PROGRAMA
Bem Estar
NO TRABALHO

RELATÓRIO DO PROGRAMA BEM-ESTAR NO TRABALHO 1ª EDIÇÃO DE 2019

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

RELATÓRIO DAS AVALIAÇÕES DO PROGRAMA BEM-ESTAR NO TRABALHO 1ª EDIÇÃO DE 2019

INTRODUÇÃO

O Programa Bem-Estar no Trabalho, idealizado e realizado pela Divisão de Desenvolvimento de Pessoas da Diretoria de Gestão de Pessoas, busca a construção de vínculos positivos com o trabalho, além da valorização e motivação dos servidores do Poder Judiciário de Santa Catarina.

O evento possui a duração de três dias consecutivos e conduz os servidores participantes por meio de palestras, debates e vivências de grupo, à reflexão sobre assuntos que favorecem o desenvolvimento de vínculos positivos com o trabalho. Para tanto, o evento abordou temas, entre outros, relacionados a cuidados com a saúde física e mental, atenção plena, alimentação saudável, ergonomia, educação financeira, planejamento pessoal, comunicação e trabalho voluntário.

O programa alinha-se às diretrizes de cuidado com a saúde e valorização de servidores do Judiciário catarinense, à Política de Atenção à Saúde de Magistrados e Servidores do Poder Judiciário, descrita na Resolução n. 207/2015 do Conselho Nacional de Justiça, e à Política Nacional de Gestão de Pessoas no âmbito do Poder Judiciário, disposta na Resolução n. 240/2016 do Conselho Nacional de Justiça.

O presente relatório tem por objetivo apresentar o resultado das avaliações realizadas pelos participantes do Programa Bem-Estar no Trabalho – 1ª edição de 2019 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 3, 4 e 5 de julho e teve a participação de 30 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 efetividade do programa, com a finalidade de identificar oportunidades de melhoria a serem implementadas em futuras edições.

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

Neste sentido, o Programa Bem-Estar no Trabalho reitera o compromisso do Tribunal de Justiça de Santa Catarina com o processo de construção de uma gestão mais humanizada ao oferecer um programa que atua de forma preventiva, promovendo a saúde física e emocional dos servidores.

1. DADOS GERAIS

	PARTICIPANTES
Avaliações encaminhadas	**30**
Avaliações respondidas	**30**
Porcentagem de respostas	**100%**

O questionário, encaminhado por meio de mensagem eletrônica a todos os servidores que participaram desta edição do Programa, foi desenvolvido na plataforma *Google Docs*. De 30 formulários de pesquisa enviados, 30 retornaram respondidos, número que corresponde a 100% do total do público pesquisado. Conforme ser verá adiante, o resultado da avaliação revela a importância do programa.

Cumpre destacar que abaixo de cada pergunta prevista no formulário consta um campo aberto, no qual os participantes consignaram suas observações sobre o evento.

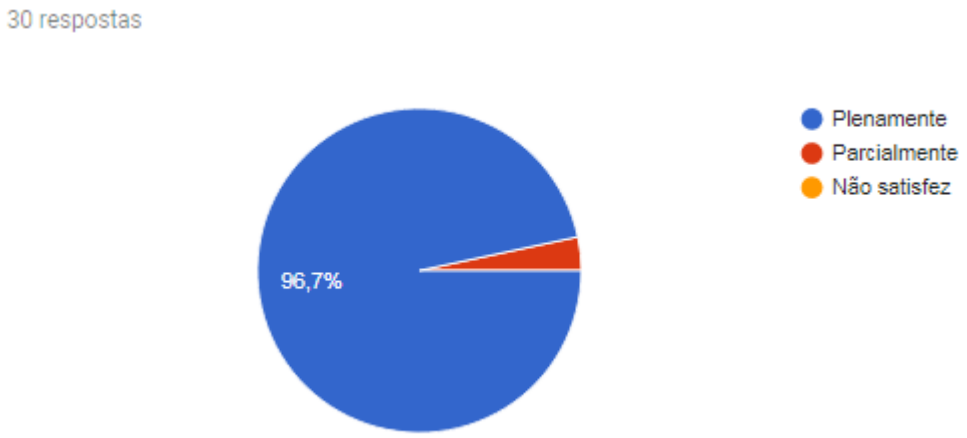
2. RESULTADOS DOS QUESTIONÁRIOS RESPONDIDOS PELOS PARTICIPANTES

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:

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.1. O programa satisfez suas expectativas?



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 consideraram suas expectativas plenamente atendidas, com exceção de 1 que reconheceu este item como parcialmente atendido.

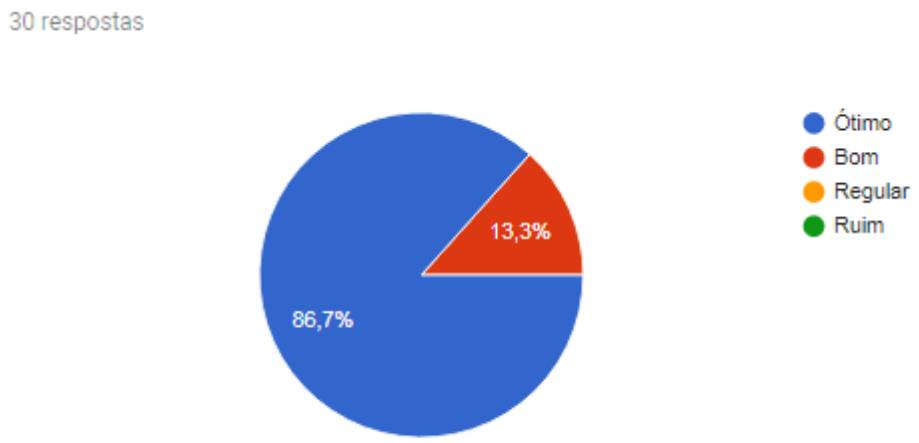
Consoante comentários tecidos por aqueles que elogiaram o evento, o programa foi um *"momento único e indispensável para reflexão sobre nosso bem-estar no trabalho."* A única crítica foi em relação ao tempo da palestra que, segundo o participante, foi curto para a abordagem de todos os temas.

Conclui-se, portanto, que de modo geral o Programa superou as expectativas dos participantes.

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.2. Avalie sua disponibilidade e abertura para participar das palestras, práticas e atividades vivenciais:



Tal questionamento tem como finalidade proporcionar a autoavaliação dos participantes. O resultado mostra que a maioria dos participantes que responderam à pesquisa considera que esteve disponível para participar das palestras e vivências, ao passo que 13,3% pontuam que estavam parcialmente disponíveis.

Nesse sentido, a autoavaliação oferece a oportunidade de reflexão sobre a disponibilidade de experimentar novas formas de interação durante o programa.

Destaca-se que 2 (dois) respondentes teceram elogios sobre este item, a exemplo dos colacionados abaixo:

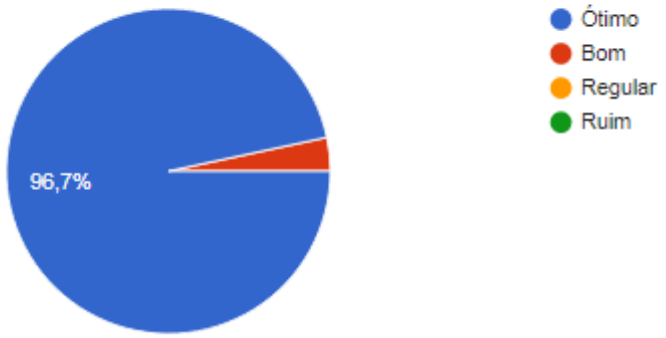
- *"O programa foi muito bem planejado. A atividade inicial aproximou os participantes e nos deixou muito à vontade para as próximas atividades."*
- *"Me senti completamente acolhida pela equipe, o que facilitou minhas vivências. "*

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.3. Avalie o desenvolvimento de novos conhecimentos, percepções, habilidades ou atitudes:

30 respostas



Esta pergunta faz parte do campo da autoavaliação do participante e revela um dado estatístico muito importante no sentido de verificar se os propósitos do programa foram atingidos.

Assim como no questionamento anterior, a maioria dos participantes que responderam à pesquisa considera que desenvolveu novos conhecimentos, percepções, habilidades ou atitudes e apenas um participante entendeu que desenvolveu de modo parcial.

Os comentários feitos no campo aberto para observações são os seguintes:

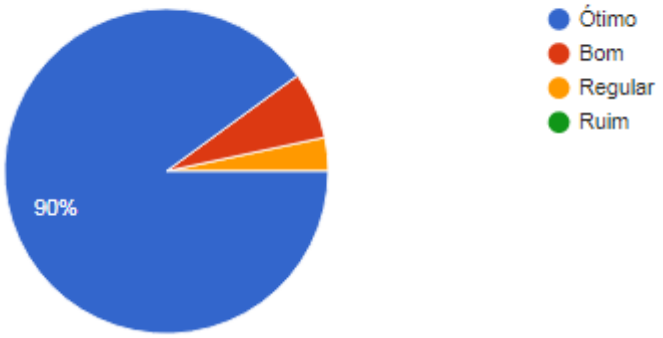
- *"Todos os conteúdos foram muito proveitosos e bem passados "*
- *"Tanto para o trabalho como para a vida pessoal "*
- *"Reafirmei minhas convicções de que devo estar bem para melhor desempenhar minhas tarefas "*
- *"Muito bom poder, de vez em quando, parar um pouco, sair da rotina e da zona de conforto que é o nosso trabalho, e poder perceber que podemos adquirir novos conhecimentos, desenvolver novas habilidades que possam agregar mais prazer ao trabalho e à vida pessoal, reconhecer que podemos ter algumas atitudes que podem mudar aquilo que não está muito bom, trazendo benefícios para nós mesmos e para os colegas."*

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.4. Avalie a ampliação do autoconhecimento:

30 respostas



No presente campo da avaliação, o servidor teve a oportunidade de analisar a ampliação do autoconhecimento após a participação no Programa Bem-Estar no Trabalho.

A reflexão sobre a importância do equilíbrio físico e mental para o bem-estar do servidor no trabalho e seu impacto na qualidade de vida tanto pessoal quanto profissional foram temas trazidos durante o evento que proporcionaram a ampliação do autoconhecimento.

Nesse sentido, a pergunta acima atingiu 90% para a opção “ótimo”. A propósito, o participante que preencheu o campo “observações” reconheceu que “*essas oportunidades são muito importantes para ampliar o autoconhecimento. Novas situações, novas mudanças nos trazem possibilidades de perceber e conhecer algo em nós mesmos que não imaginávamos que seríamos capazes de sentir ou de realizar. E trazer à provocação disso em nós mesmos é muito válido. Posso dizer que tive sim a ampliação do autoconhecimento, descobrindo coisas que nem conhecia em mim mesma.”*

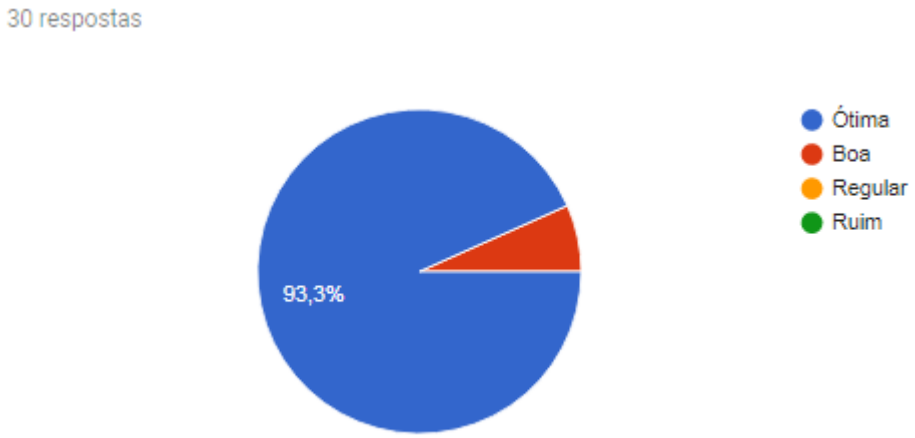
PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.5. Avaliação da atividade vivencial: Acolhimento

2.5.1 Conteúdo

2.5.2 Forma de Apresentação



Atividade ministrada pelos psicólogos da Seção Psicossocial Organizacional da Diretoria de Gestão de Pessoas do TJSC, Cezar Sales dos Santos Júnior e Karen Neumann. Na condição de instrutores internos, ambos atuaram facilitadores na dinâmica de grupo que promoveu a interação do grupo na abertura do programa.

