



PODER JUDICIÁRIO  
TRIBUNAL DE JUSTIÇA  
de Santa Catarina

Diretoria-Geral Administrativa  
Diretoria de Gestão de Pessoas

Fotografia: Marcos Augusto Silveira, da Comarca de  
Balneário Camboriú - Programa Olhares 2016

P R O G R A M A  
**BEM-ESTAR**  
NO TRABALHO  
25, 26 E 27 DE OUTUBRO

**INSCRIÇÕES**  
25/09 a 05/10

## **RELATÓRIO DAS AVALIAÇÕES DO PROGRAMA BEM-ESTAR NO TRABALHO PARA SERVIDORES: edição 2017**

### **INTRODUÇÃO**

O presente relatório tem por objetivo apresentar o resultado das avaliações realizadas pelos participantes do Programa Bem-Estar no Trabalho para Servidores no ano de 2017, no tocante às palestras, à organização do evento e ao atendimento da equipe da Divisão de Desenvolvimento de Pessoas. O Programa aconteceu durante os dias 25, 26 e 27 de outubro de 2017 e teve a participação de 29 servidores, escolhidos com base em critérios preestabelecidos e divulgados no momento das inscrições.

A avaliação de reação encaminhada aos servidores busca identificar o grau de importância e o impacto gerado pelo Programa destinado ao servidor em plena atividade profissional, com a finalidade de aperfeiçoá-lo para futuras edições.

Com a finalidade de desenvolver, reconhecer, valorizar e, ainda, auxiliar no processo de uma construção de uma gestão mais humanizada, o Programa Bem-Estar no Trabalho busca a construção de vínculos positivos com o trabalho, além da satisfação e motivação dos servidores.

Neste sentido, o referido Programa atua de forma preventiva, com o objetivo de promover o bem-estar por meio de palestras e atividades que envolvam temas como o desenvolvimento pessoal, qualidade de vida no trabalho, foco nas pessoas, equilíbrio físico e mental e bem-estar humano.

Busca-se, assim, oferecer um suporte para que os servidores participantes possam encontrar alternativas aos constantes desgastes emocionais, físicos e psicológicos inerentes ao desempenho de suas funções no Poder Judiciário catarinense.

### **1. DADOS GERAIS**

	PARTICIPANTES
Avaliações encaminhadas	<b>29</b>
Avaliações respondidas	<b>28</b>

O questionário foi desenvolvido na plataforma *Google Docs*. e encaminhado, por meio de mensagem eletrônica a todos participantes desta edição do Programa, não sendo respondido por apenas um servidor.

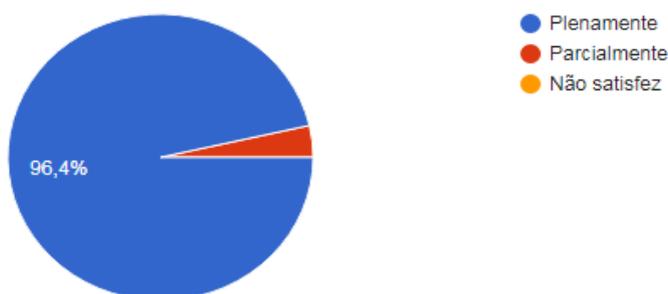
Faz-se necessário ressaltar que os participantes tiveram a oportunidade de realizar observações escritas acerca do Programa e de suas possíveis melhorias, por meio de um campo para respostas abertas, situado abaixo de cada item.

## 2. RESULTADOS DOS QUESTIONÁRIOS RESPONDIDOS PELOS PARTICIPANTES

A seguir, apresentam-se as perguntas que compõem o questionário e uma breve análise dos resultados obtidos. Cabe informar que, ao longo do relatório, são apresentados (em itálico e entre aspas) trechos dos comentários feitos pelos servidores participantes, a fim de melhor traduzir a percepção dos respondentes acerca de cada questionamento proposto no Formulário de Avaliação:

### 2.1. O programa satisfaz suas expectativas?

28 respostas



Esta primeira pergunta tem uma grande relevância, pois as respostas servem de parâmetro para as edições futuras.

A maioria dos participantes que responderam à pesquisa considera suas expectativas plenamente atendidas e 3,6 % pontuam que ela foi parcialmente atendida.

Embora apenas um servidor tenha apontado que o Programa atendeu parcialmente sua expectativa, não há no campo de respostas abertas algum indicativo que aponte para insatisfações acerca do evento ou até mesmo sugestões de melhoria.

