

ENCONTRO DAS COMISSÕES  
DE PREVENÇÃO E  
ENFRENTAMENTO  
AO ASSÉDIO E À  
DISCRIMINAÇÃO

**CNU** CONSELHO  
NACIONAL  
DE JUSTIÇA



# Segurança Emocional no Trabalho

## O desenvolvimento de liderança como estratégia para prevenção ao assédio e à discriminação

Bem-vindo a uma conversa profunda sobre liderança humanizada e o papel fundamental da segurança emocional na construção de ambientes de trabalho mais saudáveis e produtivos.



# Nossa Jornada de Hoje

01

---

## Conexão e Conhecimento

Apresentações e entendimento do grupo através de interação dinâmica

02

---

## Fundamentos Teóricos

A teoria do apego e sua aplicação no contexto organizacional

03

---

## Liderança Humanizada

Desenvolvimento de competências para criar bases seguras

04

---

## Práticas e Diretrizes

Estratégias concretas para promoção da saúde mental no trabalho

05

---

## Transformação Organizacional

Caminhos para implementar mudanças sustentáveis

# Quem somos nós?

Cada pessoa nesta sala traz consigo uma história única, experiências valiosas e perspectivas essenciais para enriquecer nossa conversa. Vamos criar juntos um espaço de escuta genuína e compartilhamento autêntico.

# Sobre a Apresentadora



## Vilma Victal

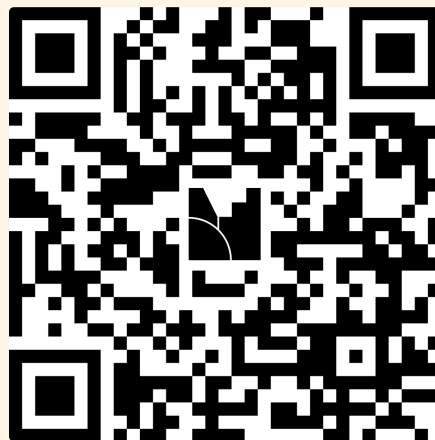
- Psicóloga clínica e organizacional;
- Desenvolvedora de soluções para promoção de saúde mental e desenvolvimento de liderança
- Desenvolve programas de capacitação e treinamento para equipes e gestores

Audiodescrição

# Vamos nos conhecer?

Usaremos o mentimeter para conhecer melhor o perfil do grupo e criar um espaço de diálogo autêntico

Esta é uma oportunidade de compartilhar suas experiências, desafios e expectativas. Suas contribuições são fundamentais para construirmos uma experiência de aprendizado verdadeiramente colaborativa e significativa.



Senta que lá vem a história

## Entendendo a dinâmica da vinculação entre seres e a autonomia

A **teoria do apego**, desenvolvida por John Bowlby, nos ensina que os seres humanos nascem com uma necessidade inata de formar vínculos emocionais. Desde os primeiros momentos de vida, buscamos conexão, segurança e proximidade com figuras que nos oferecem cuidado.

Esses primeiros vínculos moldam profundamente nossa maneira de nos relacionar com o mundo, influenciando como confiamos, como nos comunicamos e como buscamos apoio em momentos de dificuldade. Esta necessidade de conexão não desaparece quando nos tornamos adultos — ela se transforma e se manifesta em todas as nossas relações.

# O Ciclo Dinâmico de Apego e Exploração

## Apego: A Base Segura

No ambiente de trabalho, o apego se manifesta como a necessidade de segurança psicológica, apoio da liderança e clareza de expectativas. É a sensação de que é seguro ser vulnerável, pedir ajuda e cometer erros, formando uma base para a confiança.

## Exploração: O Impulso para o Crescimento

Uma vez que a base segura é estabelecida, os indivíduos sentem-se à vontade para explorar novas ideias, assumir riscos calculados, inovar e buscar desenvolvimento pessoal e profissional. Este ciclo é essencial para a adaptabilidade e resiliência da equipe.

Compreender esse ciclo dinâmico de apego e exploração é fundamental para líderes. Ao oferecer uma base segura, promovemos um ambiente onde a inovação e o crescimento florescem, permitindo que as equipes se desenvolvam com confiança e se adaptem a novos desafios.