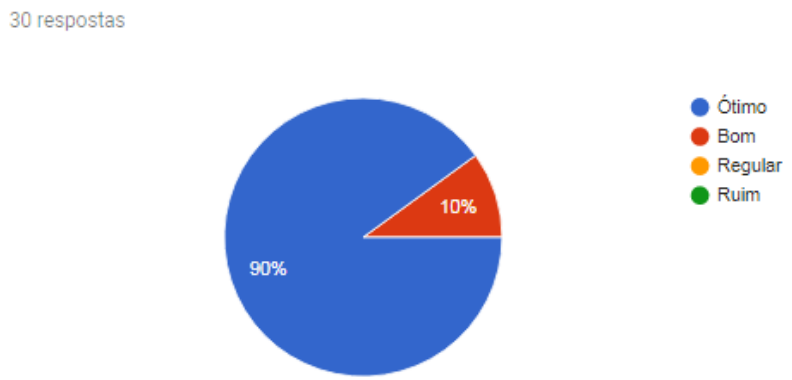
Pertinente ao conteúdo, 100% dos participantes consideraram-no ótimo. A forma de apresentação foi avaliada como ótima por 93,3% dos respondentes e boa por 6,7%.

Os comentários e sugestões pertinentes são os seguintes:

- *"Pessoas muito preparadas conduziram esta parte. Realmente conseguiram a aproximação das pessoas, o despertar do sentimento de grupo, e nos deixar à vontade para as atividades que seguiram."*
- *"Os dois são fantásticos e envolveram o grupo de forma natural."*
- *"Não existe outra forma de acolhimento que não seja a interação da forma como ocorreu, da forma como eles sabem fazer. A Karen e o Cezar têm essa capacidade de tocar no nosso íntimo e provocar reações por demais verdadeiras quando somos expostos ao grande grupo. Eles conseguem captar a essência de cada um, num simples olhar. E trazer à tona sentimentos mais sinceros e genuínos. Conseguimos sentir ao mesmo tempo felicidade, paz e o verdadeiro acolhimento. Foi um momento único no programa, por demais valioso."*

2.6. Avaliação da palestra: Atenção Plena

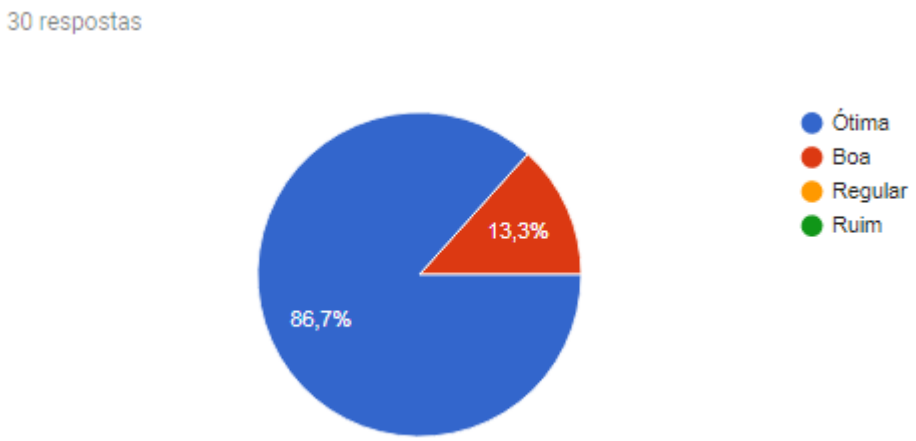
2.6.1 Conteúdo



PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.6.2 Forma de Apresentação



A palestra Atenção Plena foi incluída nesta edição do programa. As profissionais Rita de Cássia Custódio Remonato, Suellen Mafra Souza e Leila de Souza Lemos abordaram a parte teórica e conduziram exercícios relacionados à saúde emocional, bem como técnicas para manter o foco da atenção para o momento presente, enfatizando os benefícios dessas práticas para a qualidade de vida.

A palestra teve grande aceitação por parte dos servidores, tanto que o conteúdo foi avaliado ótimo por 90% dos participantes e bom por 10% dos respondentes.

A forma de apresentação foi considerada ótima e boa por 86,7% e 13,3% dos servidores, respectivamente.

No campo “observações” um respondente sugeriu que a apresentação *“poderia ter ocorrido após a apresentação da palestrante que veio em seguida (saúde financeira).”*

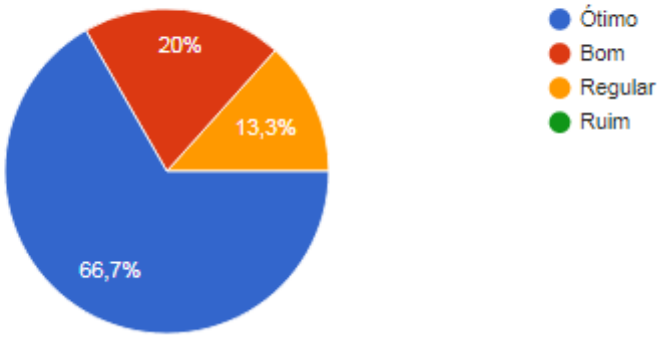
PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.7. Avaliação da palestra: Saúde Financeira

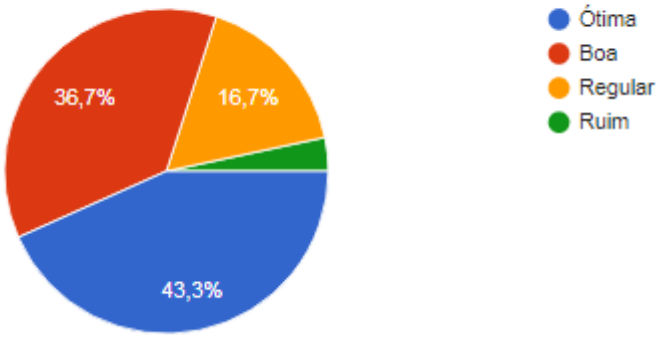
2.7.1 Conteúdo

30 respostas



2.7.2 Forma de Apresentação

30 respostas



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

Com um índice satisfatório de aceitação, o conteúdo da palestra obteve o conceito ótimo e bom, respectivamente, por 66,7% e 20% dos respondentes. Registra-se que 13,3% atribuíram o conceito regular para este quesito.

A forma de apresentação, de modo geral, atendeu às expectativas, com 43,3% no conceito ótimo e 36,7% no conceito bom. Os conceitos regular e ruim correspondem aos índices de 16,7% e 3,3%.

A exposição da temática pela palestrante despertou nos participantes a consciência da importância do assunto. Seguem alguns dos comentários e sugestões:

- *"Excelente palestrante e conteúdo importantíssimo. Seria maravilhoso se houve um curso somente sobre esse tema."*
- *"Palestrante excelente, vou levar para a vida. Além da saúde financeira, a palestra fala também de autorresponsabilidade, de protagonismo pessoal. Palestrante muito bem preparada. Soube controlar o tempo e lidar com as interrupções. Me cativou e vou buscar mais conhecimentos nesta área."*

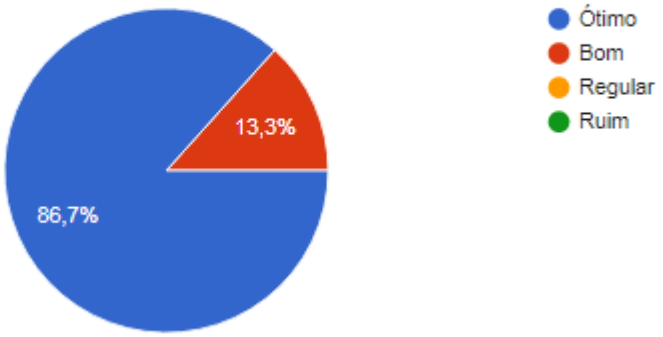
Contudo, na visão dos avaliadores, não houve tempo hábil para a explanação, dificultando a compreensão do tema.

As considerações registradas pela minoria insatisfeita foram repassadas para a profissional com o intuito de aprimoramento da condução da palestra, o que contribuirá para o aperfeiçoamento do evento.

2.8. Avaliação da palestra: Cuidados com a saúde

2.8.1 Conteúdo

30 respostas

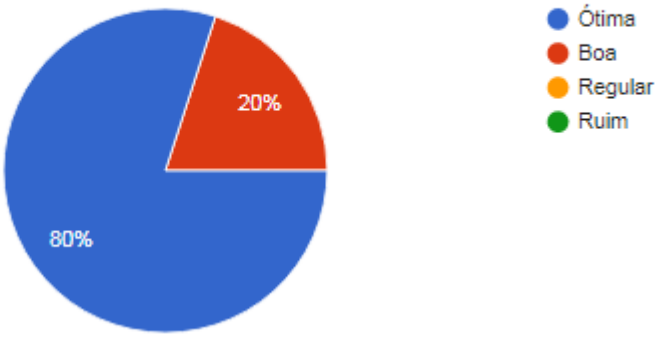


PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.8.2 Forma de Apresentação

30 respostas



Tema apresentado pela médica da Diretoria de Saúde do TJSC, Graciela de Oliveira Richter Schmidt, 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 86,7% e 13,3% nos conceitos ótimo e bom, respectivamente. Quanto à forma de apresentação, 80% respondentes avaliaram a palestra como ótima, ao passo que 20% consideram este item como bom.

Cumpre destacar o seguinte comentário: *"Dinâmica e clara. Perfeita explanação e exemplos."*

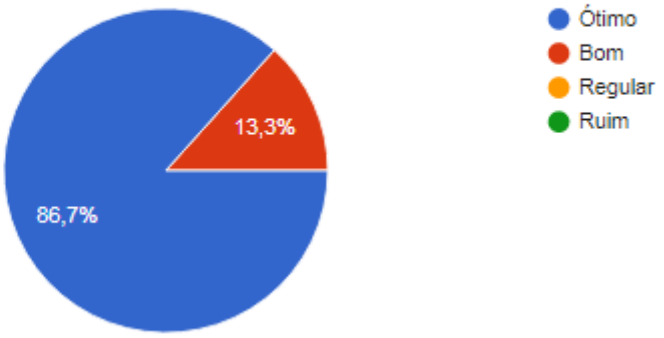
PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.9. Avaliação da palestra: Alimentação saudável

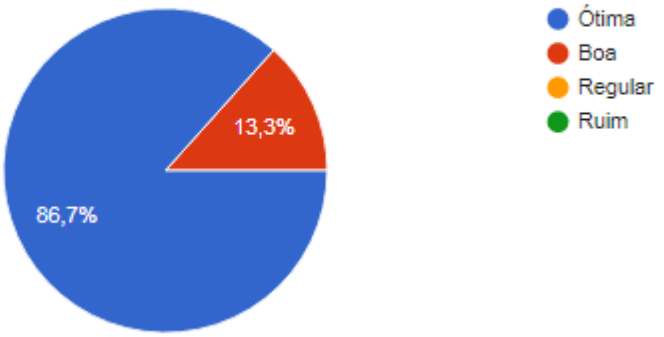
2.9.1 Conteúdo

30 respostas



2.9.2 Forma de Apresentação

30 respostas



Palestra ministrada pela nutricionista Suellen Mafra Souza, que explorou o conhecimento teórico relacionado a uma alimentação saudável.

O conteúdo e a forma de apresentação foram muito bem avaliados, tanto que obtiveram elevados índices de satisfação: 86,7% respondentes consideraram esses quesitos como ótimos e, 13,3%, como bons.