Em verdade, os 6 (seis) respondentes que teceram considerações sobre esta pergunta registraram elogios ao Programa, a exemplo da seguinte afirmação: *“O curso ministrado foi excelente no amplo aspecto. A ordem cronológica das palestras foi perfeita, bem como a qualidade dos palestrantes e a recepção dos servidores da DGP.”*

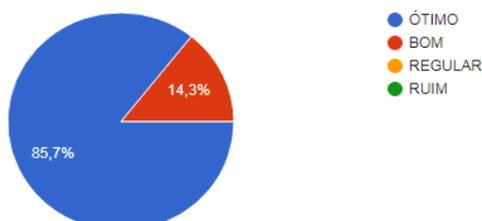
Observa-se que o Programa superou as expectativas dos participantes. O conhecimento transmitido pelos palestrantes, o acolhimento da equipe e a organização do evento também foram enaltecidos. Veja-se:

- *“O Programa foi além das minhas expectativas.”*
- *“Nova perspectiva sobre o trabalho. Excelente.”*
- *“Notadamente foi elaborado com muito carinho e cuidado.”*

## 2.2 Avaliação da palestra: (Re)pensando o Trabalho

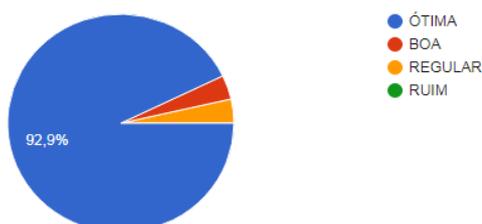
### 2.1. Conteúdo

28 respostas



### 2.2. Forma de Apresentação

28 respostas



Palestra ministrada pelo Psicólogo Lúri Novaes Luna, que aliou teoria e atividades de cunho psicológico às experiências individuais de cada participante. Tal qual em outras oportunidades, a equipe organizadora do Programa solicitou ao palestrante que conduzisse a apresentação dos participantes, ao mesmo tempo em que abordava o conteúdo inerente ao tema proposto.

Pertinente ao conteúdo, 85,7% dos participantes consideraram-no ótimo e 14,3%, bom. A forma de apresentação foi avaliada como ótima por 92,9% dos respondentes. Apenas 3,6%, ou seja, 1 (um) dos participantes considerou boa a exposição do tema, ao passo que somente 1 (um) servidor avaliou esse quesito como regular.

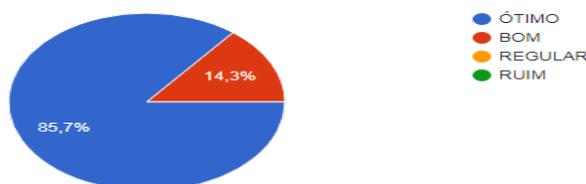
Enquanto alguns teceram elogios à palestra, outros relataram que o tempo foi insuficiente para que todo o conteúdo fosse transmitido. Os comentários e sugestões pertinentes são os seguintes:

- *“Poderia ser disponibilizado um tempo maior para esta palestra, o conteúdo é superinteressante.”*
- *“Na minha percepção foi muito automático o conteúdo. Poderia haver mais integração com atividades mais práticas e dinâmicas.”*

## 2.3 Avaliação da palestra: Atividade física e qualidade de vida

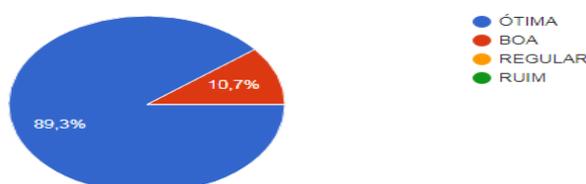
### 3.1. Conteúdo

28 respostas



### 3.2. Forma de Apresentação

28 respostas



Palestra ministrada pela Educadora Física Claudia de Souza Santos, que, além da parte teórica, conduziu exercícios aeróbicos e de alongamento.

A palestra teve grande aceitação por parte dos servidores, de modo que o conteúdo foi avaliado ótimo por 85,7% dos participantes e 14,3%, ou seja, 4 (quatro) respondentes definiram como bom. A forma de apresentação foi tida como 89,3% ótima e 10,7%, equivalente a 3 (três) participantes, avaliaram como bom, sendo que os servidores participaram ativamente das atividades propostas e interagiram bastante com a profissional. Nos comentários, apenas um servidor sugeriu que a palestra *“Necessita de uma melhor estrutura para a parte prática da palestra, a qual pareceu um pouco improvisada.”*

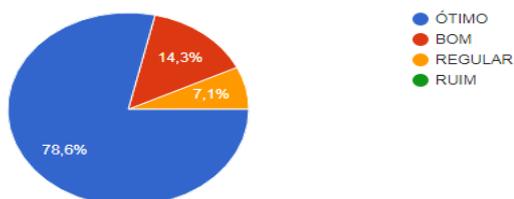
O tema, essencial para a manutenção da saúde e aumento da qualidade de vida, motivou os servidores a inserir ou manter a atividade física como rotina em suas vidas. Veja-se:

- *“Palestrante alto astral, tudo a ver com o tema...muito bom!!!.”*
- *“Gostei da dinâmica das aulas e da abordagem dada pela instrutora.”*

## 2.4 Avaliação da palestra: Técnicas para o controle do stress

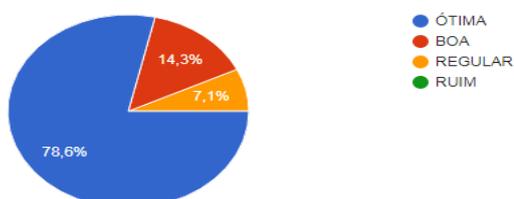
### 4.1. Conteúdo

28 respostas



### 4.2. Forma de Apresentação

28 respostas



Atividade orientada pela professora de yoga Rachel Viana Barbosa Carboni.

