

Relatório das Rodas de Apoio Virtuais

Identificação da demanda

Em decorrência da continuidade da pandemia da Covid-19, o ano de 2021 seguiu nos mantendo em contato com um cenário social incerto: mobilização para o retorno de algumas medidas mais restritivas ao convívio social seguida de medidas de afrouxamento das restrições; aumento da transmissão da doença e surgimento de novas variantes do vírus ao lado de um ritmo lento de vacinação; retorno do ano escolar com modificações na rotina dos estudantes e das famílias; dentre outros acontecimentos.

As experiências vividas ao longo do ano anterior em torno desses constantes desafios nos âmbitos pessoal e social, por outro lado, nos mostraram que o compartilhamento de vivências, a escuta e o acolhimento das emoções são movimentos que nos auxiliam a lidar com as questões mais sensíveis que tocam nossas vidas.

Em atenção à dinâmica do cenário e ao surgimento de novas necessidades, em especial na interseção entre o pessoal e o organizacional, as Rodas de Apoio Virtuais seguem oferecendo espaços virtuais para o encontro de grupo de colaboradores e de colaboradoras do Poder Judiciário de Santa Catarina - PJSC, realizados *online*, para escuta, acolhimento e partilha das experiências vivenciadas durante o período da pandemia do coronavírus.

Objetivos

Dentre os objetivos deste serviço, destacam-se:

- ✓ Oportunizar um espaço de diálogo e escuta empática para a manifestação dos participantes sobre os impactos decorrentes da pandemia da Covid-19 (isolamento social, demandas familiares e profissionais, cuidados com a saúde, entre outros) na relação das pessoas com o trabalho no PJSC.
- ✓ Oportunizar aos colaboradores e às colaboradoras do PJSC espaço para expressarem pensamentos, sentimentos e emoções que estejam presentes nas suas experiências durante este período, visando contribuir com o bem-estar.
- ✓ Favorecer a empatia, o apoio social, o aprendizado colaborativo e, conseqüentemente, o fortalecimento da coragem e da capacidade de resiliência.
- ✓ Conhecer as dificuldades vivenciadas por colaboradores e colaboradoras no momento presente, decorrentes das medidas de isolamento social e da necessidade de conciliar as demandas pessoais, familiares e profissionais em um mesmo ambiente, antevendo seus reflexos nas relações de trabalho.
- ✓ Identificar novas demandas que tendem a surgir para poder adequar a atuação da Seção Psicossocial Organizacional - SPO ao novo contexto social.

Desenvolvimento

O formato é de um encontro remoto com duração média de 2 horas, facilitado pela equipe de Psicologia da SPO. As edições de 2021 foram divulgadas por mensagem eletrônica e com notícias no Portal do Servidor, definindo-se o período de inscrições.

Desde o preparo de cada edição, surgiu o cuidado para criar a ambiência favorável à comunicação empática, ainda estabelecida na distância física entre os participantes. No formulário de inscrição, foram feitos levantamento de alguns dados qualitativos, visando contribuir para a abordagem na facilitação das rodas, e oferecer diálogo e apoio mútuo entre os participantes que estivessem vivenciando realidades próximas.

As temáticas centrais mobilizadoras da busca pelas Rodas foram: conciliação entre trabalho e cuidados com os filhos; demandas, mudanças e/ou conflitos nas relações de trabalho; proximidade com a aposentadoria; adoecimento e/ou morte de familiares e/ou amigos no período da pandemia; contexto e impactos da pandemia.

Além disso, procurou-se conhecer as possibilidades de cada inscrito sobre as ferramentas que dispõem para acesso à internet, e sobre o período de preferência para participação, se matutino ou vespertino, visando ampliar o bem-estar na participação.

Aos colaboradores e às colaboradoras também foi esclarecido que o espaço se caracteriza por uma atividade de escuta psicológica, empática e de compartilhamento de experiências, onde cada participante é acolhido em suas demandas, sendo ouvido e convidado a dialogar com os demais, na medida daquilo que desejar expor e apresentar, respeitando os limites pessoais de cada indivíduo.