Na visão dos respondentes, a palestrante foi considerada:

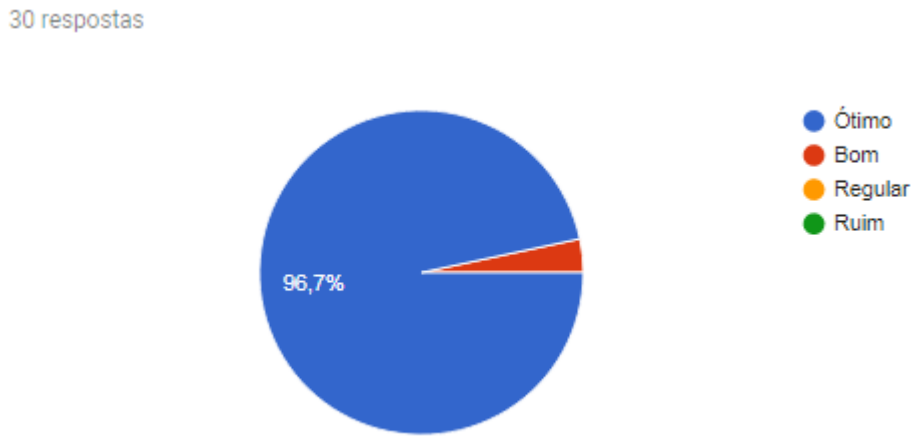
- *“Muito tranquila e com muito conhecimento da causa. Com certeza uma palestra bem aproveitada. De uma certa forma, consegui aprender um*

pouco mais acerca de como cuidar da alimentação e como comer corretamente, sem excessos e sem radicalismo"

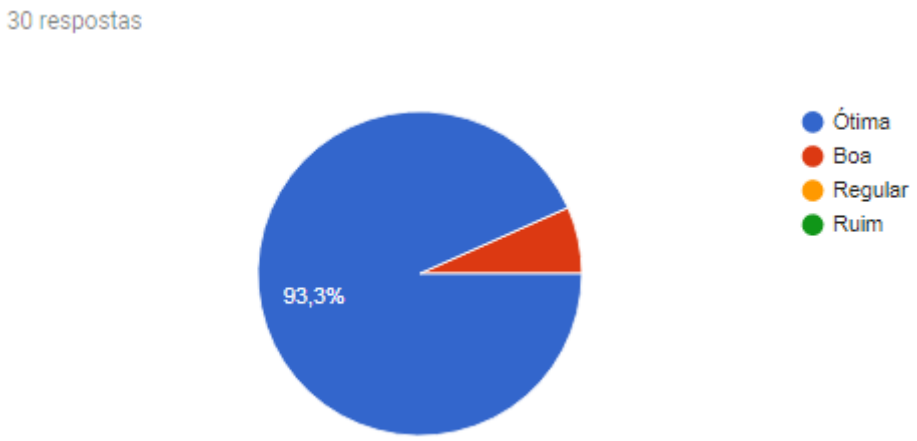
- *"[...] muito desenvolta, atraindo a atenção."*
- *"[...] Dinâmica e clara. Perfeita explanação e exemplos."*

2.10. Avaliação da palestra: Comunicação Não-Violenta

2.10.1 Conteúdo



2.10.2 Forma de Apresentação



O presente 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.

O conteúdo da palestra foi avaliado como ótimo por 96,5% dos servidores respondentes e como bom por apenas 3,3%. A forma de apresentação foi considerada ótima por 93,3% e boa por 6,7%.

Extrai-se dos comentários diversos elogios, veja-se:

- *"Excelente. Palestrante muito bem preparada. Conseguiu a atenção do grupo. Tema excelente. Quero me inscrever no curso específico do tema."*
- *"Primeira vez que tive contato com esse tema, e foi muito enriquecedor e com certeza me leva a pesquisar mais sobre esse tipo de comunicação."*
- *"Foi um dos pontos altos. Conteúdo e apresentações impecáveis.*

Contudo, o tempo da palestra, por ter sido considerado curto, será levado em consideração nas futuras edições para aperfeiçoar a abordagem deste tema.

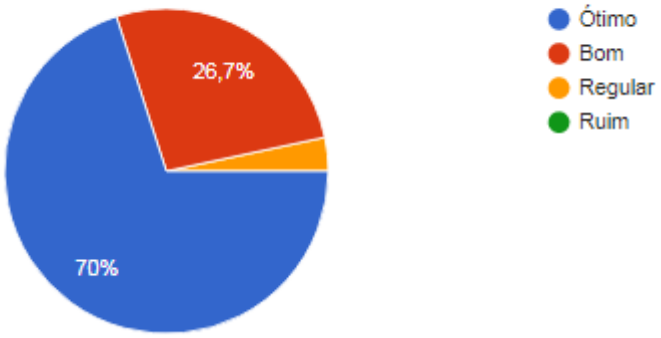
PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.11. Avaliação da palestra: Ergonomia no Trabalho

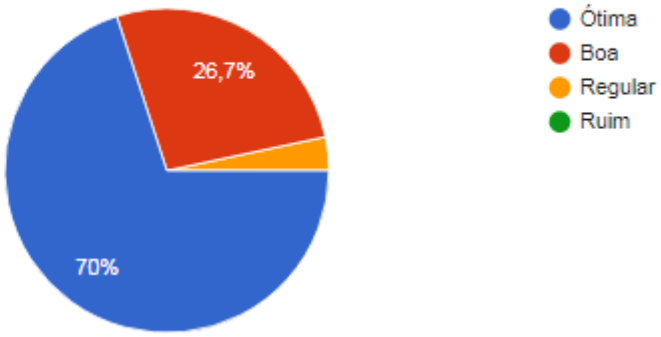
2.11.1 Conteúdo

30 respostas



2.11.2 Forma de Apresentação

30 respostas



Tema abordado de maneira expositiva pela servidora Vanessa Zomer Fenili, Chefe da Seção de Ergonomia da Divisão de Projetos em Saúde do TJSC.

Tanto o conteúdo como a forma de apresentação foram avaliados como ótimo por 70% dos participantes, bom por 26,7% e regular por 3,3%.

Convém citar o elogio feito no campo aberto para observações:

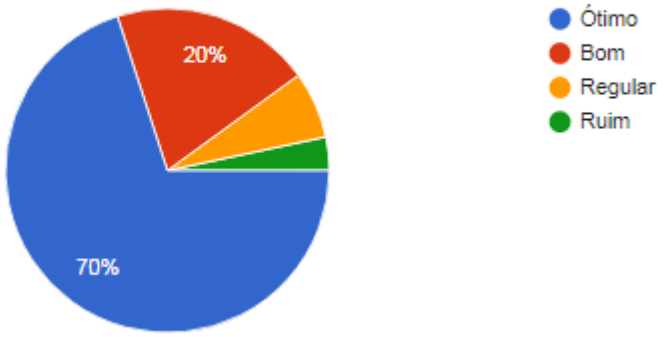
- *“Muito importante a questão da ergonomia, e muito gostoso o momento de relaxamento ao final da palestra. Considero que deveríamos ser incentivados a realizar os exercícios todos os dias. Sugiro que possam de vez em quanto nos repassar os exercícios, pois acabamos esquecendo como se faz.”*

O tempo também foi considerado como ponto que comporta melhoria.

2.12. Avaliação da palestra: Protagonismo e Planejamento Pessoal

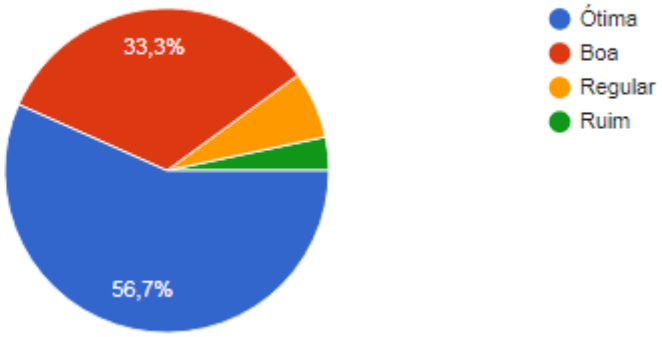
2.12.1 Conteúdo

30 respostas



2.12.2 Forma de Apresentação

30 respostas



Tema abordado de maneira expositiva pela servidora Carolina Sparvoli Gaubert, da Divisão de Gestão de Cargos da Diretoria de Gestão de Pessoas do TJSC.

Esta palestra foi avaliada como ótima e boa por 70% e 20% dos respondentes, respectivamente, enquanto 6,7% consideram regular, e, 3,3%, ruim.

Já de acordo com forma de apresentação, 56,7% dos participantes acharam a palestra ótima e, 33,3%, boa. A minoria de 6,7% e 3,3% atribuíram o conceito de regular e ruim, respectivamente, para este quesito.

Convém citar os aspectos positivos registrados no campo destinado às observações:

- *"Importantíssimo saber que somos protagonistas das nossas, lembrando que podemos mudar sempre. E que o planejamento pessoal precisa, sim, entrar na nossa rotina para podermos fazer melhor uso de nosso tempo e de nossos recursos, e consequentemente sermos melhor em tudo, na vida e no trabalho."*
- *O tema "Protagonismo e Planejamento Pessoal" é excelente. A palestrante demonstrou muito conhecimento na área [...]"*

Anota-se que a palestrante foi cientificada quanto aos pontos que comportam melhoria, a exemplo da gestão do tempo da sua palestra, o que contribuirá para o aprimoramento de sua atuação em edições futuras.

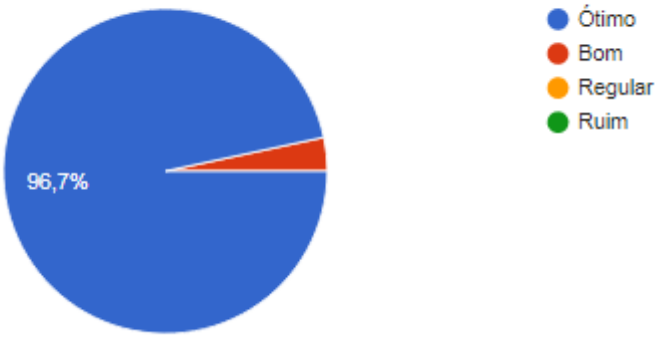
PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.13. Avaliação da palestra: Trabalho Voluntário

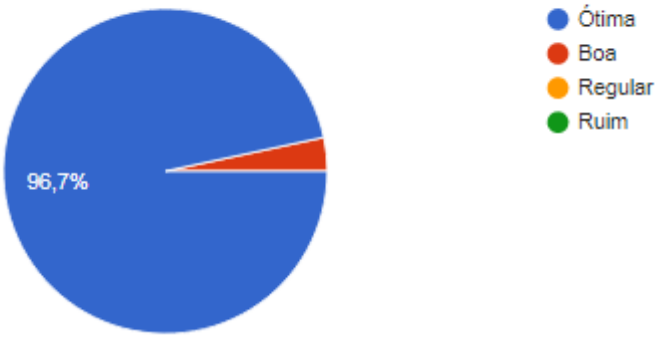
2.13.1 Conteúdo

30 respostas



2.13.2 Forma de Apresentação

30 respostas



Esta palestra apresentou elevado grau de aceitação tanto no que em relação ao conteúdo como à forma de apresentação, cada qual avaliado como ótimo por 96,7% e bom por 3,3%.

