dos colaboradores.

## Gerenciamento do Escopo

Documentar como o escopo do projeto será definido, gerenciado, controlado, verificado e comunicado à equipe do projeto e aos interessados/clientes.

### Definição do Escopo

Elaborar um projeto sobre saúde mental do trabalhador em parcerias com RH das empresas

### Não Escopo

Sessão de terapia

disponibilidade dos consultores 24hrs no dia

### Detalhamento do Escopo

Fazer com que a organização estabeleça metas e que todos sigam na mesma direção, pois com a saúde mental alinhada todos poderiam se preocupar com fatos prioritários e assim seguir o mesmo objetivo.

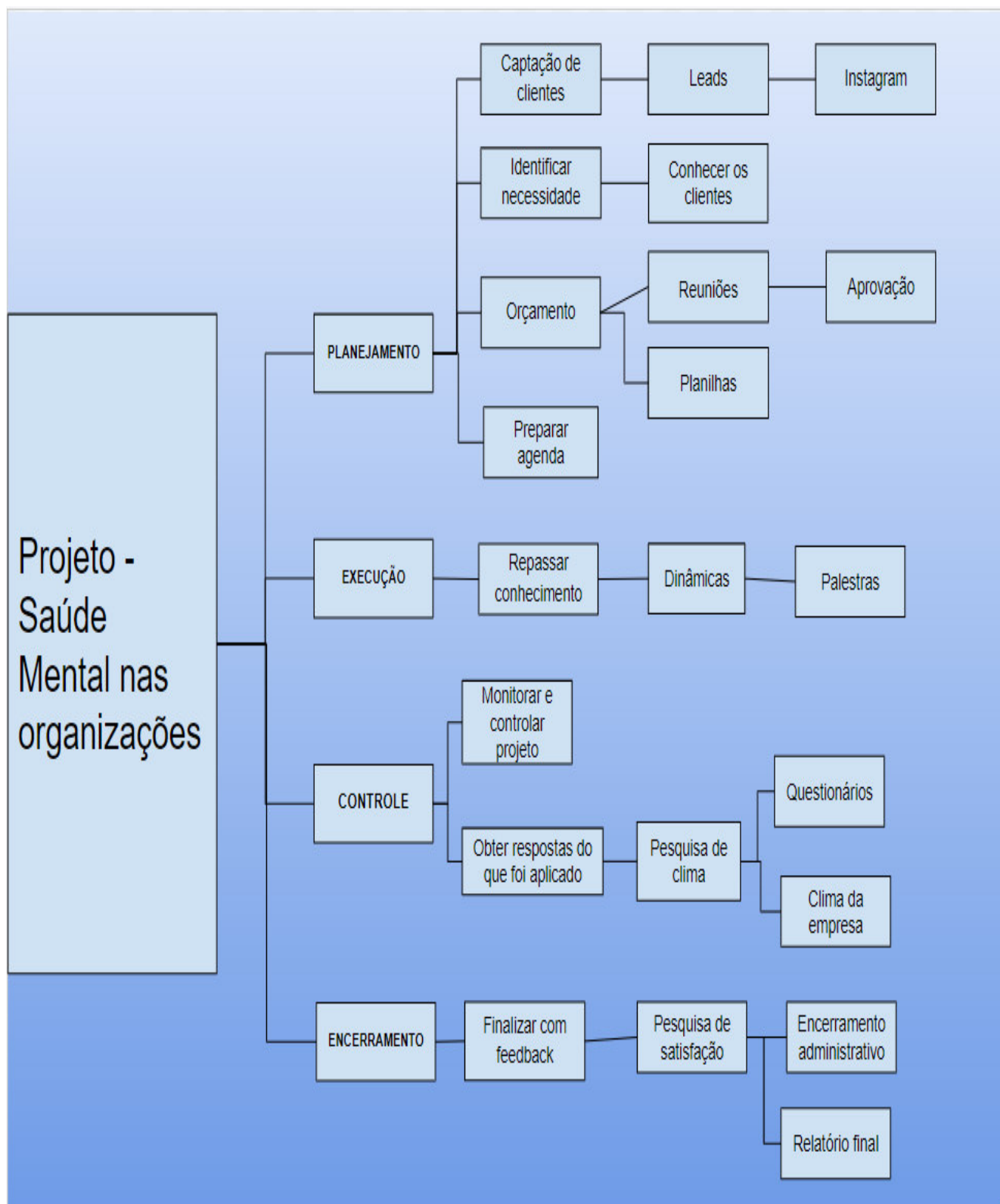
### Plano de entrega e marcos do projeto