Reforçamos o esclarecimento que os profissionais que conduzem as Rodas de Apoio Virtuais têm compromisso com sigilo ético da profissão de Psicologia e que as expressões individuais e grupais não são submetidas ao conhecimento de terceiros de forma que dê a possibilidade de identificação de quaisquer participantes. As Rodas foram planejadas em pequenos grupos também para favorecer a confiança mútua entre os participantes.

A cada agendamento, convidamos os colaboradores e as colaboradoras a buscarem o autocuidado, a fim de se sentirem confortáveis durante a participação na Roda de Apoio Virtual. E ao final de cada encontro, enviamos aos participantes um formulário para avaliação da Roda de Apoio Virtual, o qual foi desenvolvido pela SPO para registrar a reação de participação.

Caracterização do público participante

Considerando as edições abertas até o momento, já se realizaram 15 Rodas de Apoio Virtuais em 2021, com a participação de 49 colaboradores e colaboradoras, com os seguintes perfis:

- 03 participantes lotados no Segundo Grau e 46 lotados no Primeiro Grau;
- 45 mulheres, das quais 21 mães;
- 04 homens, dos quais 01 pai;
- 09 servidores e servidoras que residem sozinhos;
- 08 servidores e servidoras que residem com familiares idosos;
- 10 servidores e servidoras que residem apenas com cônjuges;
- 02 servidores PCD's (pessoas com deficiências);
- 06 participantes ocupantes de cargos ou funções de gestão;
- 00 magistrados.

Sobre as regiões de atuação, observa-se que, até o momento, houve maior adesão à participação de colaboradores e colaboradoras das regiões 5, 1, 8, 4 e 6, conforme distribuição regional que se visualiza no gráfico a seguir:

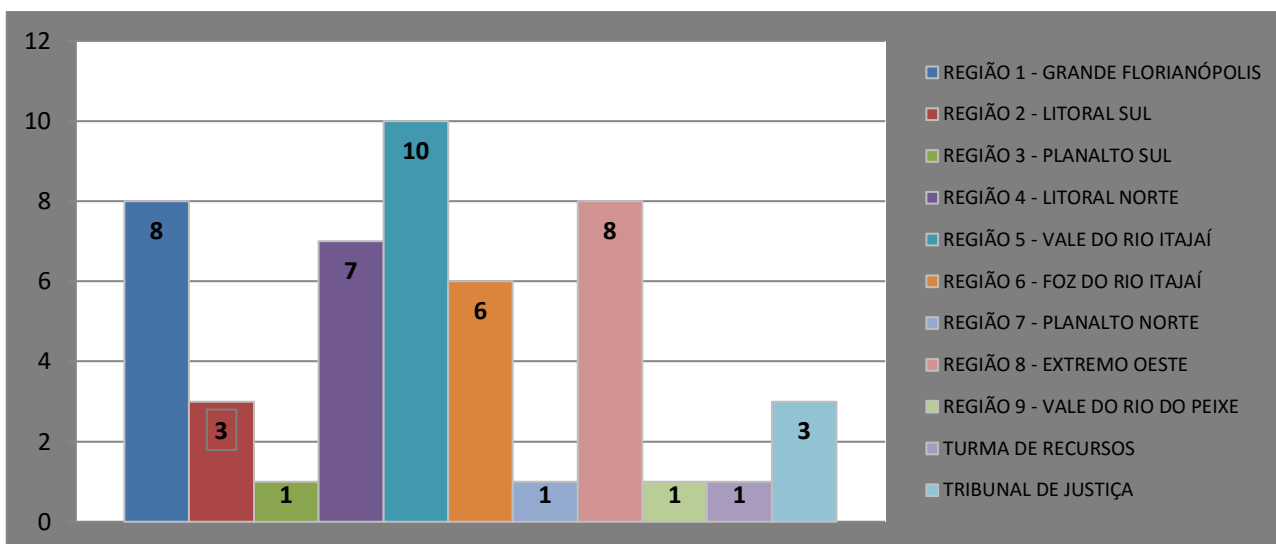


Gráfico 1 – Lotação dos participantes por região, Turma de Recursos e Tribunal de Justiça
Fonte: Banco de dados das inscrições

Já a participação por cargo pode ser visualizada no gráfico a seguir, evidenciando maior concentração nos cargos de Técnico Judiciário Auxiliar, Assessor de Gabinete e Assistente Social.