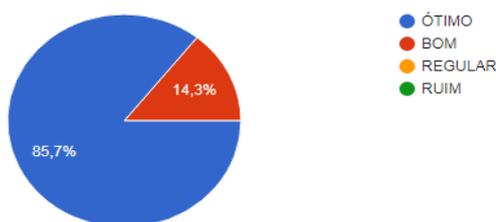
A palestra foi ministrada com uma pequena explicação teórica sobre os benefícios da yoga e meditação para a saúde e, após, conduziu-se atividades na prática como, por exemplo, exercícios respiratórios e demais posições que proporcionam o bem-estar físico e psicológico. A atuação da palestrante, de maneira geral, foi surpreendente. Apenas um comentário crítico foi feito com relação à prática desempenhada. Veja-se:

- *“Superou a expectativa.”*
- *“Foi a melhor aula na minha opinião. Amei a parte do relaxamento. Poderia ser elaborado um folder (ou algo parecido) com essas técnicas para termos no dia a dia (seria muito útil).”*
- *“Atividade muito direcionada, nem todos se identificam com prática de ioga ou técnicas similares.”*

## 2.5 Avaliação da palestra: Ergonomia no Trabalho

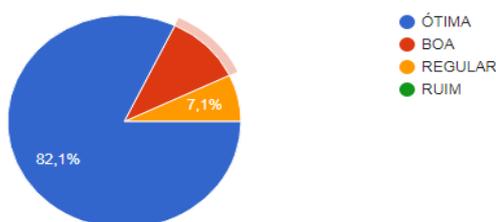
### 5.1. Conteúdo

28 respostas



### 5.2. Forma de Apresentação

28 respostas



Tema abordado de maneira expositiva pelo servidor Velcir Portella da Silva, Chefe de Divisão na Diretoria de Saúde do TJSC desde 2008.

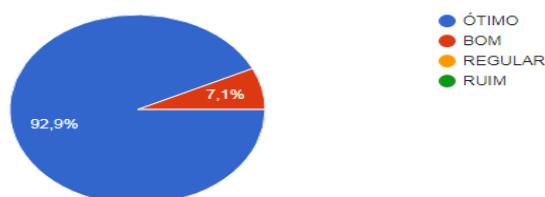
Esta palestra foi avaliada como ótima por 85,7% dos participantes com relação ao conteúdo apresentado e 14,3%, ou seja, 4 (quatro) participantes consideraram o conteúdo ministrado como sendo bom. Já de acordo com forma de apresentação, 82,1% dos participantes acharam a palestra ótima, 10,7% boa, equivalente a 3 (três) pessoas e 7,1%, equivalente a 2 (dois) servidores, avaliaram como regular. Dentre os comentários, convém citar o que possui uma sugestão pertinente a ser abordada em programas futuros:

➤ *“Penso que eu tinha muita expectativa em relação a esse conteúdo e me frustrei um pouco. Foram apenas informações técnicas repassadas automaticamente. Eu imaginei que teríamos os equipamentos e seria realizada uma demonstração prática de como utilizá-los bem. Como sugestão, recomendo que, antecipadamente, sejam solicitados os dados dos equipamentos utilizados por cada participantes (vale foto também) e que fosse remetida uma avaliação para cada um, individualmente. [...]”*

## 2.6 Avaliação da palestra: Saúde financeira

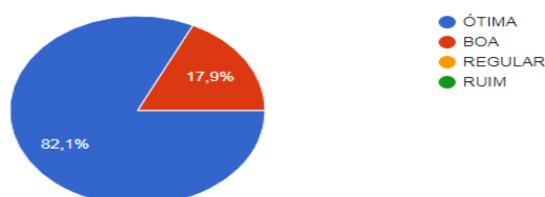
### 6.1. Conteúdo

28 respostas



### 6.2. Forma de Apresentação

28 respostas



O tema foi abordado pela economista Rafaela Correia, a qual ministra cursos e palestras sobre educação financeira e investimentos.

Com alto índice de aceitação, o conteúdo da palestra obteve o conceito ótimo e bom, respectivamente, por 92,9% e 7,1%, equivalente a 1 (um) respondente. A forma de apresentação dessa palestra também foi bem avaliada sob o conceito ótimo e bom, respectivamente, por 82,1% e 17,9 %, equivalente a 5 (cinco) participantes.

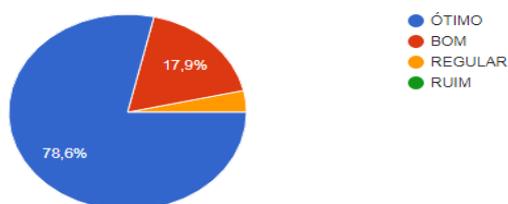
A exposição da temática pela palestrante, que estreou sua atuação nesta edição do Programa, despertou nos participantes a consciência da importância do planejamento financeiro. Seguem alguns dos comentários e sugestões:

- *“Na minha opinião, a melhor palestrante do curso todo, considerando isso e a importância do assunto tratado, gostaria de ter tido mais tempo dedicado a ela.”*
- *“Na minha percepção ficou faltando as dicas de investimento que a instrutora tanto se referiu. Também deixo como sugestão que seja elaborado um guia prático com as principais informações de saúde financeira. Acredito que se fizerem uma pesquisa verão que a grande maioria dos servidores está endividada (com empréstimos), o que gera muitos problemas que refletem na qualidade do trabalho desenvolvido.”*