Entre os diversos elogios registrados no formulário, destacam-se:

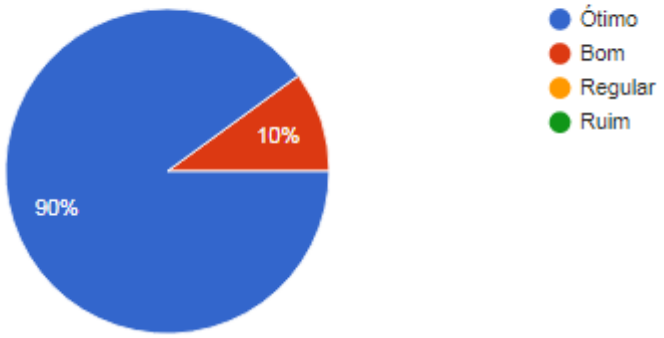
- *"Uma experiência verdadeiramente fantástica [...]"*

- *"Falou com o coração. Convenceu a todos do amor que tem pelo trabalho voluntário. Excelente experiência de vida repassada. 'Dar retorna em dependência, ensinar retorna em independência."*
- *"Excelente palestra. E saber que um trabalho voluntário, realizado com muito amor e dedicação pode transformar vidas, isso é o maior retorno. Transforma a vida do outro, transforma a nossa própria vida. E traz bem-estar que é o foco das nossas atitudes nesse momento."*

2.14. Avaliação da palestra: Atividade vivencial "Um novo olhar"

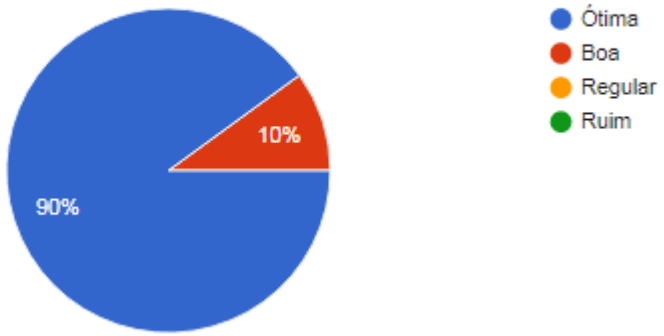
2.14.1 Conteúdo

30 respostas



2.14.2 Forma de Apresentação

30 respostas



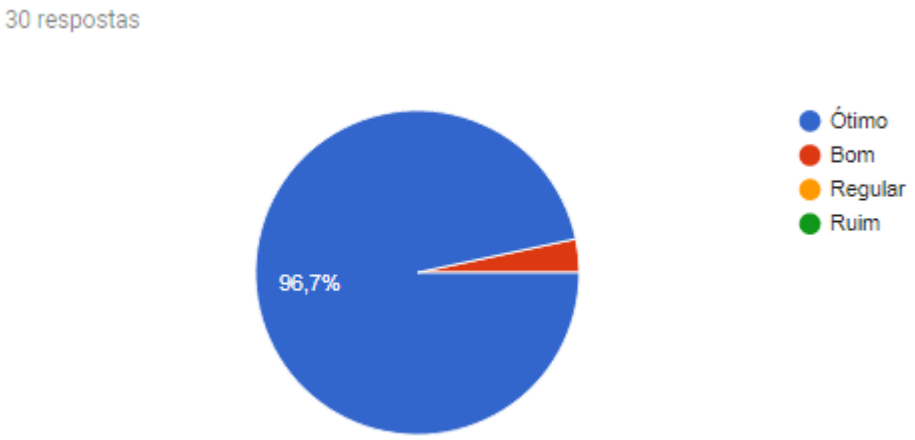
Tema abordado de forma exclusivamente vivencial pela servidora Luciana Rabello Silva, psicóloga da Seção Psicossocial Organizacional da Diretoria de Gestão de Pessoas do TJSC.

Esta palestra também apresentou um elevado grau de aproveitamento em relação ao conteúdo e à forma de apresentação, cada qual avaliado como ótimo por 90% dos respondentes e, bom, por 10% dos avaliadores.

Na visão dos participantes:

- *"Excelente conteúdo, apresentação impecável."*
- *"A Luciana é muito boa. No quesito gerenciamento do tempo ela foi a melhor palestrante, sem dúvida nenhuma. Soube conduzir magistralmente o grupo. Incentivou a participação ao mesmo tempo em que soube chamar o tema de volta quando ameaçava dispersas. Conseguiu êxito em todas as dinâmicas que propôs.*
- *"Muito serena, muito meiga, transmitindo amor no olhar. Com certeza também um momento único no programa."*

2.15. Quanto aos recursos audiovisuais utilizados nas palestras:

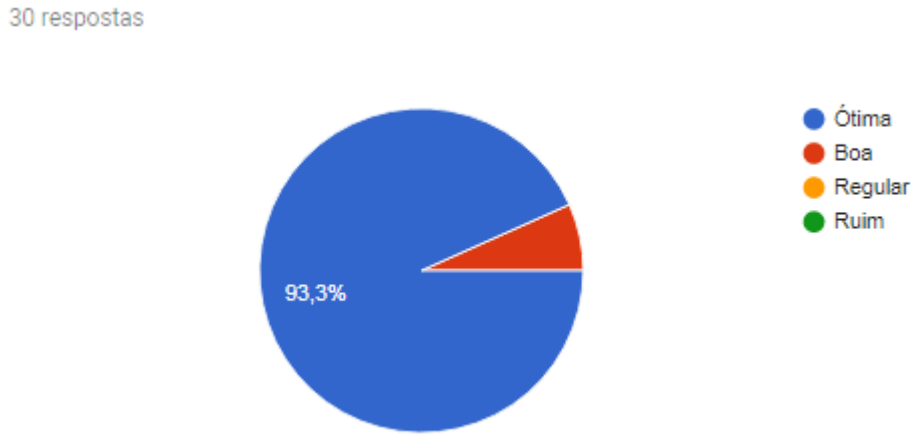


Os recursos audiovisuais foram avaliados por 96,7% dos participantes como sendo ótimos e por 3,3% como bons. Não houve comentários sobre esse item.

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.16. Quanto à organização do programa:



Este item atingiu o percentual de 93,3% para o conceito ótimo e 6,7% para o conceito regular.

Destacam-se, por oportuno, alguns comentários feitos no campo aberto para observações:

- *"Estava tudo perfeito. Parabéns."*
- *"Parabéns. Excelente organização."*
- *"Todas as palestras muito necessárias, e o programa foi muito bem organizado. Esses programas NÃO PODEM PARAR. São imprescindíveis na nossa vida."*

O ponto negativo ventilado foi, novamente, em relação ao tempo das palestras, o que será considerado na organização dos próximos eventos.

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.17. Quanto ao atendimento da equipe organizadora:

Dessume-se da avaliação desse quesito a excelência do atendimento da equipe organizadora aos participantes do evento.

Referido questionamento obteve os seguintes comentários:

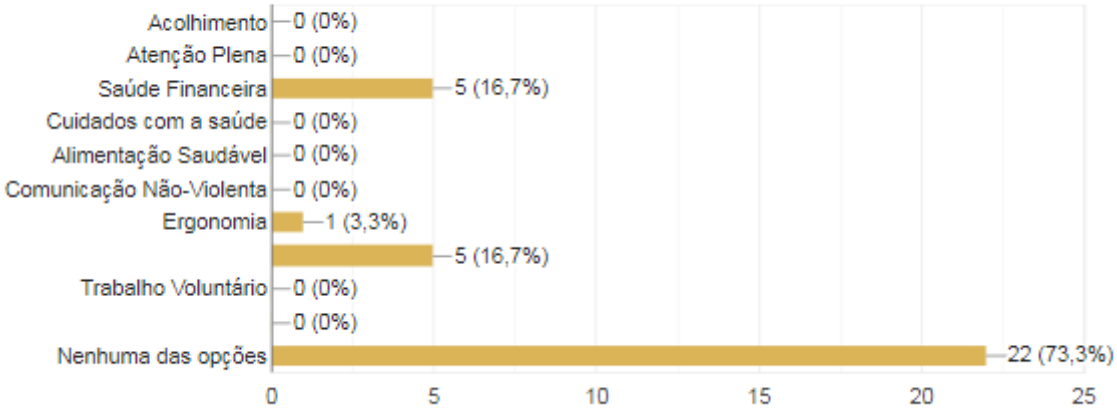
- *"Sempre prontos!!! Um verdadeiro trabalho em equipe."*
- *"A todo tempo, antes e durante o evento fomos muito bem atendidos. Somente elogios."*
- *"Poderia dizer que foi excelente. Sempre prontos, atenciosos e muito acolhedores. A equipe toda está de parabéns. Excelente trabalho que vou levar para a minha vida."*

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.18. Quanto à relevância das palestras, em relação aos objetivos do Programa, na sua opinião, alguma poderia ser dispensada? (Selecione no máximo duas palestras)

30 respostas



A maioria dos participantes que responderam a essa pergunta disseram que não deve ser dispensada nenhuma das palestras. Observando os comentários dos respondentes, temos as seguintes observações:

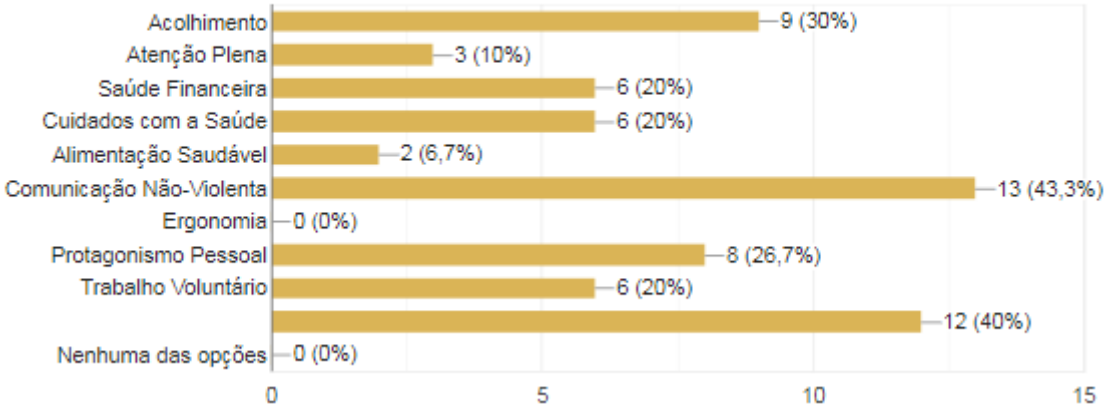
- *"Todas as opções têm muita relevância para melhorar nosso bem-estar, tanto no trabalho como no pessoal. "*
- *"Todas formaram um excelente conteúdo de reflexão, em que, no dia-a-dia nas comarcas não temos tempo para refletir. Uma completou a outra."*
- *"Todas foram extremamente importantes. Não excluiria nenhuma delas."*

Em compensação, 5 (cinco) respondentes cogitaram a exclusão do tema "Saúde Financeira" e "Protagonismo e Planejamento Pessoal", tendo um deles elegeu como dispensável a palestra sobre "Ergonomia no Trabalho".

Com relação à primeira palestra mencionada acima, um participante sugeriu a troca da palestrante enquanto propôs a modificação da forma de apresentação do assunto.

2.19. Em sua opinião, quais foram as duas melhores palestras/vivências do Programa Bem-Estar no Trabalho?

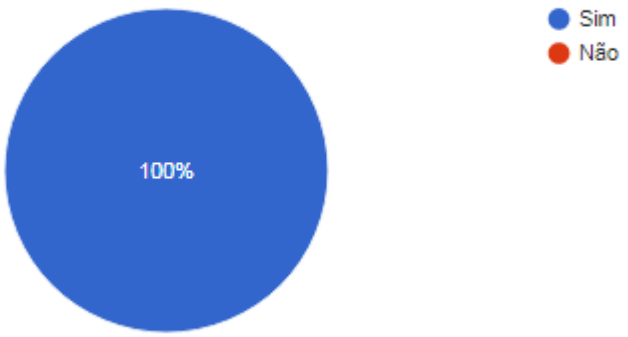
30 respostas



Esse quesito foi avaliado por todos os participantes do Programa Bem-Estar no Trabalho. As duas melhores palestras foram “Comunicação Não-Violenta” e a atividade vivencial denominada “Um novo olhar”.