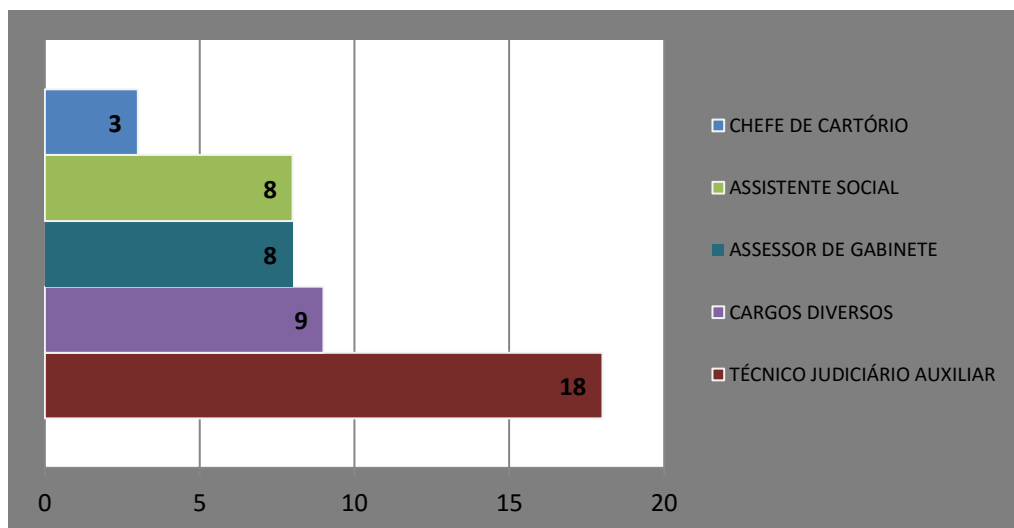


Gráfico 2 – Participante por cargos
Fonte: Banco de dados das inscrições

Dentre os cargos diversos, estão aqueles cuja participação foi contemplada pela presença de apenas um ocupante: Agente Administrativo Auxiliar, Analista Jurídico, Contador Judicial, Chefe de Seção, Distribuidor Judicial, Oficial de Justiça e Avaliador, Secretária, Psicólogo, além de servidor cedido pelo município.

Avaliação de Reação

Em 2021, até o momento, foram realizadas duas edições e um atendimento sob demanda contemplando a participação de 49 colaboradores e colaboradoras, ocupantes ou não de funções de chefia. Destes, 43 participantes responderam à avaliação, porém seguindo o propósito de avaliar

a reação, ou seja, como os participantes estavam ao sair do encontro, foram consideradas válidas 37 respostas, as quais foram realizadas até um dia após a participação no encontro.

Das respostas à avaliação de reação, percebe-se que o que motivou a busca pela Roda de Apoio Virtual para 97% dos participantes foi a necessidade de encontrar parceria e trocar experiências e para 92% a necessidade de conversar sobre seus sentimentos. Cerca de 73% buscou o serviço pela dificuldade de lidar com a expectativa de manter o ritmo de trabalho. E para 68% a motivação também foi a curiosidade ou vontade de conhecer a proposta; a dificuldade de lidar com acúmulo de afazeres (trabalho, família, casa, etc.) em função da quarentena; e ainda o aparecimento de alterações fisiológicas (sono, apetite, dores, hormônios, entre outros).

Dentre as motivações para participação, também estão o prejuízo na capacidade de concentração e/ou atenção que está afetando seu desempenho (57%); dificuldade de conciliar o trabalho com as demandas domésticas e/ou necessidades e dinâmica familiar (57%); sentimento de falta de flexibilidade/compreensão por parte do(s) gestor(es) ou da(s) gestora(s) em relação à realidade pessoal (27%), dificuldade de adaptar-se ao trabalho na modalidade *home office* (24%); retorno escolar dos filhos (22%); morte de familiares e/ou amigos durante a pandemia (16%); mudança de lotação ou assumindo cargo de chefia (11%); proximidade com a aposentadoria (5%).