## 2.7 Avaliação da palestra: Atividade vivencial – “Um novo olhar”

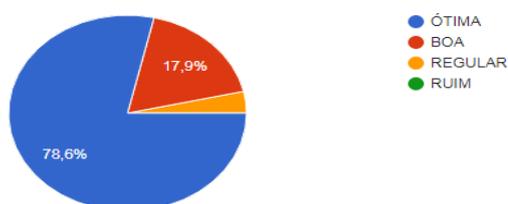
### 7.1. Conteúdo

28 respostas



### 7.2. Forma de Apresentação

28 respostas



Tema abordado de forma exclusivamente vivencial pela servidora Luciana Rabello Silva, lotada na Seção Psicossocial Organizacional da Diretoria de Gestão de Pessoas do TJSC.

O conteúdo da palestra foi avaliado por 78,6% dos participantes como sendo ótimo, por 17,9%, equivalente a 5 (cinco) pessoas como bom e por 3,6%, ou seja, 1 (uma) pessoa avaliou como regular.

Quanto à forma de apresentação não foi diferente, já que obteve os mesmos índices, conforme apresentado pelo gráfico.

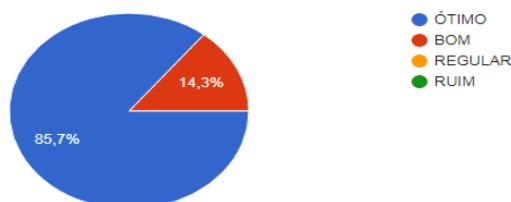
Neste aspecto, apesar de um comentário ter elogiado a atuação da palestrante, foram citados alguns aspectos acerca do tema proposto. Veja-se:

- *“Excesso de tempo para o tema.”*
- *“(…) Recomendo repensar, pois é um tema pertinente e importante para o programa.”*
- *“Palestrante é ótima, mas a atividade em si foi regular.”*

## 2.8 Avaliação da palestra: Cuidados com a saúde

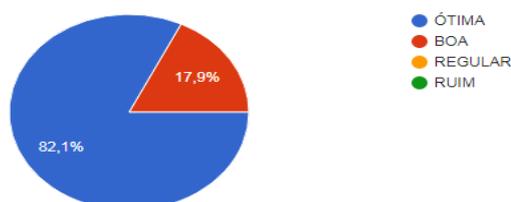
### 8.1. Conteúdo

28 respostas



### 8.2. Forma de Apresentação

28 respostas



Tema apresentado pela médica geriatra Ângela Bueno Becker, que aborda os aspectos inerentes aos cuidados gerais com a saúde e a conexão entre o bem-estar físico e mental.

Em relação ao conteúdo, a palestrante obteve o conceito ótimo por 85,7% dos participantes e bom, por 14,3%, equivalente a 4 (quatro) pessoas, a partir do que ressoa evidente a satisfação dos participantes quanto a essa palestra: *“Gostei da apresentação, foi clara e objetiva.”*

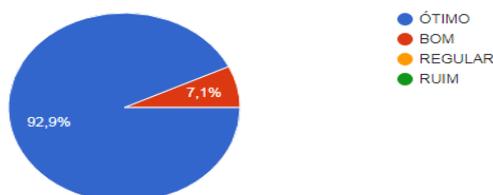
Quanto à forma de apresentação, 82,1% consideraram a palestra ótima e 17,9%, equivalente a 5 (cinco) participantes, avaliaram como boa. Ressalta-se, nos comentários, que o pouco tempo para a exposição também foi trazido à tona por um servidor participante.

Em suma, tanto a palestrante como a condução da palestra foram reconhecidas excelentes nas observações daqueles que consignaram suas percepções sobre o Programa.

## 2.9 Avaliação da palestra: Comunicação Não-violenta

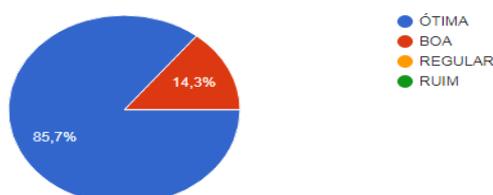
### 9.1. Conteúdo

28 respostas



### 9.2. Forma de Apresentação

28 respostas



Referido tema foi apresentado pela psicóloga Fernanda Graudenz Muller, a qual atua como psicoterapeuta e docente. Possui notória especialização, com dedicação, experiência e extensa atuação na área de comunicação e práticas sustentáveis de conflitos. Ministrou, recentemente, o curso de Comunicação Não-Violenta na Academia Judicial vinculada ao TJSC.