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

30 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:

- *"É muito bom trabalhar em uma instituição que valoriza seus servidores, se preocupando e proporcionando atividades como este Programa. Espero que meus colegas também possam participar. "*
- *"Cresceu o grau de satisfação porque percebi que o Tribunal de Justiça se preocupa com seus servidores. Programas assim são sempre bem-vindos e devem ser divulgados para os demais servidores que não participaram."*
- *"Voltar para o trabalho depois de um programa em que acolhe o servidor como peça fundamental na instituição faz com que a energia seja renovada."*
- *"[...] Me senti muito satisfeita, porque sei que temos uma equipe que se preocupa com o nosso dia a dia, com a saúde e bem estar. Em contrapartida, servidores melhores estimulados produzem muito mais e 'contagiam' os outros colegas. [...]"*
- *"Porque com esse tipo de programa me senti valorizada como pessoa e não apenas um instrumento de trabalho."*

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

COMENTÁRIOS E SUGESTÕES

Espaço destinado aos agradecimentos e sugestões dos participantes da 1ª edição de 2019 do Programa Bem-Estar no Trabalho:

- *"Curso maravilhoso! Leva a reflexão sobre o estilo de vida que estamos adotando. Faz refletir sobre a rotina e a necessidade de cuidados como corpo e a mente para uma vida longeva e saudável. Essencial! Experiência única!"*
- *"A gentileza, o bom humor e o sorriso dos organizadores do evento, a pontualidade, o fato de o evento ocorrer no próprio hotel em que eu estava hospedada, o coffee breack sempre muito impecável, a diversidade e a importância dos temas das palestras... foi tudo de uma qualidade impressionante. Nenhuma das palestras estava tediosa e fiquei concentrada durante todo o tempo. Eternamente grata pela oportunidade. Foi o melhor evento que participei do Tribunal. A equipe está de parabéns."*
- *"Parabéns a toda a equipe que não mediu esforços, para o êxito alcançados neste Programa Bem-Estar no Trabalho. Parabéns."*
- *"Adorei o programa e seria importantíssimo que fosse disponibilizado a todos os serventuários. Parabéns equipe de Desenvolvimento de Pessoas! Muito obrigada."*
- *"Uma excelente iniciativa do TJ/DGP direcionada não somente ao servidor, mas à pessoa por trás do servidor: sua saúde, relacionamentos com superiores e colegas, finanças, planejamento, atenção plena. Esse Programa deveria alcançar mais servidores."*

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, verifica-se que o Programa Bem-Estar no Trabalho – 1ª edição de 2019 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 trouxeram resultados positivos tanto para o participante quanto para a administração do Tribunal de Justiça de Santa Catarina, garantindo economicidade e melhor gestão dos recursos públicos. Neste contexto, as parcerias firmadas resultaram nas palestras voluntárias sobre “Atenção Plena” e “Alimentação Saudável”. Outros profissionais que atuam nos ramos da “Saúde Financeira” e do “Trabalho Voluntário” também manifestaram interesse em ministrar tais assuntos como palestrantes voluntários. Além disso, servidores do TJSC participaram, como instrutores internos, das palestras sobre “Cuidados com a Saúde”, “”Ergonomia”, “Protagonismo e Planejamento Pessoal”, bem como das atividades vivenciais “Acolhimento” e “Um Novo Olhar”.

A partir dos *feedbacks* dos participantes, apurou-se a necessidade de proceder alguns ajustes no que tange ao tempo 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.

Dos relatos dos participantes extrai-se que todos os assuntos abordados nas 10 (dez) palestras/atividades vivenciais 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.

Com efeito, sob a ótica do elevado grau de satisfação e motivação despertados pelo programa, extrai-se do presente relatório a necessidade de

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

continuidade do evento nos anos seguintes, possibilitando, assim, o atendimento da grande demanda de servidores interessados.

Por fim, importante ressaltar que 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, agosto de 2019.

Divisão de Desenvolvimento de Pessoas
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA
Bem Estar
NO TRABALHO

RELATÓRIO DO PROGRAMA BEM-ESTAR NO TRABALHO 2ª EDIÇÃO DE 2019

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

RELATÓRIO DAS AVALIAÇÕES DO PROGRAMA BEM-ESTAR NO TRABALHO 2ª EDIÇÃO DE 2019

INTRODUÇÃO

O Programa Bem-Estar no Trabalho, idealizado e realizado pela Divisão de Desenvolvimento de Pessoas da Diretoria de Gestão de Pessoas, busca a construção de vínculos positivos com o trabalho, além da valorização e motivação dos servidores do Poder Judiciário de Santa Catarina.

O evento possui a duração de três dias consecutivos e conduz os servidores participantes por meio de palestras, debates e vivências de grupo, à reflexão sobre assuntos que favorecem o desenvolvimento de vínculos positivos com o trabalho. Para tanto, o evento abordou temas, entre outros, relacionados a cuidados com a saúde física e mental, atenção plena, alimentação saudável, ergonomia, educação financeira, planejamento pessoal, comunicação e trabalho voluntário.

O programa alinha-se às diretrizes de cuidado com a saúde e valorização de servidores do Judiciário catarinense, à Política de Atenção à Saúde de Magistrados e Servidores do Poder Judiciário, descrita na Resolução n. 207/2015 do Conselho Nacional de Justiça, e à Política Nacional de Gestão de Pessoas no âmbito do Poder Judiciário, disposta na Resolução n. 240/2016 do Conselho Nacional de Justiça.

O presente relatório tem por objetivo apresentar o resultado das avaliações realizadas pelos participantes do Programa Bem-Estar no Trabalho – 2ª edição de 2019 no tocante às palestras, à organização do evento e ao atendimento da equipe da Divisão de Desenvolvimento de Pessoas.

O evento foi realizado entre os dias 2 e 4 de outubro de 2019 e contou com a participação de 30 (trinta) servidores, escolhidos com base em critérios preestabelecidos e divulgados no momento das inscrições.

Segue abaixo a lista dos servidores participantes:

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

Nº	NOME	MATRICULA	LOTAÇÃO
1	Ana Paula Fardin Soares	49604	Jaraguá do Sul
2	Carolina Bernat Spazzini	25977	Abelardo Luz
3	Clarice Andreis Maran	7018	Pinhalzinho
4	Cláudia Abel Felipe	4018	Braço do Norte
5	Cristini Becker Coelho Bonatto	17420	Sombrio
6	Daiane Cristina Bertoglio	22367	Capital
7	Denise Auler	5812	Joaçaba
8	Edna Wernke Niehues dos Reis	5922	Braço do Norte
9	Fernando Luiz Fernandes Siqueira	20688	Pinhalzinho
10	Gissei Ap. Martelli Buratto	5848	Joaçaba
11	Iara Cristina Romanovitch	38278	Jaraguá do Sul
12	Jesabel Marcon Corrêa	29861	TJ
13	Juliana Oliveira de Almeida Coelho	10387	Araranguá
14	Juraci Aparecida Scheren Echer	4345	Itajaí
15	Katy Viviane Maurer Kondlatsch	25991	Joinville
16	Kelson de Bona Porton	20749	Criciúma
17	Lurdes Maurício	4030	Tubarão
18	Marcia Coan Janceski	42559	São Lourenço do Oeste
19	Mariane Sauer	53694	Joinville
20	Marieli Rohden	16787	Itajaí
21	Marlo Lawin	22527	Itajaí
22	Matheus Ramalho	55608	Joinville
23	Rafael Manfrin	27390	Dionísio Cerqueira
24	Rejane Lemke	19852	Blumenau
25	Renan Daniel Turatti	18384	Campo Erê
26	Sandra Campi	9290	Brusque
27	Simone Climaco	27800	Joinville
28	Simone Cristina Belloli	27089	Criciúma
29	Tuygui Steil Carmisin	13227	Joinville
30	Zolaide da Conceição da Silva	3447	Criciúma

A finalidade da avaliação de reação respondida pelos participantes é, além de identificar a relevância do programa e seus possíveis reflexos na qualidade de vida no trabalho, obter subsídios para o aperfeiçoamento constante do programa,

buscando-se atender, com excelência, às expectativas dos servidores em futuras edições.

Neste sentido, o Programa Bem-Estar no Trabalho reitera o compromisso do Tribunal de Justiça de Santa Catarina com o processo de construção de uma gestão mais humanizada ao oferecer um programa que atua de forma preventiva, promovendo a saúde física e emocional dos servidores.

1. DADOS GERAIS

	PARTICIPANTES
Avaliações encaminhadas	**30**
Avaliações respondidas	**30**
Porcentagem de respostas	**100%**

O questionário, encaminhado por meio de mensagem eletrônica a todos os servidores que participaram desta edição do Programa, foi desenvolvido na plataforma *Google Docs*. De 30 formulários de pesquisa enviados, 30 retornaram respondidos, número que corresponde a 100% do total do público pesquisado. Conforme ser verá adiante, o resultado da avaliação revela a importância do programa.

Cumpre destacar que abaixo de cada pergunta prevista no formulário consta um campo aberto, no qual os participantes consignaram suas observações sobre o evento.

2. RESULTADOS DOS QUESTIONÁRIOS RESPONDIDOS PELOS PARTICIPANTES

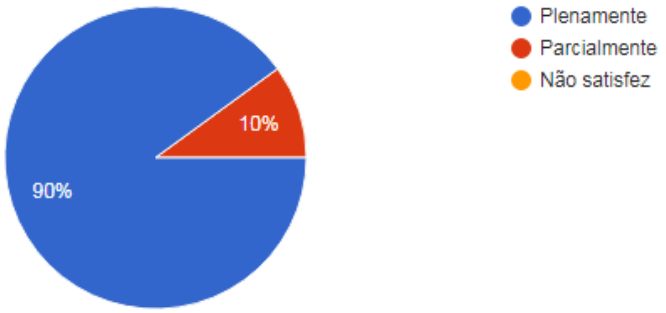
A seguir, apresentam-se as perguntas que compõem o questionário e uma breve análise dos resultados obtidos. Cabe informar que, ao longo do relatório, são apresentados (em itálico e entre aspas) trechos dos comentários feitos pelos servidores participantes, a fim de melhor traduzir a percepção dos respondentes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

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.1. O programa satisfez suas expectativas?

30 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 consideraram suas expectativas plenamente atendidas, com exceção de três que reconheceram este item como parcialmente atendido.

Consoante comentários tecidos por aqueles que elogiaram o evento, o programa foi *"excelente, um aprendizado como servidor e ser humano*." A única crítica foi em relação à carga horária de algumas palestras que, segundo o participante, foi curto para a abordagem de todos os temas. E, como sugestão, um dos respondentes afirmou que o "programa deveria ser ampliado para atingir maior número de participantes."

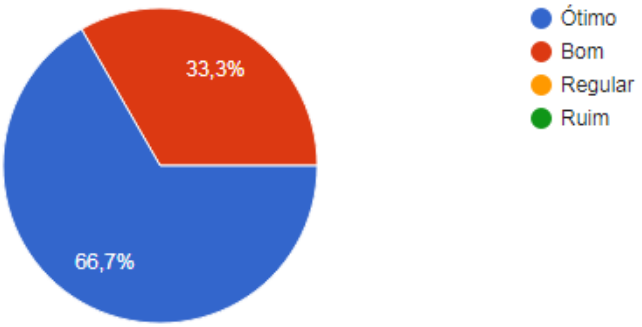
Conclui-se, portanto, que de modo geral o Programa superou as expectativas dos participantes.

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.2. Avalie sua disponibilidade e abertura para participar das palestras, práticas e atividades vivenciais:

30 respostas

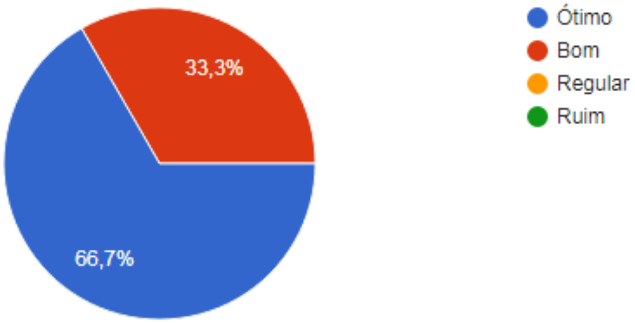


Tal questionamento tem como finalidade proporcionar a autoavaliação dos participantes. O resultado mostra que a maioria dos participantes que responderam à pesquisa considera que esteve disponível para participar das palestras e vivências.

Nesse sentido, a autoavaliação oferece a oportunidade de reflexão sobre a disponibilidade de experimentar novas formas de interação durante o programa.