Os participantes responderam à pergunta sobre quais sentimentos vivenciavam ou percebiam mais presentes para si durante a experiência do isolamento social. Conforme se visualiza abaixo, chegou a 97% a percepção de ansiedade e 81% os sentimentos de tristeza, desânimo e frustração. Destacaram-se, ainda, a sensação de impotência e a irritabilidade (78%), o medo (76%) e a confusão (65%). A percepção de solidão, confusão, tédio e incompetência foram apontadas por menos de 50% dos participantes, porém também se revelaram expressivamente.

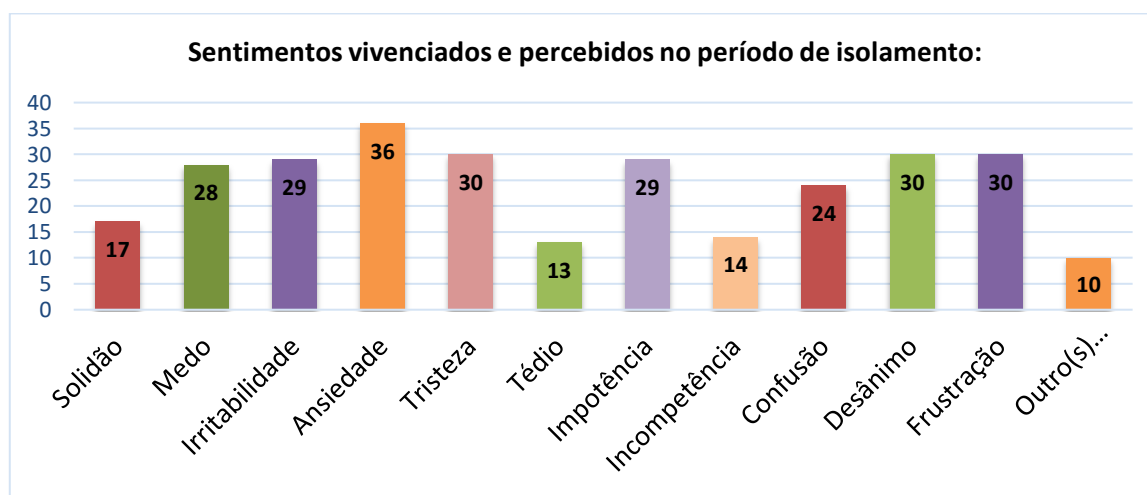


Gráfico 3 – Sentimentos vivenciados e percebidos no período de isolamento.
Fonte: Banco de dados da avaliação de reação dos participantes

Em relação à participação na Roda de Apoio Virtual, 97% das respostas apontam que os colaboradores e as colaboradoras conseguiram expressar muitas ou algumas vezes os pensamentos, emoções e sentimentos que estavam experimentando a partir do isolamento social, e 100% afirmou ter encontrado apoio e acolhimento quando se manifestou.

A percepção após a participação no encontro, revelada nas avaliações dos participantes, demonstra que 97% dos servidores identificaram sentimento de ser cuidado(a)/apoiado(a), leveza, alívio e sentimento de pertencimento. Muito próximo e com boa expressividade também identificaram calma, tranquilidade, aumento da confiança e maior coragem para lidar com o momento (89%). Esses dados seguem visíveis no gráfico a seguir.