Esta palestra foi avaliada como ótima por 92,9% dos participantes com relação ao conteúdo apresentado e 7,1%, equivalente a 2 (dois) respondentes, consideraram o conteúdo como sendo bom. Já de acordo com a forma de apresentação, 85,7% dos participantes acharam a palestra ótima e 14,3%, equivalente a 4 (quatro) servidores avaliaram como boa. Dentre os comentários, convém citar os dois a seguir que sugerem mudanças para as edições futuras do programa. Veja-se:

➤ *“Tema de suma importância no trabalho jurisdicional, na próxima edição reservem mais tempo a esta palestrante para que possamos realmente aprender a técnica. Ao contrário de informações sobre saúde e atividade física, as quais são fáceis de encontrar, nunca havia tido contato com esse tema, trouxe mudanças positivas na minha forma de comunicação.”*

➤ *“Adorei essa parte. Poderia ter exercícios práticos para trabalharmos o tema com uma vivência de situações.”*

## 2.10 Avaliação da palestra: Alimentação saudável

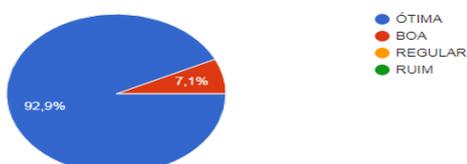
### 10.1. Conteúdo

28 respostas



### 10.2. Forma de Apresentação

28 respostas



Palestra ministrada pela nutricionista Francine Ferrari, que explorou o conhecimento teórico relacionado a uma alimentação saudável e, ainda, ministrou grande parte do conteúdo com base nos questionamentos dos servidores.

O conteúdo e a forma de apresentação foram muito bem avaliados, pois obtiveram 100% e 92,9%, respectivamente. A forma de apresentação também atingiu 7,1%, equivalente a 2 (dois) respondentes, que consideraram esse quesito como sendo bom. Na visão dos respondentes, a palestrante foi considerada “*muito boa*”, assim como foi destacado que seria interessante “*talvez trabalhar com mais exercícios práticos.*”

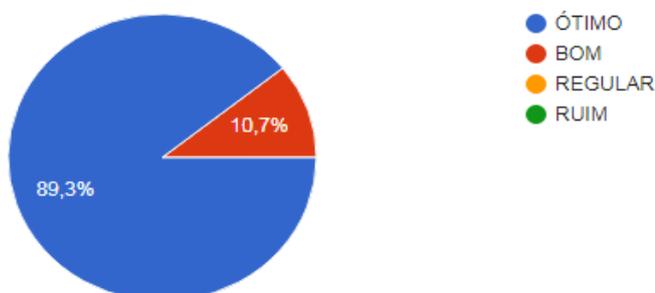
Algumas sugestões, entretanto, foram registradas nas observações da avaliação, a exemplo da disponibilização de mais tempo para a exposição de um tema de suma relevância.

## 2.11 Quanto aos recursos audiovisuais utilizados nas palestras:

Os recursos audiovisuais foram avaliados por 89,3% dos participantes como sendo ótimos e por 10,7% como bons. Foi feito apenas um comentário referente à posição do telão, o qual, “*dependendo de onde o participante estava sentado prejudicava um pouco a postura*”.

### 11.1.

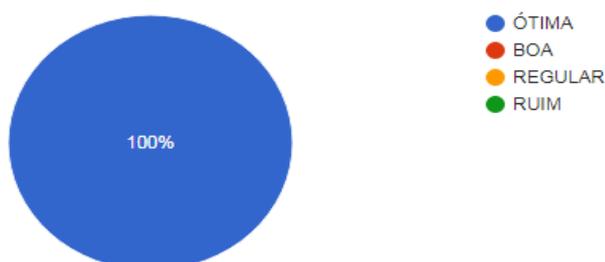
28 respostas



## 2.12 A organização do encontro foi:

### 12.1.

28 respostas

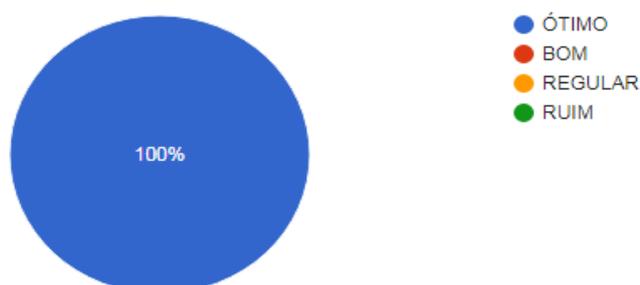


Este item atingiu o percentual máximo, tendo em vista que a organização do encontro atendeu 100% às expectativas dos servidores participantes.

## 2.13 O atendimento da equipe foi:

### 13.1.

28 respostas



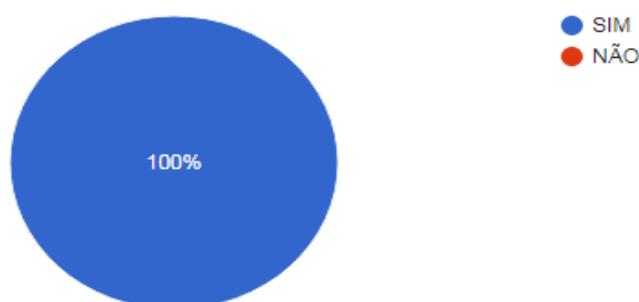
O atendimento da equipe recebeu o conceito ótimo por 100% respondentes e obteve os seguintes comentários:

- *“Equipe superou as expectativas – nota DEZ.”*
- *“Muito atenciosos e prestativos.”*
- *“Superatenciosos e dedicados.”*
- *“Equipe simpática e alegre.”*
- *“Equipe muito atenciosa.”*

## 2.14 O conteúdo das palestras contribui para o seu aprimoramento pessoal?

### 14.1.

28 respostas



Este item foi avaliado positivamente por 100% dos respondentes.