Entrega	Descrição	Data
06/03/2021	Iniciação do projeto	06/03/2021
12/03/2021	Termo de abertura do projeto	26/03/2021
20/03/2021	Planejamento do projeto	20/03/2021
27/03/2021	Execução do projeto	27/03/2021
02/03/2021	Encerramento do planejamento projeto	10/04/2021

### Organização inicial do time do projeto

Nome do colaborador	Papel inicial	Contato
Ana Clara Cavalcante Abreu	Psicóloga e Marketing Digital	(85) 98982-3428
Dayana Rodrigues dos Santos Silva	Gerente Administrativo	(85) 99919-4825
Rosana Carvalho Gomes	Gerente de RH	(85) 98522-0269
Sarah Days Viana de Lima	Gerente de Marketing Interno	(85) 997463842

**EAP - Estrutura Analítica do Projeto**





## Gerenciamento de Tempo

Processo de priorização e organização de tarefas que envolve seu planejamento e execução voltados ao melhor aproveitamento do tempo investido nelas, o que resulta em maior produtividade e eficiência.

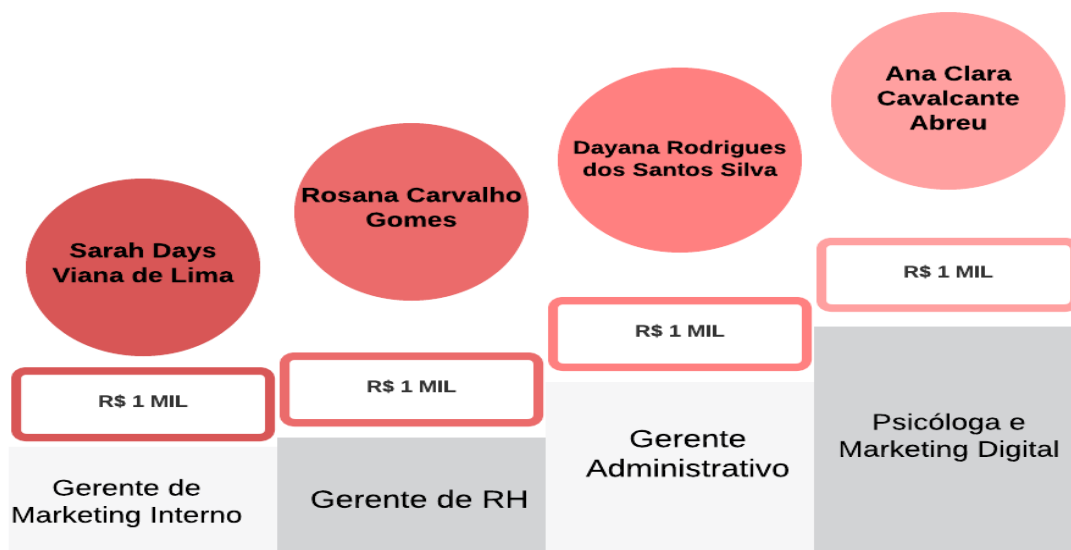
## Cronograma

<b>Projeto - Saúde Mental nas Organizações</b>	<b>Data</b>	<b>Responsável</b>
<b>Planejamento</b>	<b>Inicial</b>	<b>Equipe Choices</b>
Criação do trello	20/02/2021	Toda equipe
Identificar necessidade	20/02/2021	Rosana/ Ana Clara
Preparar agenda	20/02/2021	Sarah
Reuniões	20/02/2021	Toda equipe
Aprovação	20/02/2021	Toda equipe
Criação do instagram	06/03/2021	Ana Clara / Sarah
Planejamento do projeto	06/03/2021	Toda equipe
Criação da logo e nome	06/03/2021	Toda equipe
Captação de clientes	20/03/2021	Sarah
Orçamento	20/03/2021	Daiana
Leads	20/03/2021	Sarah
Conhecer os clientes	20/03/2021	Toda equipe
<b>Execução</b>	<b>complemento</b>	<b>Equipe Choices</b>
Repassar conhecimento	10/04/2021	Ana Clara / Rosana
Dinâmicas	10/04/2021	Ana Clara / Rosana