2.3. Avalie o desenvolvimento de novos conhecimentos, percepções, habilidades ou atitudes:

30 respostas



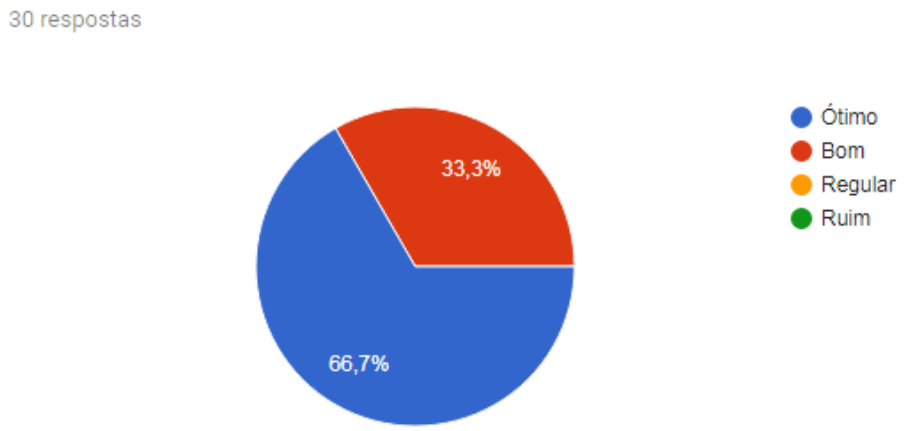
Esta pergunta faz parte do campo da autoavaliação do participante e revela um dado estatístico muito importante no sentido de verificar se os propósitos do programa foram atingidos.

Assim como no questionamento anterior, a maioria dos participantes que responderam à pesquisa considera que desenvolveu novos conhecimentos, percepções, habilidades ou atitudes e apenas um participante entendeu que desenvolveu de modo parcial.

Os comentários feitos no campo aberto para observações são os seguintes:

- *"O curso ampliou o meu conhecimento que será utilizado no atendimento à população."*
- *Muitos temas relevantes, atuais e novidades, que são indispensáveis para reflexão e para autoconhecimento.*

2.4. Avalie a ampliação do autoconhecimento:



No presente campo da avaliação, o servidor teve a oportunidade de analisar a ampliação do autoconhecimento após a participação no Programa Bem-Estar no Trabalho.

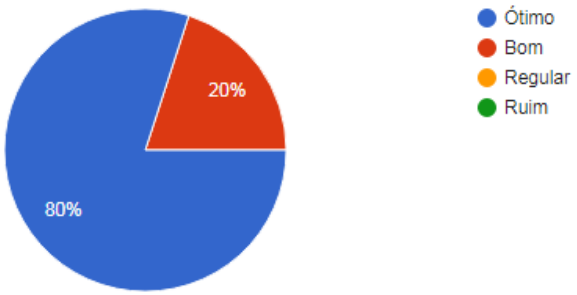
A reflexão sobre a importância do equilíbrio físico e mental para o bem-estar do servidor no trabalho e seu impacto na qualidade de vida tanto pessoal quanto profissional foram temas trazidos durante o evento que proporcionaram a ampliação do autoconhecimento.

Nesse sentido, a pergunta acima atingiu um elevado grau de satisfação, tanto que 66,7% dos participantes consideram esse quesito como ótimo e, 33,3%, bom. A propósito, o participante que preencheu o campo “observações” reconheceu que “*melhorou consideravelmente o autoconhecimento, potencializando os pontos positivos e oportunizando correções nas deficiências.”*

2.5. Avaliação da atividade vivencial: Acolhimento

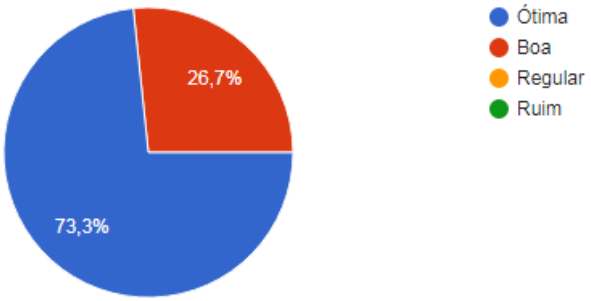
2.5.1 Conteúdo

30 respostas



2.5.2 Forma de Apresentação

30 respostas



Atividade ministrada pelos psicólogos da Seção Psicossocial Organizacional da Diretoria de Gestão de Pessoas do TJSC, Cezar Sales dos Santos Júnior e Fernanda Chede Rotolo Caldas. Na condição de instrutores internos, ambos atuaram como facilitadores na dinâmica de grupo que promoveu a interação do grupo na abertura do programa.

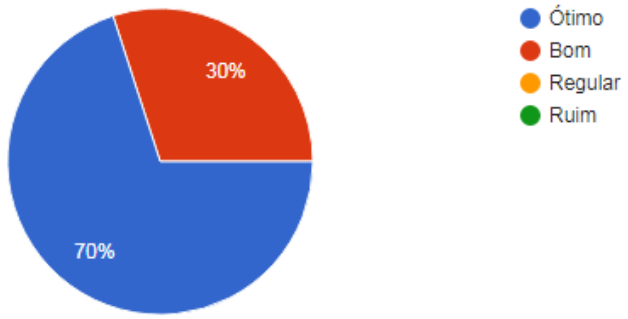
Pertinente ao conteúdo, 80% dos participantes consideraram-no ótimo. A forma de apresentação foi avaliada como ótima por 73,3% dos respondentes e boa por 26,7%.

A propósito, destaca-se o seguinte comentário: *"Palestrantes agiram com habilidade e conhecimento, deixando os participantes confiantes a participarem, contribuindo de forma efetiva para o sucesso do curso."*

2.6. Avaliação da palestra: Atenção Plena

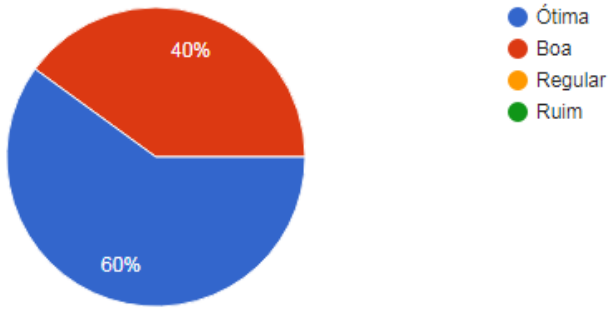
2.6.1 Conteúdo

30 respostas



2.6.2 Forma de Apresentação

30 respostas



A palestra Atenção Plena foi ministrada pela psicóloga Rita de Cássia Custódio Remonato, pela nutricionista Suellen Mafra Souza e pelo profissional de educação física Leandro Ferreira Lima. A condução da palestra contou com a

abordagem da parte teórica e práticas de exercícios relacionados à saúde física e emocional.

A palestra teve grande aceitação por parte dos servidores, tanto que o conteúdo foi avaliado ótimo por 70% dos participantes e bom por 30% dos respondentes.

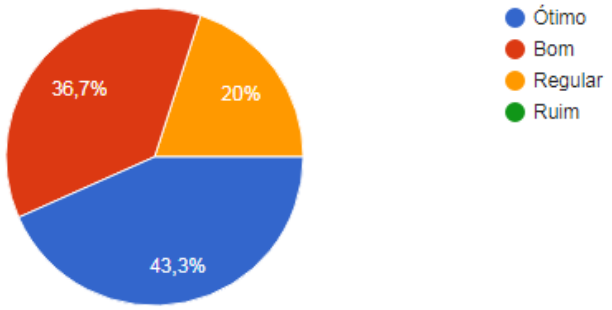
A forma de apresentação foi considerada ótima e boa por 60% e 40% dos servidores, respectivamente.

No campo "observações" um respondente sugeriu que *"poderiam ser feitas mini pausas com certa frequência para garantir a atenção dos participantes."* E ressaltou: *"O ponto alto foi a parte prática".*

2.7. Avaliação da palestra: Saúde Financeira

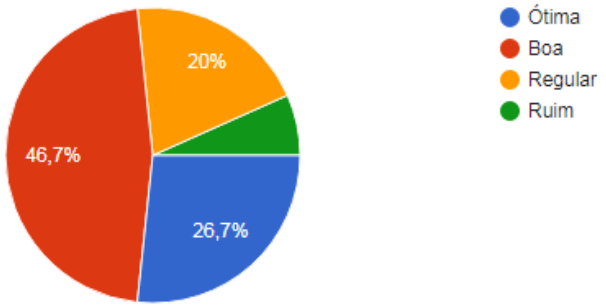
2.7.1 Conteúdo

30 respostas



2.7.2 Forma de Apresentação

30 respostas



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

Com um índice satisfatório de aceitação, o conteúdo da palestra obteve os conceitos ótimo e bom, respectivamente, por 43,3% e 36,7% dos respondentes. Registra-se que 20% atribuíram o conceito regular para este quesito.

A forma de apresentação, de modo geral, atendeu às expectativas, com 26,7% no conceito ótimo e 46,7% no conceito bom.

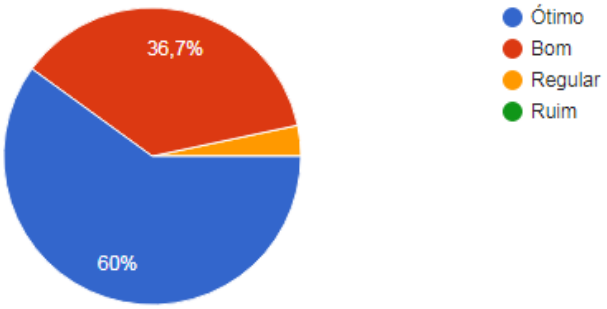
Dada a importância do tema, alguns participantes sugeriram a ampliação do tempo da palestra para facilitar a compreensão do conteúdo e dirimir dúvidas. Em contrapartida, outros servidores entenderam que restringir o conteúdo da palestra seria mais proveitoso, pois muitos são leigos no assunto.

Essas ponderações foram registradas em nosso banco de dados e serão consideradas nos ajustes que serão realizados nas próximas edições do programa.

2.8. Avaliação da palestra: Cuidados com a saúde

2.8.1 Conteúdo

30 respostas

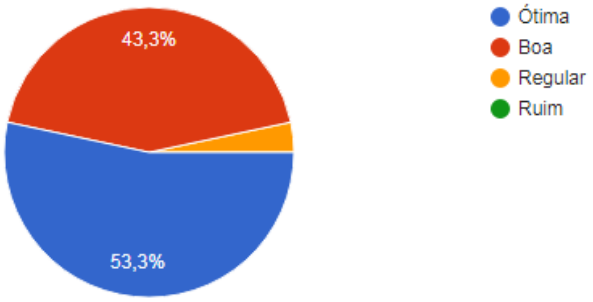


PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.8.2 Forma de Apresentação

30 respostas



Tema apresentado pela médica da Diretoria de Saúde do TJSC, Graciela de Oliveira Richter Schmidt, que aborda os aspectos inerentes aos cuidados gerais com a saúde e a conexão entre o bem-estar físico e mental.

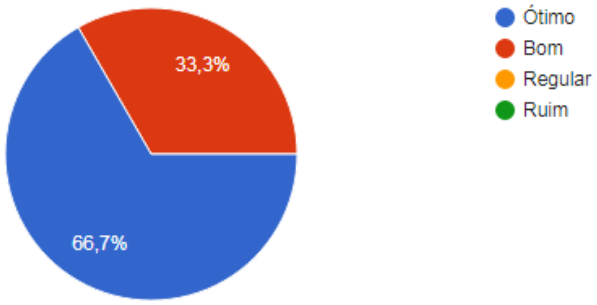
Em relação ao conteúdo, a palestrante obteve 60% e 36,7% nos conceitos ótimo e bom, respectivamente. Quanto à forma de apresentação, 53,3% respondentes avaliaram a palestra como ótima, ao passo que 43,3% consideram este item como bom.