Pode-se afirmar que esta resposta está diretamente relacionada ao alcance dos objetivos propostos pelo Programa. Neste sentido, ao observar o gráfico e os depoimentos, percebe-se a importância do Programa na qualidade de vida pessoal e profissional dos servidores participantes.

Sem comentários acerca dos ajustes necessários para a constante melhoria do evento, a avaliação, na sua essência, demonstra que tanto os temas e atividades propostas nesta edição atenderam à expectativa dos participantes.

Extraem-se de alguns comentários os seguintes apontamentos:

- *“Os temas tratados foram pertinentes para uma melhora geral do bem-estar em diversos campos da vida pessoal e profissional, trazendo um sentimento de reconhecimento do servidor, como ser humano, pela instituição.”*
- *“Todas as palestras foram excelentes, tanto no conteúdo quanto na escolha dos profissionais, nos quais era visível o amor pela atividade desempenhada.”*
- *“O curso foi muito completo, envolvendo cada área do bem-estar, não só no trabalho, como também pessoal. Com certeza os temas surpreenderam e a forma como foram expostos tornou esses dias de muita reflexão e ensinamentos maravilhosos.”*

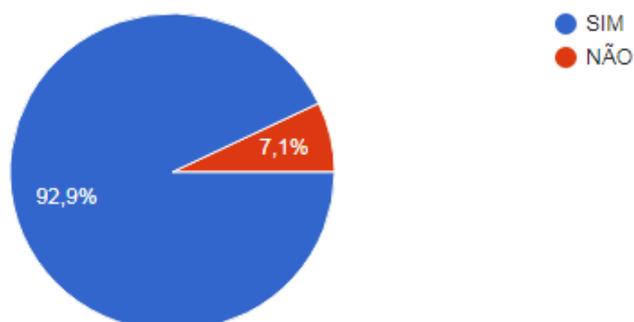
➤ *“Informações muito relevantes para um novo olhar em relação ao ambiente de trabalho e aprimoramento da postura pessoal e profissional para viver e trabalhar na busca do bem-estar.”*

➤ *“Todos os conteúdos trabalhados no encontro contribuíram para o meu aprimoramento pessoal e, principalmente, profissional, porque ali foram abordados temas de extrema relevância voltados a promoção da qualidade de vida, da saúde ocupacional e da física e nutricional, que representam o verdadeiro alicerce para as condições necessárias à saúde do servidor, e que foi muito bem explanada pelos palestrantes com o objetivo de fomentar esses conhecimentos visando promover as vertentes para que exista um Bem-Estar no Trabalho para Servidores do TJSC.”*

## 2.15 O Programa Bem-Estar no Trabalho elevou o seu grau de satisfação perante a Instituição?

15.1.

28 respostas



Por extremamente oportuna, esta questão foi incluída com o objetivo de verificar se o programa oferecido pela Diretoria de Gestão de Pessoas, através da Divisão de Desenvolvimento de Pessoas, contribuiu para a satisfação dos colaboradores em relação à Instituição.

De acordo com o gráfico acima, 92,9% dos participantes tiveram o seu grau de satisfação elevado perante a Instituição e 7,1%, equivalente a 2 (duas) pessoas, responderam que não tiveram elevação da satisfação nesse sentido.



Os comentários a seguir expressam uma grande satisfação pelo TJSC, após o oferecimento do Programa Bem-Estar no Trabalho aos servidores. Veja-se:

- *“Quando a Instituição se preocupa com o bem-estar de seu trabalhador, o funcionário se sente acolhido e valorizado.”*
- *“O programa reflete um reconhecimento por parte da Instituição, proporcionando acesso gratuito e palestras com conteúdos robustos.”*
- *“Quem participou, assim como eu, sentiram-se valorizados pela Instituição.”*
- *“Pela primeira vez participei de um curso e realmente me senti muito bem. Acho que devemos ser valorizados.”*
- *“Supera o que se espera de uma Instituição Pública. Toda equipe está de parabéns.”*
- *“Pensar que a Instituição se preocupa com seus servidores a ponto de elaborar os momentos que vivenciamos no evento, eleva o grau de satisfação e esperança em outros momentos, pois deveria ser uma prática periódica, realizada em todos os locais de trabalho, pelo menos uma vez no ano.”*
- *“O dia a dia nos traz negatividade e falta de motivação em relação aos problemas enfrentados em relação à Instituição. O curso nos demonstra que embora os problemas existam e devem ser combatidos, nossa postura interfere como enfrentamos estes problemas e como podemos tornar o trabalho mais eficaz e prazeroso.”*
- *“Sim, com certeza, me sinto muito satisfeita por ter participado desse encontro, posso ainda afirmar que foi um dos melhores momentos de aprendizagem que já vivenciei em todos esses anos que trabalho no TJSC, me senti muito valorizada e amparada por minha Instituição ao saber que onde trabalho se preocupa com minha saúde e busca fomentar aos seus colaboradores os conhecimentos necessários à promoção da qualidade de vida no trabalho e ao bem estar biopsicossocial. Eu adorei o encontro.”*
- *“É um auxílio prestado que se beneficia a todos os Servidores.”*
- *“Programas como esse deixam transparecer que a Instituição pensa na sua força de trabalho, nos servidores.”*



## 2.16 Na sua percepção, qual o grau de importância do Programa Bem-Estar no Trabalho para a qualidade de vida no trabalho e equilíbrio físico e mental dos servidores do Poder Judiciário?