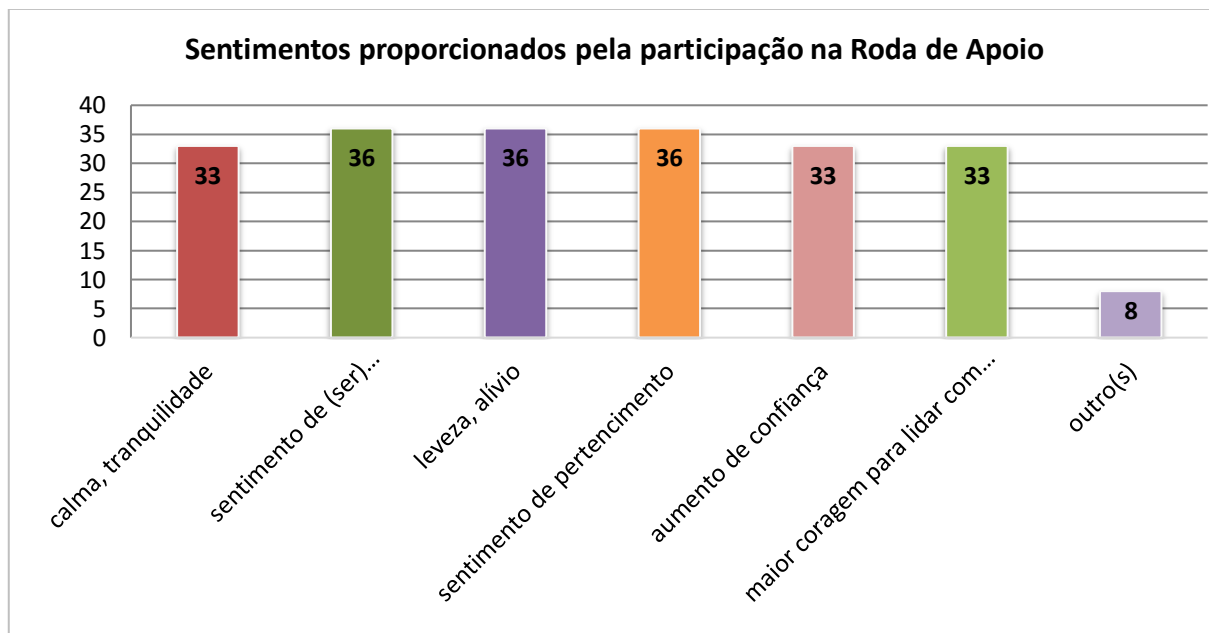


Gráfico 4 – Sentimentos proporcionados pela participação na Roda de Apoio Virtual.
Fonte: Banco de dados da avaliação de reação dos participantes

Em relação ao bem-estar enquanto colaborador ou colaboradora do PJSC, a participação na Roda de Apoio Virtual favoreceu:

- um espaço importante de diálogo (100%);
- a abertura mental para refletir sobre o momento atual (95%);
- a ampliação da atenção para cuidados com o corpo e/ou emoções (89%)
- o aumento da autoconfiança para lidar com os desafios do contexto presente (84%)
- a organização de ideias (81%);
- uma maior conexão com o trabalho (70%); e
- a redução de ansiedade e/ou medo (62%).

Considerações da Seção Psicossocial Organizacional

Na percepção e sentimento da equipe que realizou a facilitação das Rodas de Apoio Virtuais a metodologia de desenvolvimento circular fluiu bem para a expressão de todos os participantes, sendo que a experiência de grupos com quatro pessoas demonstrou que o tempo de duas horas se torna curto. A ocorrência de algumas desistências intempestivas, resultou na realização de duas Rodas com apenas um participante, o que prejudicou o objetivo de interação e troca, restando mais a característica de atendimento individual. Também resultou em sensação de menor aproveitamento o fato de alguns participantes dividirem a presença na Roda com alguma rotina de

trabalho, ou precisarem se ausentar antes do término do encontro. Porém, em geral, a percepção é de que o tempo é bem preenchido pelos participantes, algumas vezes excedendo o período planejado para o atendimento.

Quanto ao uso da tecnologia *online*, seguiu nos encontros de 2021 como um ponto desafiador e ao mesmo tempo revelador de boa potencialidade para o alcance dos serviços da SPO para todo o estado. As típicas dificuldades de conexão, em especial no uso da videoconferência na plataforma institucional, vêm mantendo mais efetivo o uso do aplicativo WhatsApp e da plataforma MeetGoogle. A natureza deste trabalho tende a exigir alto nível de atenção devido ao volume de emoções, e no atendimento virtual essa atenção se sobrecarrega pelo tempo olhando para a luminosidade da tela. Os ganhos são resultantes da possibilidade de reunir colaboradores e colaboradoras de diferentes cidades, além de oportunizar que os encontros aconteçam dentro de intervalos curtos e por não haver necessidade de deslocamentos.

Sobre o agrupamento, nas edições com temáticas abertas, foi fundamental não agrupar colaboradores e colaboradoras pertencentes à mesma unidade lotacional e não ter pessoas vinculadas pela hierarquia. Permaneceu a percepção de que quando os grupos puderam reunir perfis semelhantes ou interessados na mesma temática (o que nem sempre foi possível, devido ao número de inscritos e à disponibilidade dos participantes), era mais fluido fazer a roda circular.

