

ESTRESSE OCUPACIONAL EM SERVIDORES DA SEGURANÇA PÚBLICA: UMA PROPOSTA DE ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO

Autor: Carlos Jean Rodrigues Lopes

Orientador: Prof. Dr. Paulo Eduardo Benzoni

É sabido que a atividade policial é uma das profissões com maior índice causador de estresse no mundo, uma vez que abriga inúmeros fatores potencialmente estressores, constituindo uma das atividades mais arriscadas para a saúde e bem-estar físico e mental. Isso, somado à pressão imposta pela sociedade e a necessidade de ser eficiente a todo momento, afeta a saúde, gera desgastes, insatisfação e provoca estresse e sofrimento psíquico. Com o objetivo de desenvolver e manualizar um modelo de aconselhamento psicológico, com foco no estresse ocupacional e nas características específicas de servidores da segurança pública, o presente trabalho pretende avaliar a percepção de estresse e estressores, bem como o estado de saúde mental dos servidores de segurança pública que manifestarem interesse no trabalho proposto e, assim, proporcionar aos mesmos um espaço que permita cuidar do estresse e dos problemas de saúde mental advindos do trabalho. Fundamentado na abordagem cognitiva-comportamental, o trabalho será desenvolvido por meio de uma avaliação inicial do estado de saúde mental e percepção de estresse e estressores, para isso será utilizado o IPEEB- Inventário de percepção de estresse e estressores de Benzoni. Em sequência será realizada uma intervenção nos moldes de aconselhamento psicológico, em no máximo cinco encontros semanais, de 50 minutos cada. Espera-se contribuir para a melhora da saúde mental e qualidade de vida dos participantes. Como produto técnico final será realizado um manual de orientação e aplicação da metodologia de aconselhamento psicológico, a ser disponibilizado aos profissionais de psicologia para replicarem no segmento profissional de segurança pública.