Palestras	10/04/2021	Ana Clara
Alinhamento	08/04/2021	Rosana
<b>Controle</b>	<b>complemento</b>	<b>Equipe Choices</b>
Obter respostas do que foi aplicado	15/04/2021	Ana Clara
Monitorar e controlar projeto	15/04/2021	Toda equipe
Questionários	15/04/2021	Sarah
Pesquisa de clima	15/04/2021	Rosana
Clima da empresa	15/04/2021	Daiana
<b>Encerramento</b>	<b>Fim</b>	<b>Equipe Choices</b>
Finalizar com feedback	16/04/2021	Ana Clara
Pesquisa de satisfação	16/04/2021	Sarah
Encerramento administrativo	16/04/2021	Daiana
Relatório final	16/04/2021	Rosana/ Ana Clara

## Gerenciamento de Recursos Humanos

Tem como base a identificação e documentação de funções, responsabilidades e relações hierárquicas do projeto em relação aos recursos humanos envolvidos, além da criação do plano de gerenciamento de pessoal.

### Organograma



### Papéis e Responsabilidades

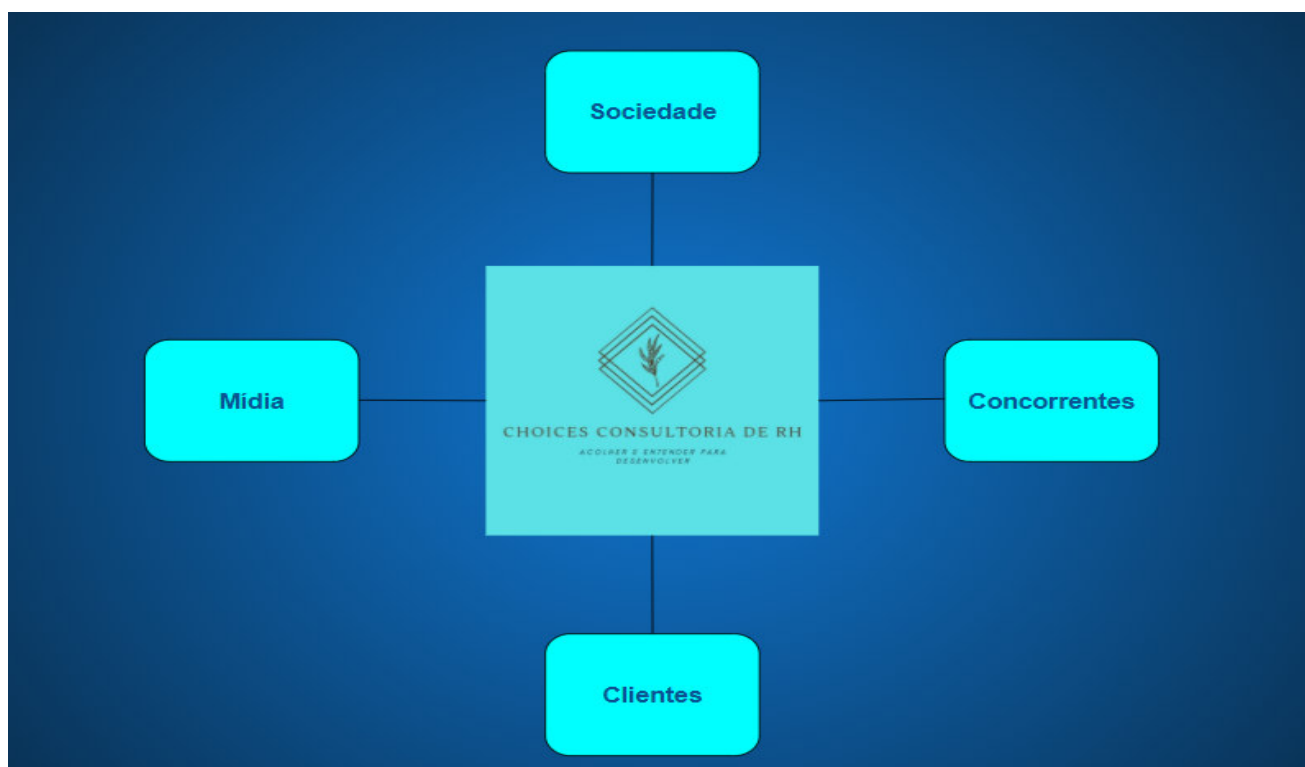
RESPONSÁVEL	PAPEL	RESPONSABILIDADES
Ana Clara Cavalcante Abreu	Psicóloga e Marketing Digital	Responsável por ouvir a demanda dos colaboradores e elaborar estratégias de implantação. Elaboração de conteúdos nas redes sociais.
Dayana Rodrigues dos Santos Silva	Gerente Administrativo	Responsável por ter uma boa interação com sua equipe, elaborar relatórios e reduzir os gastos desnecessários.
Rosana Carvalho Gomes	Gerente de RH	Responsável por buscar de um ambiente organizacional mais saudável, produtivo e harmonioso. Chegando a um dos nossos objetivos de tornar nossos clientes melhores de se trabalhar.
Sarah Days Viana de Lima	Gerente de Marketing Interno	Responsável por realizar pesquisas e desenvolver estratégias para para manter o clima organizacional e resultados internos.

