

A INFLUÊNCIA DO WORKAHOLISMO NO COMPORTAMENTO INTERPESSOAL EM EMPRESAS

2018

Aline Raquel de Lima Soares

Graduanda do 6º período em psicologia, na Faculdade de Ciências Humanas de Olinda (Brasil)

E-mail de contato:

alinerachel04@gmail.com

RESUMO

Workaholismo é uma expressão americana que teve origem na palavra alcoólica (alcoólatra), servindo para denotar uma pessoa viciada, não em álcool, mas em trabalho. (VIOLIN, 2003). O presente artigo tem em vista evidenciar o vício em trabalho que gera um aumento de dificuldades no ambiente organizacional e na saúde destes indivíduos, procurando a melhoria no ambiente de trabalho, caracterizando sintomas de um workaholic e conceituando o que a literatura traz sobre o comportamento workaholic. O método escolhido foi o bibliográfico, e por fim buscou apresentar a vida saudável como algo mais vantajoso do que adoecer por um trabalho que se dá para ser resolvido com moderação e na carga horária de trabalho normal sem horas extras.

Palavras-chave: Workaholismo, psicologia organizacional, comportamento humano.

Copyright © 2018.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License 4.0.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



1. INTRODUÇÃO

Este artigo apresentará “A influência do workaholismo no comportamento interpessoal em empresas”. Tema este que deve ser discutido cada dia mais, devido ao crescente número de empresas que estourou no século XXI e o que o workaholismo desencadeia. Além disso, a atenção que as empresas devem voltar a dar ao trabalhador, a sua saúde e não só atenção a produtividade.

O objetivo é evidenciar o vício em trabalho que está gerando cada vez mais problemas na relação no ambiente organizacional e buscar os problemas mais causados na saúde destes indivíduos. Tendo como objetivo específico 1) procurar a melhoria no ambiente de trabalho, 2) caracterizar sintomas de um workaholic e 3) conceituar o que a literatura traz sobre o comportamento workaholic.

O workaholismo é o vício em trabalho, é uma expressão americana que teve origem na palavra alcoholic (alcoólatra). Serve para designar uma pessoa viciada, não em álcool, mas em trabalho. E se não for tratado leva a consequências seriíssimas na saúde física, emocional e mental, provocando irritações, afastamento da família e amigos de trabalho, se tornando uma pessoa isolada e com um único objetivo na vida concluir a atividade dita pelo chefe sem questionar e faz com que todos da sua função aceitem sem reclamar como ele aceitou, pois ele não consegue entender que não vai ser fácil para todos, para ele todos é como ele ou tem que ser. Aí percebemos a falácia da imagem do espelho.

Porém, devemos ter cuidado porque tirar uma história de vida de um profissional portador de um desajustamento não é tão simples, precisamos interpretar e replanejar medidas que devolvam ao indivíduo seu comportamento equilibrado e com condições estáveis de voltar ao ambiente de trabalho e retornar a ter boas relações. Em casos mais avançados o workaholismo pode desencadear a síndrome de burnout que poderá levar a morte súbita do trabalhador.

Porém muitos trabalhadores acreditam que apenas passando pelo psicólogo da organização já é o suficiente, mas só cabe ao psicólogo organizacional reconhecer distúrbios comportamentais dos trabalhadores e fazer a indicação correta psicoterápica.

Segundo Spector, a psicologia organizacional é um campo menor, que se refere ao desenvolvimento e aplicação de princípios científicos no ambiente de trabalho. Além de que nesta área o psicólogo não lida diretamente com os problemas pessoais dos funcionários, tal atividade ainda permanece no domínio da psicologia clínica. (2002, p.5).

Justifica-se o artigo através dos livros, artigos, entre as coisas que se foi achado sobre tal assunto, além de que é de grande contribuição para a área organizacional, pois ampliará conteúdos

a respeito do workaholismo e soluções para aumentar o bom nível de relacionamento interpessoal neste ambiente, deste modo foram escolhidos os autores citados abaixo:

Cecília Whitaker Bergamini com o livro Psicologia aplicada à administração de empresas- Psicologia do comportamento organizacional da 4ª Edição da editora Atlas, para contribuição do projeto, pois trata do comportamento humano nas organizações.

