

O stress e seus impactos na produtividade profissional

Tainy Fernanda Gama Almeida¹, Aline Prá de Freitas², Marcia Cristina Teixeira³

¹Acadêmica do 8º período de Administração na UniSL – Ji-Paraná. E-mail: tfgama@outlook.com

²Acadêmica do 8º período de Administração na UniSL – Ji-Paraná. E-mail: alinepra089@gmail.com.

³Professora Orientadora, Mestre em Estratégia e Organizações na UniSL- Ji-Paraná. E-mail: marcia.foganca@gmail.com

1. Introdução

As organizações ainda não funcionam por si mesmas. Elas dependem de pessoas para dirigi-las e controlá-las e para fazê-las operar e funcionar (Chiavenato, 202, p.39). Uma corporação é formada por pessoas e isso por vezes garante ou não o sucesso da mesma em seus negócios, além de todo capital que a empresa possui, ela necessita de talentos para vender seus produtos e entregar seus serviços para alcançar o sucesso que almeja.

É tratado como normais situações conflitantes entre colaboradores, clientes e a organização no dia a dia. Dificuldades resultantes do ambiente familiar e relações sociais alimentam sensações negativas e quando acopladas ao trabalho traz ainda mais consequências. Observa-se um alto nível de estresse dentro de empresas, o que pode causar um declínio considerável na produtividade profissional, implicando diretamente no resultado dos objetivos das empresas. A síndrome de Burnout traz a redução da produtividade e energia deixando o indivíduo cada vez mais indefeso e sem reações para uma possível melhora.

O estresse é uma defesa natural do ser humano quando se encontra em situações de medo e insegurança, sendo estimulado quando sente necessidade de fugir e defender. O estresse é a atitude biológica necessária para a adaptação do organismo a uma nova situação (Ballone, 2015).

Em uma reportagem do EBC, foi abordada uma pesquisa da International Stress Management Association (ISMA-BR), que traz o Brasil como segundo país com mais pessoas afetadas pela Síndrome de Burnout no mundo, aborda ainda que afeta cerca de 32% da população brasileira.

Com o mercado de trabalho cada vez mais competitivo é essencial uma troca saudável entre a empresa e colaboradores. É importante que a empresa saiba lidar com as emoções de cada um de seus colaboradores, sempre buscando conhecimento sobre qual a melhor forma de trabalhar. A empresa deve prestar auxílio ao colaborador afim do mesmo fazer uma autoanálise para estabelecer seus limites, prazos na entrega de serviço, sem sobrecarregar e causar situações conflitantes.

Segundo Zanelli (2011, p.18) trabalhadores no geral tem se esforçado para uma melhor qualidade de vida, ter condições mais dignas, mas o estresse no ambiente de trabalho é um fator que tem agravado e causado danos a saúde.

O presente trabalho tem como objetivo geral: Analisar os impactos causados pelo stress nos profissionais da empresa Global, e se afetam diretamente sua

produtividade profissional. Para tanto, foram necessário os seguintes objetivos específicos: Identificar quais são os impactos causados pelo estresse nos profissionais da empresa; Analisar se há declínio e qual o nível do mesmo no desempenho profissional; Verificar se a empresa está sendo afetada por um declínio causado pelo estresse no desempenho de seus profissionais e Elaborar um conjunto de ações caso seja necessário entre a empresa e colaborador para trabalhar a gestão de stress.

2. Materiais e métodos

Foi realizado uma análise sobre os impactos do estresse na produtividade profissional usando o método de pesquisa explicativa com caráter essencialmente qualitativo para a abordagem do problema.

A pesquisa explicativa tem o objetivo de deixar claras informações que são fatores que contribuem para o acontecimento de determinado fenômeno. Segundo Gil (2019) Pesquisas explicativas tem como propósito identificar fatores que determinam ou contribuem para a ocorrência de fenômenos.

A pesquisa qualitativa é um tipo de investigação voltado para as características qualitativas do fenômeno estudado, considerando a parte subjetiva do problema. Ela se preocupa com aspectos da realidade que não podem ser quantificados, centrando-se na compreensão e na explicação da dinâmica das relações sociais (GERHARDT; SILVEIRA, 2009 apud LOZADA, Gisele. p.133, 2019).