### Gerenciamento das Comunicações

Gerenciamento da comunicação é o planejamento, a execução e o monitoramento de estratégias de comunicação

### Lista de Interessados

Interessado (Stakeholder)	Papel no Projeto	Localização	Telefone	Email
Ana Clara Cavalcante Abreu	Psicóloga e Marketing Digital	CHOICES CONSULTORIA	(85) 98982-3428	anaclaracavalcante71@gmail.com
Dayana Rodrigues dos Santos Silva	Gerente Administrativo	CHOICES CONSULTORIA	(85) 99919-4825	dayana.hsj@gmail.com
Rosana Carvalho Gomes	Gerente de RH	CHOICES CONSULTORIA	(85) 98522-0269	Rosacgomes2014@gmail.com
Sarah Days Viana de Lima	Gerente de Marketing Interno	CHOICES CONSULTORIA	(85) 997463842	sarahviana2009@gmail.com
Gleiva	Supervisora do Projeto	UNI FAMETRO	(85) 99710-5885	Gleiva.felix@professor.Edu.unifametro.br



**Comunicação Interno aos interessados (Stakeholders)**

**Projeto: Saúde Mental nas Organizações**

Título da comunicação	Conteúdo	Destinatário	Periodicidade	Responsável	Modalidade	Início	Término
Comunicação verbal, escrita e gráfica.	Salas de bate papo, meet, classroom, ligação, aulas aos sábados	professora Gleiva, alunos da pós graduação.	de duas a três vezes na semana.	Diretora da consultoria e professora.	Por estarmos em período de pandemia, todas as reuniões e debates foram de forma virtual.	março	abril