A presença de troca, solidariedade, disponibilidade, identificação entre os participantes favoreceu o gosto pela aproximação e a escuta empática, de modo que os participantes, em geral, respeitaram o tempo de cada um e foram cuidadosos uns com os outros. Em alguns encontros, participantes trocaram contatos, intencionando a ampliação da rede de apoio.

Por vezes os participantes trouxeram o desejo de interação social e de conhecer pessoas, para poder conversar sobre questões da vida, com mais abertura e sem formalidades. Entretanto, quando ocorreu pouca identificação entre os participantes, houve maior dificuldade para aprofundar nas emoções, resultando na tendência a racionalizar as questões e demandas. Porém, também ocorreu que outros participantes puderam reconhecer sentimentos com os quais não faziam contato e mesmo numa atitude mais reflexiva, mantiveram contato com as emoções e demonstravam estar aprendendo com a experiência. As Rodas de Apoio Virtuais de 2021 seguiram cumprindo importante papel de dar e ecoar voz às dores que, no meio social e no contexto institucional, poderiam ser simbolizadas como inadequadas/indevidas.

As principais temáticas e demandas emergentes, muitas delas presentes desde as edições anteriores, abordam:

- o luto, seja pela morte de familiares e amigos, seja pelo amplo volume das mortes por coronavírus, e ainda as demais perdas ocorridas no contexto da pandemia, que tocam desde questões pessoais, familiares, financeiras, sociais, políticas, ambientais e organizacionais;
- a parentalidade e os reflexos na conciliação das funções da maternidade e da paternidade com o trabalho não presencial e a falta da rede de apoio, além da preocupação com o bem-estar dos filhos, em diferentes idades;
- as atitudes de assédio nas relações de trabalho;
- os conflitos interpessoais;

- as dificuldades de gestão, manifestadas pelos gestores frente à diversidade e ao volume de demandas exigidas dos gestores, e expressadas pelos servidores no sentimento de falta de compreensão e de interesse pela equipe por parte dos gestores;
- a qualidade de vida e a saúde mental, a necessidade de autocuidado e questões relacionadas ao próprio adoecimento, e ainda as limitações decorrentes da condição de deficiência física.

As questões de origem organizacional tangenciam especialmente, as recorrentes mudanças, o volume de trabalho somado à cobrança pela produtividade alta, o acúmulo de atribuições antigas e a chegada de novas exigências e formas de trabalho, que surgem para serem gerenciadas simultaneamente às antigas atribuições, dentre as quais destacam-se:

- o Plantão Judicial;
- a ausência de suporte efetivo ao Sistema e-proc;
- a implantação do Sistema SEEU;
- o atendimento pelo Balcão Virtual;
- o retrabalho decorrente do cancelamento de audiências;
- os prazos cobrados para digitalização e virtualização dos processos físicos.

Apesar das orientações e impedimento para a realização de trabalhos presenciais, foi mencionado que há colaboradores sendo chamados para reuniões e atividades presenciais, encontrando por vezes desrespeito das regras sanitárias exigidas pelo Tribunal, como o distanciamento e o uso de máscara. Em decorrência, também houve relato da categoria de oficiais de justiça que deixaram de cumprir atos externos nas ocasiões em que as atividades *in loco* estiveram suspensas, porém houve o acúmulo de serviço e a posterior cobrança pela produtividade.

A movimentação funcional, incluindo o ingresso recente no judiciário, a mudança de lotação e a proximidade da aposentadoria estão aparecendo com maior frequência, revelando impactos na dinâmica dos relacionamentos interpessoais, nas demandas de gestão de pessoas, além de reflexos no bem-estar dos colaboradores.

Um sinal de alerta que se evidenciou em 2021 foi a ausência do convívio do grupo de trabalho, ainda que virtualmente, muitos mencionaram sentir falta do relacionamento informal que existia no modo presencial, e que houve um esfriamento no contato com os colegas, restando, na maioria das vezes, apenas a troca de mensagens e e-mails sobre resolução das tarefas.

Além disso, os colaboradores têm apontado o descontentamento com a necessidade de cobrir as despesas para a realização do trabalho, notadamente o sustento e a manutenção dos recursos tecnológicos de informática e de comunicação.