Carolina Maria Mota; Betania Tanure; Antonio Carvalho Neto com o artigo Estresse e sofrimento no trabalho dos executivos, este amplia o conhecimento sobre comportamento e nível de estresse nos executivos (2008);

Anselmo Ferreira Vasconcelos com o artigo qualidade de vida no trabalho: Origem, evolução e perspectivas. Ao qual traz conhecimento sobre a qualidade de vida trabalho. (2001);

Joel Lincoln Oliveira Ferreira com a dissertação O fenômeno Workaholic na gestão-Estudo de casos aplicados a gerentes. (2003).

A idéia de escolher este tema partiu através de um debate e que me fez repensar a quantidade de pessoas que acabam perdendo contato com o próximo, acaba adoecendo devido o excesso de trabalho, mesmo o workaholismo não sendo considerada doença pelo CID, ele vem ‘adoecendo’ muitos trabalhadores. E isso não é de agora desde o século passado, porém estouro a ‘epidemia’ no século XXI e a partir disto também aumentou o nível de pesquisa em relação a esta determinada área.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Workaholismo

A fundamentação teórica será dividida em cinco tópicos, os quais explicarão o conceito, sintoma, vida de um workaholic tanto na área organizacional quanto na área social e o rever que tais profissionais deveriam dar para melhorar sua vida.

2.2 Conceitos, sintomas e estilo de vida de um workaholic

O workaholismo é uma expressão americana que teve origem na palavra alcoólica (alcoólatra). Serve para denotar uma pessoa viciada, não em álcool, mas em trabalho. (VIOLIN, 2003). Este estilo de vida cresceu descontroladamente de acordo com o crescimento industrial. Assim como os alcoólatras apresentam no comportamento agitação, falta de moderação, os workaholic por sua vez apresentam tais comportamentos em relação ao trabalho.

O bem estar vai além da idéia fixa de ausência de doença. Implica uma posição preventiva para se atingir o bem estar físico, mental e emocional ideal. A saúde completa é a ausência de doença física e mental e a presença e nível suficiente de bem estar físico e mental. (KEYES,2002 apud IAN ROTHMANN & CARRY COOPER,2008)

Pois a ausência de saúde física e mental gera danos graves, a cada ano o nível de afastamento em empresas por motivo de doença física e mental é altíssimo. Porque os viciados em trabalho não param nem para um check-up médico, nem para uma conversa, eles pensam nada além do trabalho. E por causa de tal comportamento, desencadeiam vários sintomas que afetam a produtividade na empresa e sua vida pessoal.

Segundo Muchinsky (2004 APUD BERGAMINI, 2014), na atualidade a uma mudança constante e intensa no quadro de emprego e por isso os funcionários precisam encontrar um modo de enfrentar a perda de emprego, transferência e novas contribuições. Tal citação de Muchinsky para um trabalhador normal é de fácil aceitação e adaptação, enquanto para um workaholic se torna uma tortura ter que ser despedido, se afastar da sua função, muitos desenvolve depressão e autoestima fica rebaixada por sentirem que haviam falhado perante si mesmo. Couto (1987) e Zille *et al.* (2001) APUD CAROLINA MOTA *et al.*, 2008)ressaltam essa questão da vulnerabilidade individual, ou seja, pessoas diferentes reagem de formas diferentes ao estarem em contato com fontes de pressão semelhantes.

Para Killinger (1991 apud JOEL LINCOLN OLIVEIRA FERREIRA, 2003), os workaholics são os “viciados respeitáveis” do nosso século, as pessoas não se importam em ver alguém trabalhar mais do que 14 horas ao dia, porque dizem que é para um melhor sustento da família, para ter uma conta extra para uma viagem e na realidade isto não é para ser aceito como algo bem-visto, pois na verdade os workaholics usam algumas desculpas de que vão usar tal pagamento da hora extra para uma viagem e no dia da viagem, durante o decorrer da viagem não consegue se desligar um momento se quer do trabalho que deixou em casa para ser realizado após a chegada.

