

## **WELLY: PROGRAMA DE FORMAÇÃO PARA O GESTOR DE BEM-ESTAR**

**Patrícia Costa (1), Sílvia A. Silva (2), Márcia Crespo (3), José Borges Santos (4),  
Marta Silva (5), Gonçalo Alexandre Santos (6) & Rita Branco (7)**

(1) Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL) | Business Research Unit (BRU-IUL);  
patricia\_costa@iscte-iul.pt

(2) Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL) | Business Research Unit (BRU-IUL);  
silvia.silva@iscte-iul.pt

(3) Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL) | Business Research Unit (BRU-IUL);  
marcia\_santos\_crespo@iscte-iul.pt

(4) Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL); jose\_borges@iscte-iul.pt

(5) Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL); marta\_camoesas@iscte-iul.pt

(6) Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL) | Business Research Unit (BRU-IUL);  
Gonçalo\_alexandre\_santos@iscte-iul.pt

(7) Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL); rita.gsbranco@gmail.com

**Palavras-chave:** Bem-estar; Formação; Stress; Gestão do Bem-Estar; Saúde no Trabalho

### **Resumo**

Dado o aumento exponencial dos problemas de stress relacionados com o trabalho e a difusão da depressão entre os cidadãos europeus, o projeto WELLY visa definir o papel do Gestor de Bem-Estar no Trabalho, responsável por garantir que as condições de trabalho diárias são justas e tão saudáveis quanto possível para cada funcionário, de modo que a qualidade geral de vida no trabalho melhore dentro da organização e em todas as outras economias.

Este projeto é co-financiado pelo Programa Europeu Erasmus +, com o objetivo de introduzir um perfil de competências de um Gestor do Bem-Estar no Trabalho para a prevenção e combate do stress no trabalho. O Gestor de Bem-Estar no Trabalho pode ser descrito como um gestor de Recursos Humanos que trabalha como supervisor de todos os gestores e coordenadores no local de trabalho, concentrando-se nos aspetos da saúde mental e nas relações entre os trabalhadores a diferentes níveis. O seu papel é multifuncional, alavancando as competências psicológicas, incluindo a gestão da diversidade (por exemplo, raça, etnia, género, orientação sexual, estatuto socioeconómico, idade, capacidade física, origem religiosa, crenças de outras ideologias, etc.), particularmente quando se trata de pessoas portadoras de deficiência, uma vez que estas requerem frequentemente ajustamentos específicos no seu posto de trabalho. Assim, o Gestor do Bem-Estar tem como tarefas profissionais a avaliação das condições gerais do local de trabalho, a implementação de boas práticas de equidade, diversidade e inclusão, o planeamento de medidas para um local de trabalho justo e saudável, a coordenação e gestão de programas e serviços de bem-estar, e a realização e apresentação de relatórios desses mesmos programas. Paralelamente, deve ser capaz de criar um ambiente acolhedor e estimulante, desenvolvendo boas relações com outros gestores e trabalhadores, trabalhando em conjunto na promoção da saúde e responsabilizando-se pela comunicação interna e externa.

O projeto Welly é gerido por um consórcio internacional composto por oito parceiros de cinco países da UE: Portugal, Espanha, Grécia, Itália e Eslovénia, e comporta cinco grandes etapas. Na primeira etapa, analisou-se o estado da arte da investigação sobre bem-estar no trabalho, e realizaram-se inquéritos a trabalhadores de pequenas e médias empresas, das qual resultou um resumo da literatura e recolha de estudos de caso. Este relatório está disponível para consulta pública, e serviu de base para o desenvolvimento da segunda fase. Esta fase consistiu na definição das competências e do currículo de formação do gestor do bem-estar, centrado em quatro grandes competências básicas: comunicação, capacidade de análise, competências de relacionamento interpessoal, e liderança. Destas, foram definidas sete áreas de competências que o Gestor de Bem-Estar deve adquirir, sendo elas: comunicação, pensamento analítico e crítico, construção de relações e inteligência emocional, liderança estratégica e organizacional, andragogia, transferência de conhecimentos e metodologias de apoio, deficiência e gestão da diversidade, gestão do stress e felicidade no trabalho.

Estas áreas de competências estão na base do desenvolvimento de um curso de formação, que corresponde à terceira fase, central ao projeto e coordenada por Portugal. Esta fase consiste no desenvolvimento de um curso de formação profissional do Gestor de Bem-Estar no trabalho e também na sua aplicação piloto. Este curso será posteriormente, na quarta etapa, alvo de um processo de certificação ao nível europeu, ficando disponível nos países parceiros, bem como um manual para o gestor de bem-estar, desenvolvido na última etapa.

A presente apresentação tem como objetivo apresentar o programa de formação desenvolvido, cuja aplicação piloto terá início no outono de 2021. O programa de formação é composto por quatro grandes módulos, cada um deles dividido em unidades específicas. No primeiro, realiza-se uma abordagem geral aos ambientes de trabalho saudáveis, com a análise de melhores práticas em casos de estudo. O segundo módulo foca-se no conhecimento da legislação sobre stress e bem-estar e sobre diversidade e discriminação no trabalho, tanto ao nível Europeu como nacional. O terceiro módulo está centrado na função de Gestor de Bem-Estar no Trabalho, fornecendo a oportunidade de aplicar os conhecimentos em intervenções em bem-estar no local de trabalho. Por último, o módulo 4 trabalha competências práticas fundamentais para esta função, tais como a comunicação, o pensamento crítico e a inteligência emocional. Todo o curso foi pensado em modalidade *blended*, sendo que as suas 180h totais se dividem em 71 horas de contacto, e restantes horas de trabalho autónomo dos formandos. O curso funciona numa plataforma online, sendo composto por sessões com conteúdos teóricos específicos e exercícios práticos, e com recurso a metodologias expositivas (sessões síncronas, vídeos), interrogativas (*quizzes*, discussões em grupo), e ativas (*role-plays*, análises de caso.), bem como à criação de comunidades de aprendizagem (i.e. fóruns de discussão).

O curso de formação WELLY dirige-se aos profissionais de pequenas e médias empresas que não têm necessariamente um diploma universitário, mas têm experiência em gestão de RH ou estão no início da sua carreira nesta área, bem como aos empresários que gerem pequenas empresas que assumem a responsabilidade direta pela gestão do pessoal. No entanto, o curso também pode ser interessante para estudantes de Psicologia ou de educação de adultos, incluindo ciências organizacionais ou de gestão, uma vez que o bem-estar é uma componente importante nestas áreas. Para entrar no curso o requisito mínimo é um diploma do nível 4 do QEQ e experiência mínima na área de gestão de RH, sendo que o curso será gratuito, considerando o financiamento no âmbito do programa Erasmus+. Esperamos, com esta apresentação, dar a conhecer o projeto, com especial enfoque no

curso de formação, e promover a discussão acerca desta relevante temática.