Nesse quesito, não há gráfico correspondente, apenas observações importantes foram feitas no seguinte sentido:

- *“Esse programa tem um alto grau de importância, pois às vezes a administração alega que não tem como aumentar o salário por causa da questão orçamentária, porém o programa pode ser visto com uma das maneiras de valorizar o trabalhador.”*
- *“O curso deve ser ofertado para todos os servidores do Poder Judiciário, pois constitui uma iniciativa louvável no reconhecimento e valorização do servidor, produzindo aumento de produtividade e satisfação pessoal.”*
- *“Fundamental, no sentido de mudar a nossa forma de enxergar os desafios, a rotina e a relação com os colegas de trabalho.”*
- *“Muito importante para a conscientização dos servidores em tentar encontrar um equilíbrio entre trabalho, saúde (física, mental e psicológica).”*
- *“O Programa Bem-Estar no Trabalho é muito importante para a qualidade de vida do servidor judiciário porque, com a ajuda de profissionais altamente gabaritados, o servidor encontra ferramentas para melhorar o estado físico e emocional, o que contribui efetivamente para a qualidade do serviço público.”*
- *“O programa procura destacar a importância da saúde física, mental e social do Servidor, respeitando as suas condições para um melhor desempenho das suas atividades. Assim, o Servidor “bem cuidado”, certamente desempenhará o seu trabalho com muito mais eficiência e alegria.”*
- *“Esse programa permite que o servidor sinta-se reconhecido perante a instituição e com certeza todos os assuntos tratados influenciarão na qualidade do trabalho. Grau de importância máximo.”*
- *“Grau máximo, haja vista a reciprocidade entre Servidor, Trabalho e Instituição. Um servidor que está bem vai contribuir muito mais para a Instituição e realizará seu trabalho muito melhor, de forma harmoniosa e saudável.”*

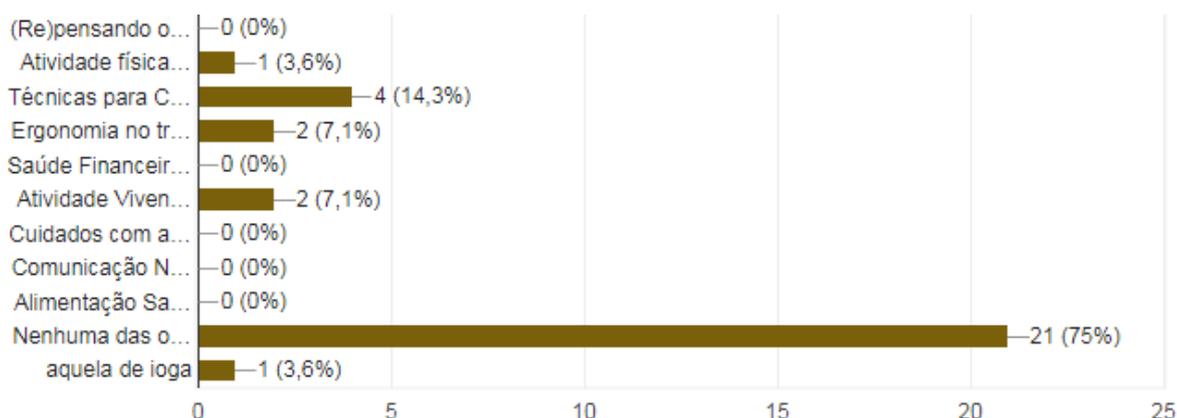
➤ “O Programa nos tira do “botão automático” e nos faz repensar nossas atitudes pessoais e profissionais. Todos os servidores deveriam participar do programa.”

➤ “Pelo que percebi, valio como uma ferramenta poderosa para reanimar e motivar os servidores, além de mostrar quão erroneamente às vezes trabalhamos, forçando o nosso metabolismo. Especialmente na minha área (Infância e Juventude) onde a adrenalina sobe quando se faz uma busca e apreensão de crianças, conduções de adolescentes infratores. No transcorrer do evento percebi que muitas vezes incorporamos os problemas alheios e isso me deixava muito estressado.”

➤ “Observo de fundamental importância essa reciclagem aos servidores o que reflete positivamente na produtividade.”

➤ “Melhora no relacionamento interpessoal e no atendimento.”

## 2.17 Quanto à relevância das palestras, em relação ao objetivo do programa, na sua opinião, alguma(s) poderia(m) ser dispensadas?



A maioria dos participantes que respondeu a esta pergunta afirmou que não deve ser dispensada nenhuma das palestras. Nos dizeres de alguns servidores, “todas as palestras foram importantes, elas se complementavam”, “(...) inclusive a ordem cronológica das palestras otimizaram a sua efetividade” e “todos os temas possuem uma relevância significativa sobre o Bem Estar no Trabalho, o programa está muito bem elaborado, não excluiria nenhum tema.”