Tais aspectos, tanto os que tocam a movimentação funcional, quanto os que envolvem as relações interpessoais, e a necessidade de arcar com os custos do trabalho, descaracterizam o sentimento de pertencimento e podem comprometer o engajamento produtivo, a qualidade final do serviço e, em especial, o significado subjetivo do trabalho.

Nesse sentido, um dos participantes trouxe manifestação que corrobora com a análise da SPO sobre a necessidade de contribuir com o desenvolvimento de espaços de convivência para as equipes de trabalho:

- *“Lanço o desafio de realizar as rodas com servidores do mesmo setor, e também e grupo de gestores. Conhecer o trabalho dos colegas é importante, para que o trabalho em equipe possa fluir bem, com cooperação, sem comentários do tipo ‘não é minha atribuição’. O diálogo, tão esquecido pelo TJ, é de grande valia. ‘Uma conversa sincera de vida a vida pode suavizar e derreter até corações congelados’.”*

Sobre a continuidade desse serviço, os participantes manifestaram:

- *“Adorei! Sugestão: ampliar o número de encontros com o mesmo grupo.”*
- *“Necessitamos de mais edições do evento. Certamente tentarei me inscrever na próxima oportunidade novamente.”*
- *“É minha segunda participação e novamente gostei muito. Agradeço muito a toda equipe que está envolvida na organização e manutenção desse programa. Agradeço também a todas(os) colegas que se propuseram a participar. Acredito que essa troca só nos fortalece enquanto seres humanos.”*
- *“Gostaria de ter a oportunidade de participar mais vezes.”*
- *“Minha única queixa é que eu queria mais, é difícil se abrir com pessoas estranhas, mas a medida que cada uma conta a sua história a gente se reconhece em muita coisa e a troca é muito rica. Gostaria de verdade que tivesse uma continuidade.”*
- *“Se possível, gostaria que fossem proporcionados mais momentos como esse! Muito obrigada!!”*
- *“Todos os servidores teriam que ter a oportunidade de participar. Foi muito bom.”*
- *“Quero destacar minha satisfação em participar na Roda de Apoio Virtual, pois é salutar a troca de experiências entre os colegas de Poder Judiciário. Minha sugestão é a transformação do caráter provisório por conta da pandemia em permanente, principalmente após a pandemia. Quero participar em outras temáticas, preferencialmente no período matutino, pois no período vespertino estou dedicado ao trabalho.”*

E por fim, destacam-se alguns relatos a respeito da vivência nas Rodas de Apoio Virtuais.

- *“Acho que expressar o que sentimos é também um treino de aceitarmos a nossa fragilidade como seres humanos. A roda de conversa faz um papel muito bonito nesse ponto, pois é um local seguro, onde nos sentimos à vontade para expor essas fragilidades e, para nossa surpresa, nos encontramos com as fragilidades dos outros. Por isso nos sentimos amparados e acolhidos.”*
- *“São questões válidas e importantes porque é muito bom podermos expressar de alguma forma o que sentimos.”*
- *“Me senti acolhida, compreendida nas minhas angústias. Apesar de não ter conseguido me sentir inteira na roda de conversa, pois estava muito preocupada com um processo urgente para atender, gostei muito de participar. Desabafar/compartilhar aliviou um pouco. Me senti*

ouvida. A resolução ou alívio das queixas persistem e vão persistir até o Tribunal resolver contratando mais servidores e olhando para essa questão do plantão.”