Cumpre destacar o seguinte comentário: *"Excelente tema e apresentação, com ótimas reflexões"*

2.9. Avaliação da palestra: Alimentação saudável

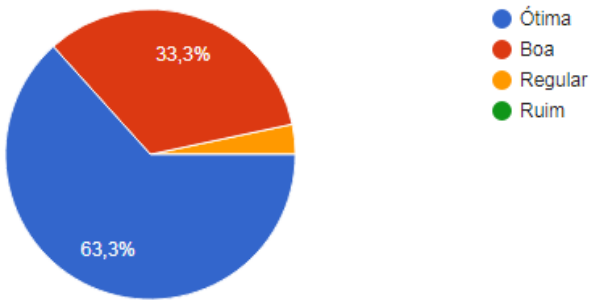
2.9.1 Conteúdo

30 respostas



2.9.2 Forma de Apresentação

30 respostas



A nutricionista Suellen Mafra Souza explorou o conhecimento teórico e prático relacionado a uma alimentação saudável e, ainda, interagiu de forma dinâmica com grande parte dos participantes, esclarecendo suas dúvidas.

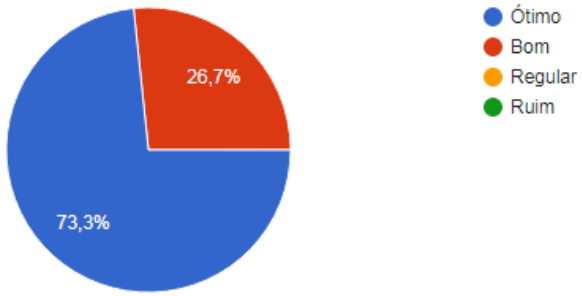
O conteúdo e a forma de apresentação foram muito bem avaliados. No primeiro aspecto, a palestrante obteve 66,7% e 33,3% nos conceitos ótimo e bom, respectivamente. Quanto ao segundo aspecto, 63,3% respondentes avaliaram-no como ótimo, ao passo que 33,3% consideram este item como bom.

Na visão dos respondentes, a palestrante foi considerada: *"Excelente profissional, com apresentação dinâmica, divertida e repleta de novas informações."*

2.10. Avaliação da palestra: Comunicação Não-Violenta

2.10.1 Conteúdo

30 respostas

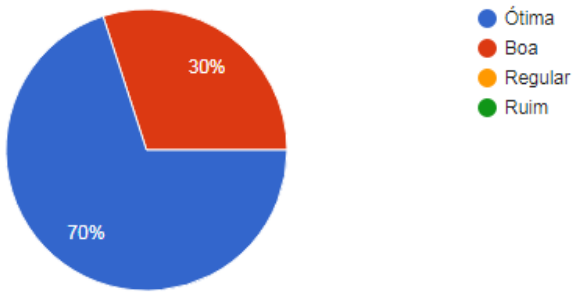


PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.10.2 Forma de Apresentação

30 respostas



O presente 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.

O conteúdo da palestra foi avaliado como ótimo por 73,3% dos servidores respondentes e como bom por 26,7%. A forma de apresentação foi considerada ótima por 70% e boa por 30%.

Extrai-se dos comentários diversos elogios, veja-se:

- *"Informações de grande relevância para o trabalho e para a vida. Profissional que transparece competência e domínio de conteúdo."*
- *Excelente profissional, adorei a forma como expôs o tema, me deixou curioso para aprender mais: gostaria muito de participar do curso sobre comunicação não violenta."*
- *Deveria ter mais uma palestra com ela, pois o tema é muito relevante e nos leva a mudar o modo de pensar."*

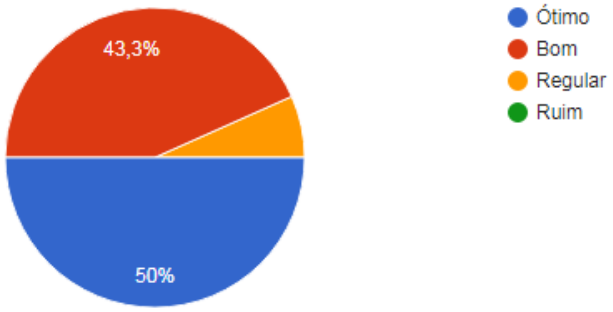
PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.11. Avaliação da palestra: Ergonomia no Trabalho

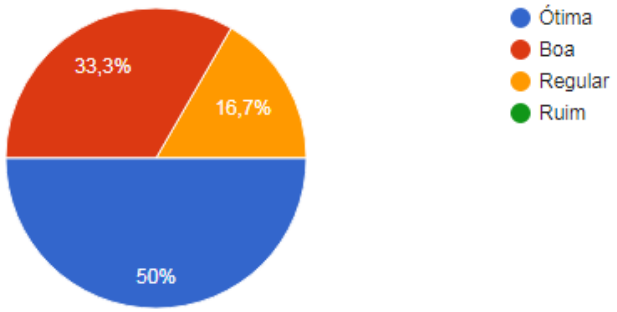
2.11.1 Conteúdo

30 respostas



2.11.2 Forma de Apresentação

30 respostas



Tema abordado de maneira expositiva pela servidora Vanessa Zomer Fenili, Chefe da Seção de Ergonomia da Divisão de Projetos em Saúde do TJSC.

O conteúdo e a forma de apresentação foram avaliados como ótimo por 50% dos participantes. Para esses mesmos quesitos, 43,3% e 33,3% atribuíram o conceito bom, respectivamente.

Convém citar o elogio feito no campo aberto para observações:

- *"A ginástica laboral feveria ter todos os dias, para incorporarmos o benefício deste bem estar. [...]"*
- *Adorei a prática. [...]"*

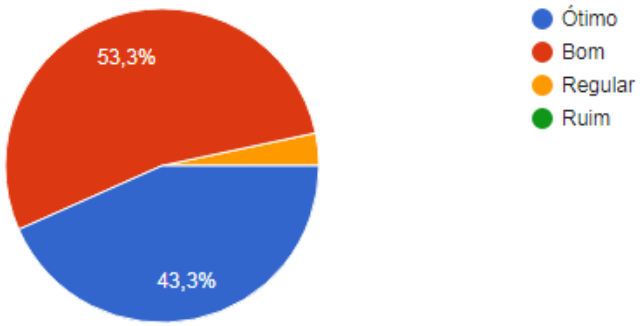
Além disso, os respondentes sugeriram a apresentação do vídeo com a ginástica laboral, principalmente para os servidores em teletrabalho, bem como a realização de uma pequena pausa para a realização dessa prática em todos os dias do Programa.

Essas considerações foram levadas ao conhecimento da palestrante para eventuais ajustes na forma da condução da palestra.

2.12. Avaliação da palestra: Protagonismo e Planejamento Pessoal

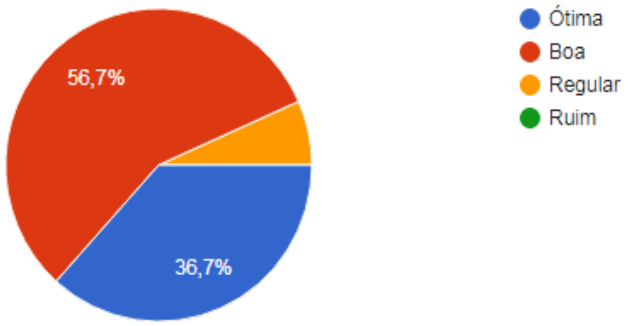
2.12.1 Conteúdo

30 respostas



2.12.2 Forma de Apresentação

30 respostas



Tema abordado de maneira expositiva pela servidora Carolina Sparvoli Gaubert, da Divisão de Gestão de Cargos da Diretoria de Gestão de Pessoas do TJSC.

Esta palestra foi avaliada como ótima e boa por 43,3% e 53,3% dos respondentes, respectivamente.

Já de acordo com forma de apresentação, 36,7% dos participantes acharam a palestra ótima e, 56,7%, boa.

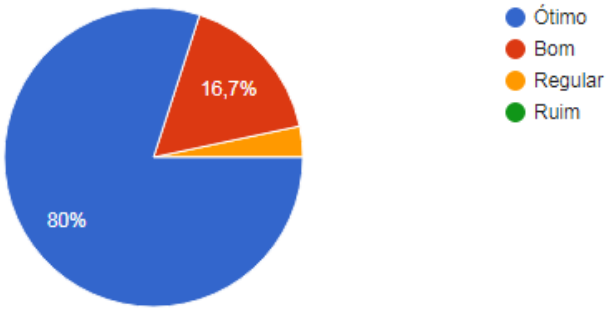
No campo destinado às observações extrai-se o comentário: *"Palestrante foi muito eficiente na exposição do tema."*

As sugestões ventiladas pelos participantes, como a apresentação de exemplos concretos para a execução da proposta de protagonismo e planejamento pessoal, bem como sobre a utilização do microfone, foram encaminhadas à palestrante para o aperfeiçoamento do tema.

2.13. Avaliação da palestra: Trabalho Voluntário

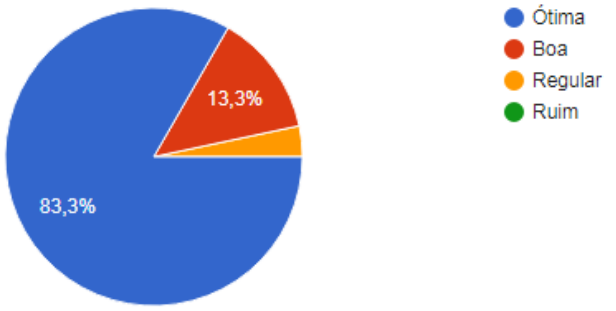
2.13.1 Conteúdo

30 respostas



2.13.2 Forma de Apresentação

30 respostas



Nesta edição, o tema “Trabalho Voluntário” foi ministrado pela palestrante voluntária Mara Jane Saccon, a qual atua diretamente em ações voluntárias em diversos países.

Esta palestra apresentou elevado grau de aceitação. Conforme demonstram os gráficos acima, 80% dos participantes consideraram o conteúdo da palestra como ótimo e, 16,7%, bom. A forma de apresentação obteve os índices de 83,3% e 13,3% para os conceitos ótimo e bom, respectivamente.

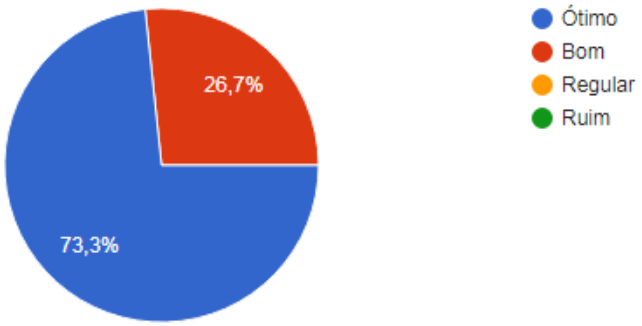
Entre os diversos elogios registrados no formulário, destacam-se:

- *“Maravilhosa a palestra da Mara”*
- *“Excelente, maravilhoso. Saímos da palestra querendo participar de algum trabalho voluntário por menor que seja.”*
- *“Sensacional a motivação provocada na plateia.”*
- *“Inspirador! Emocionante! Uma lição de vida! Fez-nos perceber que não temos motivos para reclamar... E que devemos auxiliar as pessoas, mesmo que seja com pequenas ações, pois é melhor fazer um pouco do que não fazer nada.”*

2.14. Avaliação da palestra: Atividade vivencial “Um novo olhar”

2.14.1 Conteúdo

30 respostas

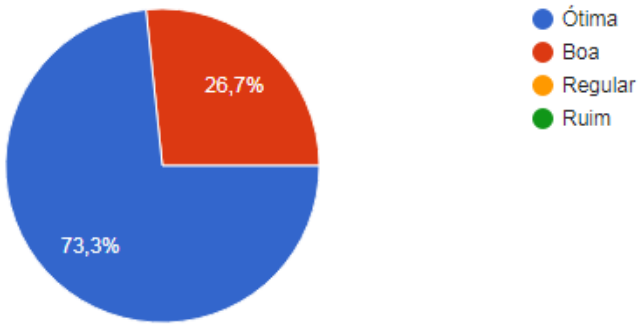


PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.14.2 Forma de Apresentação

30 respostas



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

Esta palestra também apresentou um elevado grau de aproveitamento em relação ao conteúdo e à forma de apresentação, cada qual avaliado como ótimo por 73,3% dos respondentes e, bom, por 26,7% dos avaliadores.