**Comunicação Externa aos interessados (Stakeholders)**

**Projeto: Cuidado com o idoso**

Título da comunicação	Conteúdo	Destinatário	Periodicidade	Responsável	Modalidade	Início	Término
Comunicação Verbal, não verbal, escrita e gráfica.	Divulgação de conteúdos relacionados à saúde mental do trabalhador através das redes sociais, por meios de post, live, salas de bate papo..	Interessados em conteúdos sobre a saúde mental do ambiente de trabalho/seguidores da página.	1 vez ao dia, todos os dias da semana.	Diretora da consultoria.	Por se tratar do público externo, foi utilizada toda a comunicação, meios e divulgações através de redes sociais, telefonemas.	25/03/2021	----/----/--- -

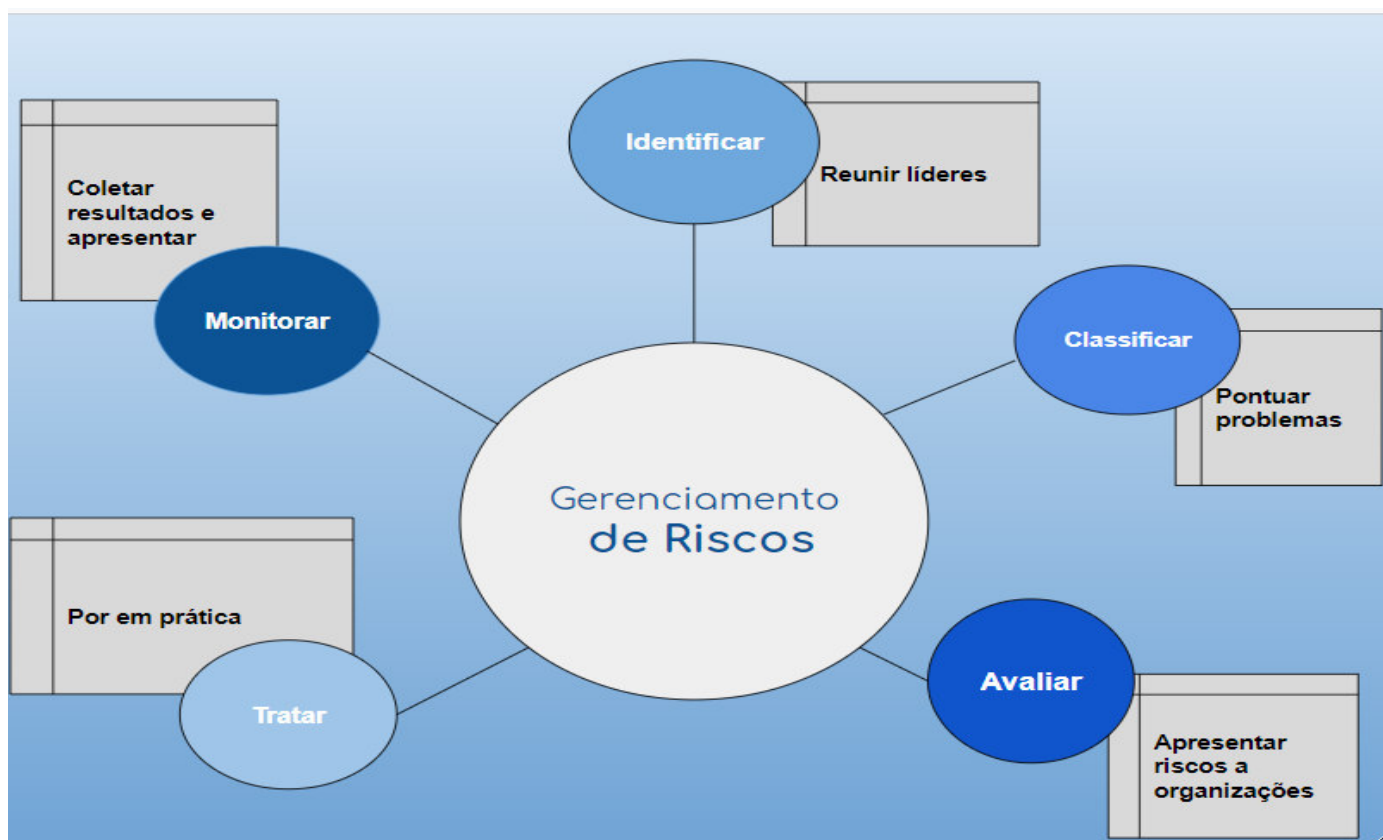
### Gestão da Qualidade

Assegura que uma organização, produto ou serviço seja consistente. Ela possui quatro componentes principais: planejamento de qualidade, garantia de qualidade, controle de qualidade e melhoria da qualidade.