A pesquisa delimitou-se também ao estudo de caso que consiste segundo Gil (p.63, 2019) no estudo profundo e exaustivo de um ou poucos casos, de maneira que permita seu amplo e detalhado conhecimento, tarefa praticamente impossível mediante outros delineamentos já considerados.

A área de estudo da presente pesquisa é a empresa Global como um todo. A população-alvo foram todos os colaboradores presentes no decorrer do estudo dentro da mesma, a Global conta com um quadro de 13 funcionários. Nessa pesquisa utilizou-se a amostragem do tipo censo que consiste na entrevista de todos os indivíduos presentes no decorrer da pesquisa, do determinado grupo mencionado anteriormente na população alvo.

No plano de instrumentos de coletas serão utilizados dois instrumentos que são a entrevista e a observação. Gil (2019, p.125) define entrevista como a técnica em que o investigador se apresenta frente ao investigado e lhe formula perguntas, com o objetivo de obtenção dos dados que interessam à pesquisa. Fora utilizado o modelo de entrevista semiestruturada que consiste em entrevistas abertas, em que as perguntas são previamente estabelecidas, mas não são oferecidas alternativas de resposta, os entrevistadores podem respondê-las livremente.

A observação será direta, pois ocorrerá com o pesquisador presente e também será uma observação participativa que consiste na participação do pesquisador nas atividades em curso, Gil (p.116, 2019).

Depois de coletados os dados através dos instrumentos, entrevista e observação será feita uma análise de conteúdo. Roesch (2013, p.170) define a análise de conteúdos como a informação colhida pelo pesquisador, por meio da aplicação das técnicas

referidas, normalmente é apresentada na forma de textos. A análise de textos em pesquisa científica tem sido conduzida principalmente mediante o método de análise de conteúdo. Louzada (2019, p.207) defende que esse tipo de análise prima pela descrição e pela interpretação do conteúdo de uma mensagem.

3. Resultados e Discussões

Abaixo será apresentada a descrição da análise de conteúdo coletado entre os colaboradores na empresa Global, conteúdos esses colhidos através de entrevistas não estruturadas e observação direta e participativa. Segue abaixo tabela resumo de colaboradores entrevistados:

Colaborador 1	26 anos
Colaborador 2	18 anos
Colaborador 3	45 anos
Colaborador 4	43 anos
Colaborador 5	28 anos
Colaborador 6	24 anos
Colaborador 7	22 anos
Colaborador 8	30 anos
Colaborador 9	40 anos
Colaborador 10	45 anos

Tabela de referência dos colaboradores entrevistados para a análise de conteúdo.

O conteúdo de entrevistas foi coletado entre os dias 17 a 24 de setembro de 2021 e dividida em três dimensões que são:

Sintomas e impactos causados pelo stress nos colaboradores:

Nessa dimensão foram analisados quais são os sintomas e impactos causados pelo estresse nos colaboradores no dia a dia. Todos colaboradores relatam que se sente estressado em algum momento do seu dia a dia, alguns com mais frequência e outros com menos, mas fica nítido o que o estresse faz parte da vida de todos eles mesmo que por diferentes motivos.

Através da observação participativa foi possível constatar que na empresa Global existe um clima irritadiço entre os colaboradores e que o estresse é frequente entre os mesmos, além de ser notado também todo o impacto que o mesmo causa no dia a dia da empresa, lhe imputando a responsabilidade de entender melhor sobre o porquê de o clima organizacional estar assim e tomar as devidas providências de acordo com o sistema de gestão utilizado para trabalhar com pessoas.

Impactos do estresse em relação ao desempenho profissional

Nessa dimensão foi possível analisar quais os impactos sofrem o desempenho profissional em função do estresse. Fora feitas perguntas na entrevista como “Você sente que a empresa é afetada pelo desempenho de seus profissionais?” “Nos seus

momentos de estresse como você se sente em relação a sua produtividade profissional e aos seus objetivos pessoais?” para identificar esses impactos sofridos.