Em contrapartida, 5 (cinco) respondentes cogitaram a possibilidade de exclusão da prática “Técnicas para controle do stress”, enquanto 2 (dois) elegeram o tema “Atividade vivencial: Um novo Olhar” e “Ergonomia no Trabalho” como dispensável. Somente um servidor apontou a palestra “Atividade física e qualidade de vida” como prescindível.

## **2.18 Em sua opinião, quais foram as duas melhores palestras/vivências do Programa Bem-Estar no Trabalho para Servidores?**

Esse quesito foi avaliado por 28 participantes do Programa. As duas melhores palestras foram “Comunicação Não-Violenta” e “Saúde Financeira”.

### **Comentários e sugestões finais:**

A maioria dos servidores respondentes aproveitou este espaço para agradecer e demonstrar o quanto ficaram realizados com a participação no evento organizado.

Como sugestões e agradecimentos, podemos destacar as seguintes:

➤ *“Parabéns pelo ótimo trabalho realizado na organização do evento, receptividade e solicitude no tratamento aos participantes, bem como escolha dos temas e palestrantes. Quanto ao local, apresentou boa estrutura e localização, além de um coffee break realmente delicioso. Agradeço imensamente a oportunidade e espero que se possa dar continuidade a este trabalho, pois o Tribunal de Justiça necessita de uma modernização na sua gestão de pessoas, com valorização e reconhecimento do servidor. Fui muito influenciada pelos temas e planejo aplicar o que aprendi na minha vida. Obrigada!”*

➤ *“Do início ao fim o Programa foi muito bem elaborado, e conduzido com maestria. Minha única sugestão é que o Programa seja disponibilizado mais vezes e em menor espaço de tempo para que mais colegas possam ser beneficiados.”*

➤ *“Esse programa deve ter continuidade, pois os temas palestrados tem importância fundamental no cotidiano do Servidor e interferem diretamente no seu ambiente de trabalho e no seu desempenho.”*



➤ *“Mais uma vez parabéns pela organização. Continuem com o programa e o aprimorem cada vez mais. Nós servidores do judiciário precisamos muito disso. Deixo como contribuição a sugestão de tornar esse programa itinerante e leva-lo a todas as comarcas, para que pelo menos uma vez no ano, todas as atividades sem interrompidas para repensar o trabalho, num dia de imersão reflexiva e vivencial, com a integração de todos os conteúdos. Mesmo parecendo ser uma utopia imaginar algo assim, acredito que precisamos de algo para nos mover em direção a um futuro melhor.”*

➤ *“Gostaria de encerrar minha avaliação, dizendo mais uma vez, que ter participado deste programa foi um presente pra minha vida e que vou guardar pra sempre na minha memória, porque foram momentos incríveis que passei, onde aprendi muitas coisas que vou levar pra minha vida e ainda vou poder compartilhar com todos que comigo convivem no dia a dia, sobre como saber viver melhor e com mais qualidade de vida, visando a promoção da saúde tanto pessoal como no trabalho. Adorei!!! Toda equipe está de Parabéns foram incríveis desde a organização, manutenção e acolhimento. Estou muito feliz e só posso agradecer pela oportunidade a mim concedida. Meu muito obrigada a todos!”*

➤ *“O Programa Bem Estar no Trabalho é muito gratificante, pois auxilia os Servidores no seu equilíbrio emocional, proporcionando um melhor entrosamento com seus colegas para uma melhor rapidez e cooperação com as atividades no trabalho.”*

### **3 CONCLUSÃO**

Diante do exposto, verifica-se que o Programa Bem-Estar no Trabalho cumpriu o seu objetivo, que foi o de proporcionar uma formação de vínculos positivos com o trabalho e o aumento da satisfação profissional e pessoal dos servidores do Poder Judiciário de Santa Catarina.

Sob o ponto de vista desta Divisão, as alterações realizadas em relação à programação da 1ª edição de 2017 trouxeram excelentes resultados. A partir dos *feedbacks* dos participantes, apurou-se a necessidade de proceder alguns ajustes no



que tange à carga horária e à forma de condução de algumas palestras. Com isso, o Programa é conduzido ao constante aperfeiçoamento e à instrumentalização, tanto da equipe organizadora, quanto dos palestrantes – a quem o resultado das avaliações individuais é repassado.

Com efeito, sob a ótica do elevado grau de satisfação e motivação despertados pelo presente Programa, extrai-se do presente relatório a necessidade de continuidade do evento nos anos seguintes, possibilitando, assim, o atendimento da grande demanda de servidores interessados. Inclusive, há casos de servidores que procederam à inscrição para esta edição, mas não conseguiram participar em razão da limitação do número de vagas.

Por fim, dos relatos dos participantes extrai-se que todos os assuntos abordados nas 10 (dez) palestras que tiveram foco no bem-estar, na saúde e na qualidade de vida, assim como a troca de experiências entre os participantes, contribuíram para a reflexão e prevenção da saúde física e mental.

Neste sentido, o Programa assume especial relevância nesta Instituição, pois atua de forma preventiva, com o propósito de fazer com que os servidores reflitam acerca de hábitos e estilos de vida que promovam saúde e bem-estar, conscientizando-os que esses fatores também estão diretamente relacionados à qualidade e produtividade no ambiente de trabalho.

Florianópolis, 5 de dezembro de 2017

Divisão de Desenvolvimento de Pessoas  
Diretoria de Gestão de Pessoas