RESUMO NARRATIVO	RESULTADOS ESPERADOS	MEDIDA DE DESEMPENHO QUANTITATIVO	MEDIDA DE DESEMPENHO QUALITATIVO
<i>Apresentar por meio da conscientização da organização a importância da saúde mental.</i>	<i>Que haja conscientização dos líderes quanto à implementação de um cronograma da saúde mental.</i>	<i>Índice de satisfação</i>	<i>O desempenho qualitativo será medido pela abordagem aos colaboradores.</i>

## Gerenciamento de Riscos

Adoção de melhores práticas de infraestrutura, políticas e metodologias, permitindo uma melhor gestão dos limites de risco aceitáveis, do capital, da precificação e do gerenciamento da carteira.



- Resistência dos líderes - É muito comum que a empresa de consultoria enfrente barreiras por parte dos colaboradores. Na grande maioria das vezes são tidas como pessoas intrusas que estão adentrando na organização para trazer mudanças e vigiar o serviço dos funcionários. Com isso, nós da Choices elaboramos estratégias como: as primeiras reuniões são direcionadas a ouvir os líderes, dando espaço para que eles se sintam ouvidos e respeitados. Será nessas experiências que daremos toda atenção e engajamento aos líderes. Será assim que envolveremos nossos principais ouvintes e aliados nessa empreitada a novas mudanças.

- Falha na comunicação - A consultoria exige uma grande habilidade de comunicação, no ouvir, compreender e adaptar. Empresas que trabalham com consultoria de modo geral precisam dessa capacidade de compressão e devolutiva. Sendo assim, com o alto risco de resistência por parte dos colaboradores, a comunicação pode ser um grande problema a ser enfrentado pelos consultores. Sabendo desse problema nós da Choices, abriremos vários canais de comunicação com nossos interlocutores. Tendo nós trabalhado bastante da resistência dos líderes, além de nos mostrar confiáveis para tratar assuntos delicados de todos, abriremos canais como conversas em whatsapp ou ligação entre períodos de 10:00 a 15:00 durante o período em que foi contratado a consultoria. as peças chaves terão acesso a esses canais direto com a gestora de RH e Psicóloga. Ressaltamos que a solução não será dada neste canal. Tudo será dado retorno no momento do feedback. A conversa será apenas como receptor de informações.

### Gerenciamento de Custo e Aquisição

É um conjunto de processos que tem por objetivo obter um produto ou serviço de um fornecedor externo à equipe do projeto.

PLANILHA DE ESTIMATIVA DE CUSTOS DE PROJETO		
Projeto - Saúde Mental nas Organizações		
DESCRIÇÃO DO ITEM / SERVIÇO	PREÇO	MAIS INFORMAÇÕES
Plano de celular e internet	R\$ 150,00	Plano da tim com internet e ligações
Salários	R\$ 4.000,00	incluindo alimentação
Transporte	R\$ 500,00	(carro da empresa)
Materiais de escritório	R\$ 200,00	(papel, caneta, grampeador etc...)
Advogado	R\$ 50,00	a hora (para ajudar com contratos)
Compra de LEADS	R\$ 50,00	a cada 300 leads
Cartório	R\$ 50,00	autenticação
Impostos totais	-	7,5% do total dos lucros
<b>SOMA TOTAL :</b>		<b>R\$ 5.000,00</b>

## Referências Bibliográficas

CARVALHO, Fábio Câmara Araújo de. Gestão de projetos. São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2015

CARVALHO, Marly Monteiro de; RABECHINI JUNIOR, Roque. Fundamentos em gestão de projetos: construindo competências para gerenciar projetos. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

FILHO, José Marçal Jackson; ASSUNÇÃO, Ada Ávila; ALGRANTI, Eduardo; GARCIA, Eduardo Garcia; SAITO, César Akiyoshi; MAENO, Maria. A saúde do trabalhador e o enfrentamento da COVID-19. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, [S.L.], v. 45, n. 1, p. 1-3, abr. 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/2317-6369ed0000120>.