## E nas organizações? Podemos aplicar esta dinâmica para compreendê-las?



A resposta é um **sim** profundo e transformador. As organizações são, em essência, sistemas de relacionamentos humanos. Os mesmos padrões de vinculação que observamos em nossas relações pessoais se manifestam no ambiente corporativo.

Colaboradores buscam em seus líderes e na organização aquilo que todos nós buscamos: segurança, reconhecimento, apoio e um senso de pertencimento.

Quando essas necessidades são atendidas, florescem a criatividade, o engajamento e a lealdade. Quando são negligenciadas, surgem o medo, a desconfiança e o desengajamento.

Líderes não são super-heróis imunes ao desgaste emocional. Eles também precisam de bases seguras — seja na forma de mentores, pares ou sistemas organizacionais que os amparem. Cuidar de quem cuida não é opcional; é essencial para a sustentabilidade da liderança humanizada.

☐ Para que um líder cuide bem de sua equipe ele deve também receber cuidado e apoio.

"Já ouvi muita gente dizer que deseja ser CEO, Juiz, dono do próprio negócio. Poucas vezes ouvi dizerem que querem entender pessoas, cuidar delas, desenvolvê-las, apoiá-las, ouvi-las etc., sendo que este é um trabalho diário, essencial, que nunca acaba."

— **Vilma Victal**

Liderar é um ato de serviço contínuo. É escolher, todos os dias, investir energia emocional em compreender, apoiar e desenvolver outros seres humanos. É um compromisso que transcende metas e indicadores — é sobre impactar vidas de forma genuína e duradoura.

A verdadeira liderança exige coragem para priorizar o humano em meio às pressões por resultados, e sabedoria para reconhecer que pessoas florescidas naturalmente geram os melhores resultados.

## O que as Pesquisas Revelam

# Evidências científicas sobre apego e liderança

Pesquisas sobre o tema têm mostrado evidências consistentes que conectam os padrões de apego à qualidade da liderança e ao clima organizacional:

### Estilo de Liderança

**Líderes com apego seguro** frequentemente adotam estilos de liderança mais colaborativos e focados no desenvolvimento das pessoas, como a liderança servidora, promovendo maior engajamento e propósito na equipe.

### Cultura Organizacional

A **cultura organizacional** que promove apoio e relacionamentos positivos gera um ambiente de segurança emocional, melhor desempenho e maior satisfação dos funcionários.

### Engajamento e Pertencimento

**Vínculos afetivos** entre colaboradores e organizações influenciam diretamente o engajamento, sentimento de pertencimento e produtividade das equipes.

### Impacto dos Estilos

**Estilos de apego dos líderes** (ansioso, evitativo, seguro) têm impacto direto na qualidade da liderança e no clima emocional das equipes.

### Construção de Vínculos

A **construção de vínculos organizacionais fortes** depende da motivação pessoal, das relações interpessoais e das condições oferecidas pela organização.

Esses estudos indicam que aplicar os princípios da teoria do apego na gestão pode gerar líderes mais empáticos, segurança psicológica e colaboradores mais engajados e comprometidos com os propósitos organizacionais.

# Desafios que Enfrentamos no Judiciário



## Hermetismo do mundo jurídico

Tradições arraigadas e linguagem técnica que podem criar barreiras ao diálogo aberto e à inovação em gestão de pessoas



## Seleção desatualizada

Processos seletivos focados exclusivamente em conhecimento técnico, negligenciando competências emocionais e relacionais essenciais



## Ausência de formação em gestão

Profissionais altamente qualificados tecnicamente assumem posições de liderança sem preparo para lidar com pessoas e equipes

Esses desafios não são obstáculos intransponíveis, mas sim **oportunidades de transformação** que exigem coragem para questionar paradigmas estabelecidos e disposição para investir no desenvolvimento integral de nossos líderes.



## Atributos Desejáveis da Base Segura

# O que torna um líder uma verdadeira base segura para sua equipe?



### Disponibilidade

Estar presente e acessível, demonstrando genuíno interesse e criando espaços de escuta para a equipe.