- *“A iniciativa foi muito boa, muito necessária e útil. O grupo com poucas pessoas contribui para que todas se sentissem ouvidas e acolhidas. A Psicóloga foi muito atenciosa e soube conduzir o grupo com leveza, respeito e acolhimento. Sou muito grata por ter participado desse grupo.”*
- *“Espaço privilegiado para sermos escutados em momento tão delicado. Super agradeço a oportunidade.”*
- *“Acho de muita importância essa prática das rodas de apoio virtual e acho que seria interessante que para determinados casos fossem feitas individualmente também. Vejo pelos servidores da minha comarca que em sua maioria necessitam desse tipo de apoio.”*
- *“Compartilhar meus sentimentos com os colegas e perceber que não sou só eu, fez-me muito bem.”*
- *“Sensação de ser ouvido , de sentir-se humano e não uma máquina de produtividade Ferramenta muito, muito importante, necessária, fundamental, não só em tempos de pandemia. Creio que os servidores têm enfrentado muitos desafios e sentem-se sós, cansados, cobrados, desvalorizados pela sociedade e também pelos seus Gestores que os veem muitas vezes como números, como cumpridores de metas.”*
- *“Me senti ‘pesada’, ‘tensa’, acredito por ter conseguido me expor, o que teve seu lado bom também. Agradecimento, senti que o TJ se preocupa conosco.”*
- *“Senti empatia pelas participantes, me senti compreendida, ouvida e encorajada a tomar atitudes que contribuam para minha saúde mental.”*
- *“Aplaudo a iniciativa. Me surpreendeu e contribuiu positivamente para minha realidade de trabalho.”*
- *“Projeto importante para os servidores. Mantenham-no vivo! Divulguem mais e mais. Estamos todos precisando parar para pensar e sentir sobre o que está acontecendo conosco e com o mundo. Foi ótima a condução. Grande abraço!”*
- *“Diante da necessidade de isolamento social devido a pandemia e todos em home office, não conseguimos externar as dificuldades encontradas na prestação do serviço jurisdicional e a roda de apoio oferece essa oportunidade.”*
- *“Encontrei na roda de apoio um suporte emocional, um colo. Me senti muito acolhida e fiquei feliz em poder trocar experiências com pessoas que vivenciam dificuldades semelhantes às minhas. Pena que não consegui ficar até o final. Ligaram da escola da minha filha e tive que buscá-la às pressas, pois não estava bem. Espero ter outras oportunidades como esta. Nos faz bem e nos motiva saber que o Tribunal está preocupado com a nossa saúde emocional e providenciando meio de minimizar os efeitos devastadores da pandemia, aliados, é claro, a problemas de diversas ordens que fazem parte da vida. Obrigada!”*
- *“Ajudou a me libertar de algumas ‘culpas’. Muito bom ter participado. Bom saber como está sendo a vidas das colegas neste momento, como estão lidando com seu dia-a-dia, seus sentimentos. Me senti acolhida.”*
- *“Muito importante essa troca de experiências e emoções, quero agradecer a todas as participantes e também a todos os envolvidos.”*
- *“A experiência superou as minhas expectativas, espaço livre para cada um comentar sobre as suas vivências, me senti como se num grupo presencial eu estivesse. Saber que eu posso*

contribuir com os colegas, e que as vivências deles também podem acrescentar muito nas minhas experiências. Uma iniciativa muito importante, mostrando que para o TJSC não sou somente uma matrícula, mas um ser humano que contribui no contexto em que atua, mas que também precisa ser visto como alguém que às vezes precisa da contribuição do 'outro'... ainda que seja numa roda de conversa!"

- *"Importante canal para podermos expormos nossos sentimentos, escutar outros depoimentos, aprender, desabafarmos."*
- *"Compartilhar vivências pessoais com um número reduzido de pessoas foi confortável. É prazeroso participar. A sensação de que 'tem alguém que se preocupa com você' é muito boa, acalma a alma..."*
- *"Agradeço às colegas que participaram e foram sensíveis às minhas angústias e sentimentos. Agradeço à psicóloga que conduziu a conversa de forma profissional e também com muito carinho e cuidado com cada uma das participantes. Foi uma oportunidade ímpar. Olhar para dentro de si..."*

Seção Psicossocial Organizacional, 1º de junho de 2021.

Rodas de Apoio Virtuais - 2021

Psicólogos que atuaram na facilitação: Cezar Sales dos Santos Junior, CRP 12/15.590, Fernanda Chede Rotolo Caldas, CRP 12/04691, Karen Neumann, CRP 12/04522 e Luciana Rabello Silva, CRP 12/03963.

Atividades administrativas: Daniela Farias Rodrigues

Chefe da Seção Psicossocial Organizacional: Karen Neumann

Chefe da Divisão de Desenvolvimento de Pessoas: Marcelo Dias e Silva

Diretor de Gestão de Pessoas: Rafael Giorgio Ferri