A qualidade de vida gera níveis alto de produtividade e uma vida pessoal mais satisfatória. Porém, os workaholics não conseguem se desligar do trabalho e pensar acima de tudo em bem-estar pessoal. Ana Maria Rossi, doutora em psicologia e presidente da Isma-BR, explica que por negligência com a saúde em função do vício em trabalho, muitos de seus pacientes apresentam taxas altíssimas de glicose no sangue e registros de pressão alta. Por causa do estilo de vida muito comprometido, os workaholics infelizmente passam a desencadear problemas cardíacos pela falta de exercício físico e pela má alimentação.

Conforme (Walton apud Rodrigues (1999: 81 apud ANSELMO FERREIRA VASCONCELOS, 2001), considera que a expressão qualidade de vida tem sido usada freqüentemente para descrever certos valores ambientais e humanos negligenciados. Além disso,

propõe oito categorias conceituais, incluindo categorias de qualidade de vida no trabalho que podemos citar como compensação justa e adequada, condições de trabalho, uso e desenvolvimentos de capacidades, oportunidade de crescimento e segurança, integração social na organização, constitucionalismo, trabalho e o espaço total da vida, relevância do trabalho na vida.

2.3 Repercussões do workaholismo

A uma grande repercussão neste assunto, pois ele é uma linha cruzada que no momento em que a empresa esta sendo atingida pelo comportamento workaholic do funcionário e nisto caindo à produção e o relacionamento agradável que os funcionários deveriam ter entre si. Na vida pessoal do workaholic também acompanha o mau comportamento que acontece na empresa só que em casa afeta os filhos, o casamento gerando divórcios, afastamento dos grandes amigos e afeta os passeios que haviam sido combinados entre o grupo social. No Japão o excesso de trabalho é conhecido por Karoshi que pode ser traduzido literalmente do japonês como “morte por excesso de trabalho”. As principais causas médicas das mortes por karoshi são ataque do coração e derrame devido ao estresse. O primeiro caso foi relatado em 1969 pela morte relacionada a derrame de um trabalhador de 29 anos no departamento de remessada maior companhia de jornal. Em 1987, com o aumento da preocupação pública, O ministério da Saúde, Trabalho e Bem-Estar do Japão começou a publicar estatísticas sobre o karoshi. A mídia de Taiwan também relatou um caso de karoshi. Um engenheiro que trabalhava na Nanya Technology por três anos de 2006 a 2009 foi encontrado morto em frente de seu computador, que estava cercado por documentos da empresa. Os procuradores descobriram que o engenheiro morreu de choque cardiogênico. Os pais do engenheiro disseram que ele trabalhava de 16 a 19 horas por dia. (MARCOS HENRIQUE MENDANHA, 2015)

No Brasil o transporte rodoviário. É um dos setores mais letais para os trabalhadores. Grande parte dos acidentes se relaciona ao excesso de jornada de trabalho dos caminhoneiros e à falta regulamentação que limite o tempo ao volante e o intervalo mínimo de descanso. A falta de registro legal do vínculo de emprego geralmente contribui para que o motorista trabalhe mais para garantir o sustento e da família. Assim, os riscos se multiplicam num país com uma frota de 3,2 milhões de caminhões. (PYL, 2012)

2.4 As relações de um workaholic no ambiente organizacional

Infelizmente, os workaholics possuem relações desgastadas, e com o tempo se tornam pessoas isoladas. Deposita toda sua energia, todo o tempo possível ao trabalho, esquecendo-se de festas que acontecem no ambiente de trabalho para descanso e ampliar o nível de convivência e

amizade entre os funcionários para assim se cooperarem, criarem laços que renderam um alto nível de produtividade sem tanto desgaste físico, mental e emocional.