### Responsividade

Responder sensivelmente às necessidades da equipe, oferecendo suporte adequado e reconhecendo emoções.



### Engajamento

Envolver-se no crescimento e desenvolvimento da equipe, reconhecendo potenciais únicos e criando oportunidades.

Estes atributos não são características inatas que alguns poucos possuem — são competências que podem ser desenvolvidas através de autoconhecimento, prática deliberada e compromisso genuíno com o bem-estar coletivo.

## Diretrizes Básicas para Promoção de Saúde Mental



### Pilares Essenciais

A promoção da saúde mental no ambiente de trabalho requer uma abordagem sistêmica que integre políticas organizacionais, práticas de liderança e iniciativas de desenvolvimento humano.

Cada elemento desta estrutura contribui para criar um ecossistema onde as pessoas se sentem valorizadas, ouvidas e apoiadas em sua jornada profissional e pessoal.

"Uma gestão que busca atender estas necessidades humanas universais é uma gestão que faz desabrochar nossos talentos, nossas ideias, nossa paixão.

É uma gestão que presenteia ao mundo os nossos dons e nos dá a alegria de descobrir e realizar nosso propósito."

— Vilma Victal

A negligência com as necessidades humanas essenciais no ambiente de trabalho não é apenas uma falha ética; é um dreno brutal de potencial humano e organizacional. Quando líderes não priorizam o bem-estar e o desenvolvimento de suas equipes, eles inadvertidamente sufocam a inovação, geram desengajamento e elevam os custos invisíveis de rotatividade e absenteísmo.

O verdadeiro custo da gestão desumana se manifesta na perda de talentos, na deterioração da cultura organizacional e na incapacidade da organização de alcançar seu pleno propósito e potencial transformador.

# Obrigada!

Agradecemos sinceramente a sua participação e presença neste encontro. É através da troca de ideias e do compromisso com o desenvolvimento humano que construímos ambientes mais seguros e inspiradores.

Cada conversa, cada reflexão compartilhada, cada passo dado em direção a uma liderança mais humanizada representa uma semente plantada para um futuro organizacional mais saudável e próspero.

## Dúvidas e Contatos

**Instagram:** @vilmavictalpsi

Fique à vontade para entrar em contato. Estamos aqui para apoiar sua jornada de transformação e desenvolvimento.



## Cursos e Soluções em Desenvolvimento de Liderança e Promoção de Saúde

Oferecemos um portfólio abrangente de programas educacionais desenvolvidos para fortalecer competências essenciais de liderança e promover ambientes organizacionais mais saudáveis e resilientes.



### Prevenção ao Suicídio

Diversas palestras e cursos com foco em conscientização e estratégias preventivas de crises suicidas. Identificação precoce, intervenção por leigos e quando e como buscar cuidados profissionais.



### Cursos de Enfrentamento ao Assédio Moral, Sexual e Discriminação

Diversas palestras e cursos com foco em conscientização e estratégias preventivas e de enfrentamento com vistas a evitar o adoecimento mental e promover ambientes respeitosos.



### Curso de Capacitação em Primeiros Socorros Psicológicos

Conscientização e estratégias preventivas de adoecimento mental e de intervenção através de técnicas cuidadoras que podem ser aplicadas por qualquer pessoa em diversos contextos desde uma batida de carro, um diagnóstico de câncer, assalto até em grandes catástrofes climáticas.

# Mais Programas Especializados



## Inteligência Emocional

Diversos cursos ministrados em âmbito corporativo com foco no desenvolvimento de competências emocionais, autoconhecimento, autorregulação e habilidades interpessoais para melhoria da eficiência organizacional e qualidade de vida.



## Manejo de Crises de Pânico

Curso especializado voltado para a capacitação de profissionais e leigos no reconhecimento, intervenção e manejo de técnicas das crises de pânico, incluindo estratégias de respiração, ancoragem e técnicas de relaxamento muscular para redução dos sintomas agudos.

Todos os nossos programas são desenvolvidos com base em evidências científicas e adaptados às necessidades específicas de cada organização, promovendo transformações sustentáveis e duradouras.