HELOANI, José Roberto; CAPITÃO, Cláudio Garcia. Saúde mental e psicologia do trabalho. **São Paulo em Perspectiva**, [S.L.], v. 17, n. 2, p. 102-108, jun. 2003. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0102-88392003000200011>.

VASCONCELOS, Amanda de FARIA, José Henrique de. Saúde mental no trabalho: contradições e limites. *Psicologia & Sociedade*, [S.L.], v. 20, n. 3, p. 453-464, dez. 2008. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0102-71822008000300016>.

## Apêndices

### TRELLO

The screenshot shows a Trello board with several cards organized into columns. The columns are: Comunicação, TIME - Descrição de cargos, Planejamento, DESCRIÇÃO DE ETAPAS, Orçamento, and CLIENTES. The 'DESCRIÇÃO DE ETAPAS' column contains a list of tasks with descriptions and assignees.

Descrição do item	Valor	Observações
Material de apoio	R\$ 1.000,00	Para uso em reuniões
Aluguel	R\$ 1.000,00	Local de trabalho
Salário de consultor	R\$ 1.000,00	Valor médio de mercado
Aluguel	R\$ 1.000,00	Atividade para um consultor
Salário de RH	R\$ 1.000,00	Atividade para um RH
Salário de psicólogo	R\$ 1.000,00	Atividade para um psicólogo
<b>TOTAL</b>	<b>R\$ 6.000,00</b>	

### INSTAGRAM

The Instagram profile for 'choicesconsultoria' is shown. It includes the profile picture, name, bio, and a list of social media handles.

**choicesconsultoria** Editar perfil

5 publicações   98 seguidores   34 seguindo

**Choices Consultória de RH**

- ◆ Consultoria que capacita profissionais da área de RH.
- ◆ Saúde mental.

@ana\_claracavalcantee  
@sarah\_daysvaz  
@dayana\_rodrigues\_11  
@rosannacgomess



**PLANO DE AÇÃO**

<b>Assunto</b>	Oficina de Capacitação de Líderes - Saúde Mental da Equipe.		<b>Gerente de RH</b>
<b>Objetivo</b>	Buscar capacitar profissionais da área de rh quanto a saúde mental do trabalhador esclarecendo os desafios do trabalhador frente a sua subjetividade.		
<b>ATIVIDADE</b>	<b>RECURSO NECESSÁRIO</b>	<b>RESPONSÁVEL</b>	<b>OBSERVAÇÕES</b>
Gerenciamento de tempo e número de pessoas para a oficina.	Planejamento da aplicação das oficina(ambiente) e do número de pessoas	Gerente Administrativo	
Identificar precocemente situações de risco em seu time– papel preventivo;	Entrevista com participantes	Psicóloga	Entrevista com cada um separadamente para poder entender cada setor melhor.
Explicar de formas lúdicas e diretas como identificar situações e entender as demandas apresentadas dos colaboradores.	Rodas de conversas e palestras	Psicóloga / Gerente Administrativo	
Inserir a Saúde Mental no cronograma de nas atividades diárias do colaborador	Dividir os setores que estão com baixa produtividade para dar início ao projeto.	Gerente RH	
Ouvir feedback dos colaboradores sobre suas experiências e se houveram mudanças.	Através de pesquisa de clima	Gerente de Marketing	Um processo a longo prazo na organização
Feedback para líderes pontuando cada mudança. Responsável	Reunião final	Gerente de Marketing	

**Aprovação do Plano Projeto*****Assinatura***

<b>Professores:</b> Edson Mariano Gleiva Rios de Araújo Félix		<b>Data:</b> 10/04/2021
---	--	----------------------------