Para as empresas os workaholics até podem trazer benefícios em curto prazo, mas em longo prazo apresentam um lado negativo, entre eles afastamento por doença, a impressão de incompetência por sempre excederem a carga horária e por gerar altos custos com tantas horas extras. (Talita Oliveira Apud RH.com. br, 2013, s/p).

O workaholismo carrega alguns desabonos que são a redução da produtividade e capacidade de trabalhar em equipe, tem algumas características encontradas nos estágios que a síndrome de burnout apresenta uma dessas características é a dedicação intensificada: onde predomina a necessidade de se fazer tudo sozinho e provar ser capaz de realizar tal atividade, o caso se torna tão sério que em certo momento já se chega à aversão a grupos, reuniões e comportamento anti-social, não aceitação de comentários que seria para o bem do individuo e das relações interpessoais na empresa, a vida perde o sentido.

2.5 As relações de um workaholic no ambiente social

Para identificá-los é importante observar o afastamento de parentes e amigos, se conversam apenas sobre deveres empresariais, se com frequência levam tarefas para casa, se realizam reuniões durante o almoço, se não desgrudam do notebook ou do celular mesmo no final de semana ou no período de férias. Para eles, tudo que não estiver ligado ao trabalho é perda de tempo. (Talita Oliveira Apud RH.com. br, 2013, s/p).

A vida social de um workaholic apresenta níveis baixíssimos de relações agradáveis como a citação nos apresenta, por causa do trabalho deixam insatisfeitos a família e em muitos casos machucam emocionalmente os filhos que necessitam de um apoio, de uma conversa, não exercem a função paterna, nem materna, as esposas se divorciam dos maridos workaholics por não suportarem o abandono amoroso, por não suportarem segurar a relação sozinha, e muitos maridos se divorciam de esposas workaholics por não suportarem a ausência feminina ao lado deles.

As pessoas workaholics não se fazem presente nos momentos mais necessários de seus companheiros, seus amigos, familiares. Seus amigos tornam-se apenas os que têm ligação com o trabalho, Esquece de um abraço, um feliz aniversário, pois focam apenas na agenda do trabalho.

2.6 Saindo de uma vida workaholic e entrando para uma vida saudável.

Segundo (Celso Bazzola apud UOL, 2013) “O trabalho será saudável enquanto não aprisiona a pessoa na necessidade constante de falar e estar agindo pelo trabalho”.

Não é fácil se auto-reconhecer como um workaholic e é mais difícil ainda admitir que precisem de ajuda profissional, muitos só procuram em últimos casos, quando já sofreram algum problema de saúde por causa do vício e excesso de trabalho, quando chegam ao profissional ainda tentam contestar de que acha que é algo simples que esta acontecendo e que logo vai passar, mas se não for tratado a tempos apenas vai se agravando mais a situação de tal funcionário. Quando são encaminhados pelos psicólogos da empresa para uma clínica alguns não admite tal encaminhamento e simplesmente não vão. Prejudicando assim sua vida emocional, pessoal e organizacional.

É preciso terapias e abrir espaço para novas descobertas, novos momentos e passeios para manter o equilíbrio. Repensar se naquele momento vale mesmo à pena abrir mão de um carinho que o filho lhe quer dar, abrir mão de um happy hour com os amigos ou ficarem horas e mais horas trancado sozinho resolvendo trabalhos que dá para ser resolvido no horário de trabalho se houver organização na agenda.

A vida saudável é muito mais vantajosa do que adoecer por um trabalho que se dá para ser resolvido com moderação, o caminho para combater muitos desequilíbrios organizacionais assim como o workaholic é manter o equilíbrio e buscar valorizar mais os momentos em lazer e reconhecer que o descanso é fundamental para melhoria dos resultados no trabalho e aumentaria a criatividade e na vida pessoal tudo se tornaria mais calmo e também evoluiria o nível de convivência interpessoal.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considera-se que o workaholismo é um comportamento que em longo prazo desencadeia grandes prejuízos para a vida dos trabalhadores que são viciados em trabalho, afetando não apenas a sua vida profissional com afastamento do trabalho, cansaço físico e emocional, mas também afastamento do âmbito familiar gerando impacto na vida de todos que estão ao seu redor.