Foi possível notar um declínio no desempenho profissional dos colaboradores da empresa em detrimento dos impactos do estresse. Foi confirmado em diversas entrevistas o quanto a empresa é impactada pelo declínio no desempenho de seus profissionais. Em todas as entrevistas coletadas os colaboradores concordam que os impactos do stress afetam diretamente sua produtividade profissional, são citados demora na entrega do trabalho, falta de concentração, falta de foco, e desânimo como repercussão do mesmo.

Problemas que afetam diretamente o desempenho profissional

Nessa dimensão foram analisados quais os maiores problemas dentro da empresa que afetam tanto a saúde mental dos colaboradores como o seu desempenho profissional, uma das perguntas feitas para a análise dessa dimensão foi “Quais são os maiores problemas que você consegue identificar dentro da organização?”.

De acordo com a observação fica nítido que a empresa passa por problemas difíceis de convivência no dia a dia. O clima organizacional é formado por pelo comportamento e reações dos colaboradores no dia-a-dia e é claro os comportamentos explosivos e muitos sem paciência tanto para ouvir quanto para ensinar o que sabe.

4. Considerações finais

É certo que o estresse causa um bloqueio mental, impossibilitando que o ser humano consiga resolver pequenas questões do seu dia, e até mesmo afetando a criatividade do mesmo em inovação nas suas ações.

O clima organizacional é um fator de grande importância para empresa, pois o mesmo trabalha a compreensão das necessidades, preocupações e percepções dos colaboradores e é possível perceber através dos dados coletados na pesquisa, que os colaboradores da empresa Global são fortemente afetados pelo estresse, até mesmo pelo clima organizacional irritadiço.

É necessário que a empresa comece a trabalhar com novas ferramentas e métodos a gestão de pessoas, que por vez permite uma conexão entre colaborador e organização, analisando os propósitos de vida e os objetivos da organização. Horários mais flexíveis, com menos horas-extras e uma liderança humanizada são possíveis alternativas de inovação na gestão.

Ter uma equipe bem formada e que saiba lidar com problemas sem deixar que os mesmos interfiram de forma direta na produtividade do profissional é uma oportunidade de desenvolvimento para qualquer empresa.

5. Referências

BALLONE, Geraldo. Estresse, Ansiedade e Esgotamento. Cérebro e mente, 2015. Disponível em <<https://cerebromente.org.br/n11/doencas/estresse.htm>> Acesso em 02 de abril de 2021

CHIAVENATO, Idalberto Recursos Humanos - O Capital Humano das Organizações. 11ª edição, Grupo Gen, 2020. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788597025170/>>. Acesso em: 07 abr 2021

GIL, Antônio Carlos. Métodos e Técnicas de Pesquisa Social, 7ª edição, 2019. 9788597020991. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788597020991/>>. Acesso em: 16 de maio de 2021

LOUZADA, GISELE. Metodologia Científica, 2019. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788595029576/>>. Acesso em: 30 abr 2021

PEREIRA, Ueliton. Burnout: o fenômeno do esgotamento profissional. Holiste, 2019. Disponível em <<https://holiste.com.br/burnout-esgotamento-profissional/>> Acesso em 08 de abr 2021.

PIMENTA, Tatiana. Síndrome de Burnout: o esgotamento no trabalho pode deixar você doente. Vittude, 2016. Disponível em: <<https://www.vittude.com/blog>>. Acesso em: 10 de março de 2020

ROESCH, Sylvia Maria Azevedo. Projetos de Estágio e de Pesquisa em Administração, 3ª edição, 2013. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788522492572/>>. Acesso em: 16 de maio de 2021

ROSSI, Ana, Maria.EBC. Brasil é o segundo país com maior índice de estresse relacionado ao trabalho no mundo, diz pesquisa. Disponível em: <<https://radios.ebc.com.br/tarde-nacional-amazonia/2019/06/brasil-e-o-segundo-pais-com-maior-indice-de-estresse-relacionado-ao>> Acesso: 23 de junho de 2021