Na visão dos participantes:

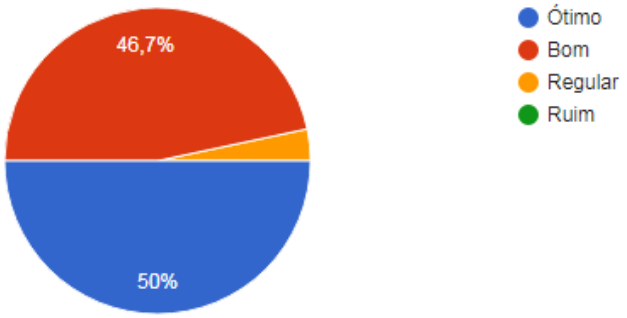
- *"Palestrante com admirável capacidade de comunicação e domínio de grupo. Condução perfeita das dinâmicas propostas."*
- *"[...] Gostei muito das reflexões, de ser instigada a ver as coisas de um modo diferente e também de repensar prioridades."*
- *"Palestrante foi muito eficiente na condução dos trabalhos, fechando com chave de ouro o curso."*

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.15. Quanto aos recursos audiovisuais utilizados nas palestras:

30 respostas

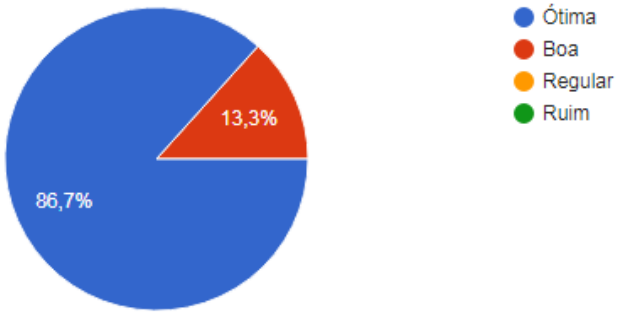


Os recursos audiovisuais foram avaliados por 50% dos participantes como sendo ótimos e por 46,7% como bons.

O descontentamento ventilado para este item está relacionado à dificuldade de visualização dos slides, o que será considerado na organização das próximas edições do programa.

2.16. Quanto à organização do programa:

30 respostas



Este item atingiu o percentual de 86,7% para o conceito ótimo e 13,3% para o conceito bom.

Destacam-se, por oportuno, alguns comentários feitos no campo aberto para observações:

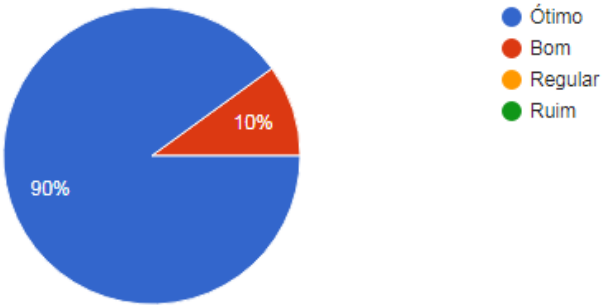
- *"Avalio com nota máxima considerando se tratar de proposta de sensibilização [...]".*
- *"Muita gratidão por ter esse programa disponível aos servidores [...]".*

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.17. Quanto ao atendimento da equipe organizadora:

30 respostas



Dessume-se da avaliação desse quesito a excelência do atendimento da equipe organizadora aos participantes do evento.

Referido questionamento obteve os seguintes comentários:

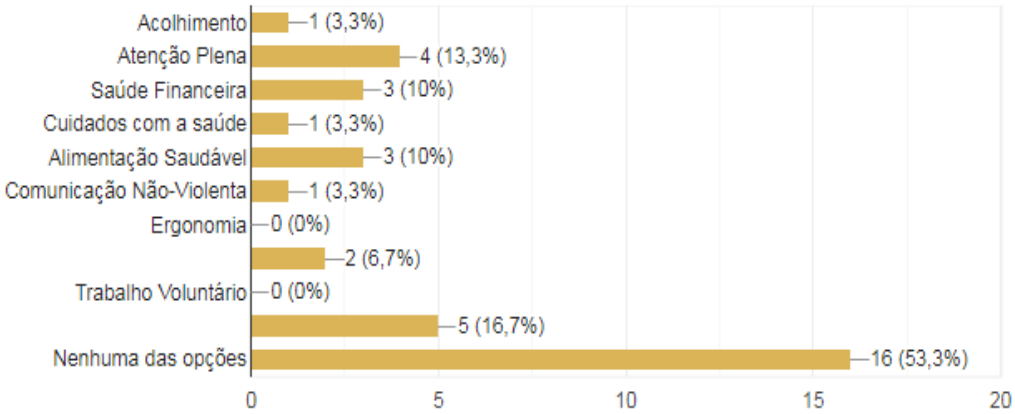
- *"Muito bem organizado."*
- *"Todos foram muito simpáticos. Foi muito agradável participar do programa."*
- *"Todos uns queridos, muito atenciosos e gentis, adorei conhecer cada um deles e já sinto saudades."*

PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Gestão de Pessoas

PROGRAMA Bem Estar NO TRABALHO

2.18. Quanto à relevância das palestras, em relação aos objetivos do Programa, na sua opinião, alguma poderia ser dispensada? (Selecione no máximo duas palestras)

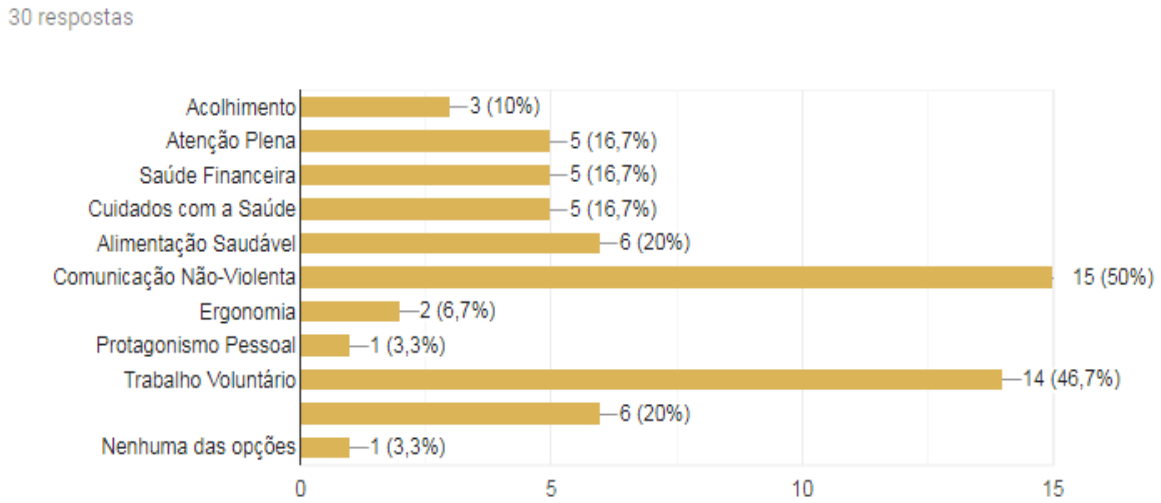
30 respostas



A maioria dos participantes que responderam a essa pergunta disseram que não deve ser dispensada nenhuma das palestras.

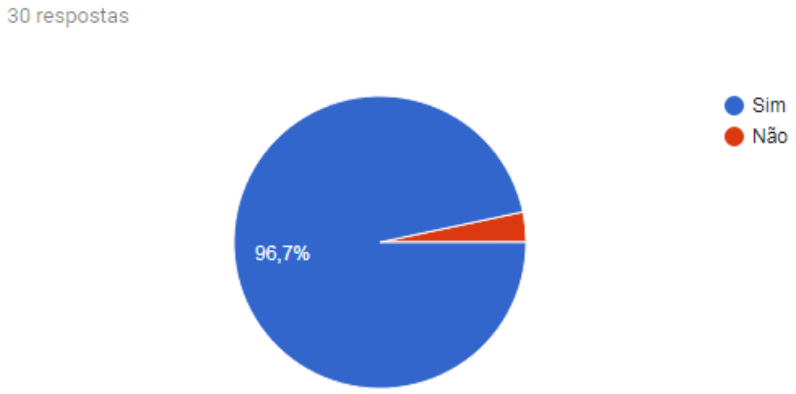
Em contrapartida, 5 (cinco) respondentes cogitaram a exclusão do tema “Atividade Vivencial: Um Novo Olhar” e, 4 (quatro), do tema “Atenção Plena”. Observa-se, ainda, que as palestras “Saúde Financeira” e “Alimentação Saudável” foram consideradas prescindíveis por 3 (três) servidores.

2.19. Em sua opinião, quais foram as duas melhores palestras/vivências do Programa Bem-Estar no Trabalho?



Esse quesito foi avaliado por todos os participantes do Programa Bem-Estar no Trabalho. As duas melhores palestras foram “Comunicação Não-Violenta” e “Trabalho Voluntário”

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



Este item foi avaliado positivamente por 96,7% 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:

- *"Acredito que elevou mais o grau de satisfação com relação ao trabalho que presto dentro do judiciário, e como consequência a satisfação com relação a instituição. "*
- *"Refleti sobre vários aspectos da minha vida, essa preocupação com bem-estar faz com que o servidor sinta-se valorizado pela instituição."*
- *"Demonstrou preocupação da instituição com a pessoa do servidor."*
- *"Com o programa aprendi e também exercitei a autoconfiança no trabalho que desempenho, avaliando minhas atitudes perante os colegas e o serviço a ser efetuado."*
- *"Me fez refletir sobre minha posição enquanto servidor e como posso agir de forma mais proativa para realização e satisfação no trabalho."*
- *"[...] fiquei grata com a oportunidade de participar e saber que o Tribunal está investindo no bem-estar no servidor."*

COMENTÁRIOS E SUGESTÕES

Espaço destinado aos agradecimentos e sugestões dos participantes da 2ª edição de 2019 do Programa Bem-Estar no Trabalho:

- *"Ótimo assunto, momento impar de autoanálise, identificando nossos pontos fortes e as oportunidades de melhoramento. Importante ocasião para assumir o controle sobre as nossas vidas."*
- *"Foi muito produtivo cada momento vivenciado."*
- *"O curso de modo geral foi muito válido tanto no aspecto profissional como também nas relações interpessoais. Importante salientar como me*

senti valorizada em ter a oportunidade de participar desse curso. Parabéns a todos vocês pelo empenho e dedicação."

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, verifica-se que o Programa Bem-Estar no Trabalho – 2ª edição de 2019 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 na 1ª edição do programa e mantidas na 2ª edição em relação à programação trouxeram resultados positivos tanto para o participante quanto para a administração do Tribunal de Justiça de Santa Catarina, garantindo economicidade e melhor gestão dos recursos públicos. As informações orçamentárias do programa estão disponíveis no processo SEI n. 4507/2019

Neste contexto, as parcerias firmadas resultaram nas palestras voluntárias sobre "Atenção Plena" e "Alimentação Saudável". Outros profissionais que atuam nos ramos da "Saúde Financeira" e do "Trabalho Voluntário" também manifestaram interesse em ministrar tais assuntos como palestrantes voluntários. Além disso, servidores do TJSC participaram, como instrutores internos, das palestras sobre "Cuidados com a Saúde", ""Ergonomia", "Protagonismo e Planejamento Pessoal", bem como das atividades vivenciais "Acolhimento" e "Um Novo Olhar".

A partir dos *feedbacks* dos participantes, constatou-se a necessidade de ajustes no que tange ao tempo, à forma de condução de algumas palestras e aos recursos audiovisuais utilizados no evento. 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.

Dos relatos dos participantes extrai-se que todos os assuntos abordados nas 10 (dez) palestras/atividades vivenciais 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.

Com efeito, sob a ótica do elevado grau de satisfação e motivação despertados pelo 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.

Por fim, importante ressaltar que 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, 25 de outubro de 2019.

Divisão de Desenvolvimento de Pessoas
Diretoria de Gestão de Pessoas