Diante de toda a pesquisa vemos que o workaholismo precisa ser trabalhado pelos psicólogos organizacionais para intervir e gerar promoção à saúde mental dos trabalhadores e encaminhando a psicoterapias individuais os trabalhadores que houver necessidade, temos um grande trabalho a ser realizado no século XXI nas empresas para promover crescimento organizacional aliado a bem estar do profissional.

Ou seja, de acordo com os autores pesquisados para construção desse artigo vemos em comum na revisão da literatura dos mesmos a concordância em relação ao workaholismo ser algo prejudicial e que deve ser tratado para não agravar a vida profissional e pessoal do indivíduo,

merecendo assim atenção para esta temática e contribuição dos psicólogos na área organizacional. Tendo grande apreço à Bergamini (2008), Mota; Tanure; Neto (2008), Vasconcelos (2001), Ferreira (2003), rh.com. Br (2013), uol.com. Br (2013), Medanha (2015), Ian rothmann&Carry cooper (2008).

Contudo conclui-se que este artigo é de grande importância para a área organizacional e que contribui para o crescimento da área, além da expansão de conhecimento acerca do workaholismo que ainda necessita ser mais investigados pelos psicólogos pesquisadores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BERGAMINI, Cecília Whitaker. **Psicologia aplicada à administração de empresas**. 4ªEd. São Paulo, Atlas. 2008.

Carolina Maria Mota; Betania Tanure; Antonio Carvalho Neto. **Estresse e sofrimento no trabalho dos executivos**. Belo Horizonte, 2008.

Excesso de trabalho pode causar danos psíquicos, profissionais, físicos. **O globo**. Disponível em: <<http://oglobo.globo.com/economia/emprego/excesso-de-trabalho-pode-causar-danos-psiquicos-profissionais-fisicos-2712953>> **Acessado em:** 06 de maio de 2016.

FERREIRA, Joel Lincoln oliveira. **O fenômeno Workaholic na gestão. Estudo de casos aplicados a gerentes**. Curitiba, 2003.

Gil, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa**. 6. Ed. São Paulo, atlas, 2008.

Ian rothmann & Carry Cooper. **Fundamentos de psicologia organizacional e do trabalho**. Ed. 1ª. Campus, 2008.

LUCIEL. H de Oliveira. **Levantamento bibliográfico, leitura, fichamento, resenha**. Unifae.

Oliveira, Talita. **Qualidade de vida, ser um workaholic**. Disponível em: <[http://www.rh.com.br/Portal/Qualidade de Vida/Artigo/8505/ser-um-workaholic.html#](http://www.rh.com.br/Portal/Qualidade_de_Vida/Artigo/8505/ser-um-workaholic.html#)> **Acessado em:** 03/05/2016.

PYL, Bianca. **Caminhoneiros são os trabalhadores que mais morrem no Brasil**, Repórter Brasil, 2012. Disponível em: <<http://reporterbrasil.org.br/2012/04/caminhoneiros-sao-os-trabalhadores-que-mais-morrem-no-brasil/>> **Acessado em:** 06 de maio de 2016.

PINTO, Michele Nakagami Braule. **Psicologia organizacional. A importância da qualidade de vida no trabalho para o bem estar do colaborador. 2015. Disponível em:** <<https://psicologado.com/atuacao/psicologia-organizacional/a-importancia-da-qualidade-de-vida-no-trabalho-para-o-bem-estar-do-colaborador>> **Acessado em:** 29 de abril de 2016.

Vasconcelos, ANSELMO FERREIRA. **Qualidade de vida no trabalho: Origem, evolução e perspectivas.** São Paulo, 2001.

Workaholismo Saiba quando o vício em trabalho pode virar doença. **Economia. Uol.** 18/10/2013 Disponível em: <<http://economia.uol.com.br/empregos-e-carreiras/noticias/redacao/2013/10/18/workaholismo-saiba-quando-o-vicio-em-trabalho-pode- virar-doenca.htm>> **Acessado em:** 29 de abril de 2016.