PLANO DE ENSINO	
Instituição	Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Trilha de Aprendizagem	Gestão de pessoas
Curso / Evento	Cuidado nas relações no ambiente de trabalho
Carga horária total	25h
Público-alvo	Todos os servidores
Número de participantes	30
Instrutor (es)	Bianca Janssens Tatianne Godoi
Modalidade	( ) Presencial ( ) Online (x) Híbrido
Local do curso:	Aulas online: Google Meet Aula Presencial: parte prática – Galpão dos Garanhões, campus Seropédica

Ementa

Incivilidade - conceito e prática na UFRRJ; civilidade no trabalho; cuidado nas relações no ambiente de trabalho – conceito e práticas na UFRRJ; autocuidado; cuidado ao outro; receber cuidado; ética do cuidado; economia do cuidado. Relações interpessoais positivas para o bem-estar subjetivo e social.

Justificativa

Esta ação de desenvolvimento justifica-se pelo seu potencial de contribuir para construção coletiva para o bem-estar subjetivo e social dos trabalhadores da UFRRJ. Para isso, será tratado o conceito de incivilidade, civilidade e cuidado nas relações. A incivilidade ocorre entre indivíduos e se caracteriza por ser uma forma de microviolência sutil, desconsiderando o outro e transgredindo as normas de respeito e educação nas interações sociais (ANDERSSON; PEARSON, 1999). Por sua natureza ambígua, manifesta-se por meio de atos agressivos indiretos (KAISER, 2017) e, em muitos contextos, é tolerada como um comportamento comum nas relações interpessoais (ANDRADE et al., 2020).

Manifesta-se de diversas maneiras, seja através do tom grosseiro ao falar, de períodos prolongados de silêncio (KABAT-FARR et al., 2018), ou mesmo pela negligência em relação a opiniões (ANDERSSON e PEARSON, 1999). Pode ocorrer tanto de forma presencial quanto por meio da comunicação virtual, seja através de e-

mails com tom desrespeitoso ou respostas que demonstram pouca ou nenhuma atenção ao pedido feito (CORTINA e MAGLEY, 2009; PORATH et al., 2011).

A microviolência muitas vezes inicia-se de maneira sutil (ANDERSON; PEARSON, 1999) e, embora seja menos intensa em agressividade (PEARSON; PORATH, 2004), resulta no aumento de afetos negativos e na drástica redução da colaboração e cooperação no grupo de trabalho (PEARSON; ANDERSON; WEGNER, 2001).

Não apenas aqueles que sofrem, mas também os indivíduos que praticam atos de incivilidade relatam experimentar níveis elevados de estresse, distração, baixa criatividade, escassa cooperação, maior sofrimento psíquico e insatisfação no contexto do trabalho (KAISER, 2017) Ao testemunharem atos de incivilidade, os indivíduos experimentam uma diminuição no comprometimento e na produtividade, resultando em diversos tipos de sofrimento e comportamentos, como o absenteísmo (ANDERSSON; PEARSON, 1999; MENDONÇA et al., 2018).

A civilidade e o cuidado nas relações são formas eficazes de neutralizar o mal-estar que a incivilidade produz. Além de ser uma forma de construção coletiva para o bem-estar subjetivo e social, promovendo melhores ambientes e resultados no trabalho (BOFF, 2014; TORO, 2009; GELLER, 2016).

A parte prática segue as etapas da Aprendizagem Experiencial Assistida por Equinos (Stock,

Kolb, 2016): é dividido em quatro fases (figura 1), após a chegada e acolhimento dos participantes, seguindo o ciclo de aprendizagem experiencial. Em cada fase, os participantes serão assistidos não apenas pelos cavalos, mas são acompanhados pela Equipe (CEUA-IZ 0187-12-2022).

Chegada: Antes do contato com os cavalos, será explicado como se darão as atividades no decorrer do encontro e será fornecido o termo informado os riscos advindos das atividades com os cavalos, explicando que não haverá montaria. Será realizada a apresentação inicial, com exercícios de respiração e alongamento para o relaxamento e conscientização corporal e do ambiente ao redor, buscando desconexão com os afazeres diários e conexão com o momento presente.

Primeira Fase: Experimentação. Os participantes serão instruídos

sobre o comportamento do cavalo e formas corretas de abordagem para se aproximar do

animal. O participante irá pegar o cavalo, colar cabresto, estabelecer uma relação com o cavalo através da escovação do cavalo, e depois conduzi-lo a pé até através de

obstáculos previamente formulados para atividades, a experiência concreta, que diz respeito ao contato com situações que trazem um dilema e são vistas sob a referência de conhecimentos prévios que o sujeito aprendeu anteriormente.

Segunda Fase: é o momento de Reflexão Observacional, no qual os participantes param e observam as ações dos outros colegas envolvidos nas atividades.

Terceira Fase: Ação é quando o participante guiado pelo profissional fará a conceptualização abstrata, através das metáforas e reflexões sobre o ocorrido naquele dia, pode se relacionar com o seu ambiente escolar, o sujeito assimila as reflexões e, a partir de então, forma novos conceitos voltados para ação.

Quarta Fase: Avaliação, sendo a experimentação ativa, são almejadas mudanças comportamentais dos participantes presente, a experiência ativa, na qual há aplicação dos conhecimentos refletidos, o que geram novas experiências direcionadas as relações interpessoais.

Competências a serem desenvolvidas

- Capacidade de identificar nossas ações e reações;
- Capacidade de identificar as ações e reações de outras pessoas; e

Gerir e encaminhar os possíveis conflitos nas relações interpessoais no trabalho.

Estratégias de Ensino

Para este curso serão utilizados algumas estratégias de ensino que favorecem a retenção do conhecimento, dentre elas:

-
- Aula expositiva dialogada – na qual os participantes poderão, de forma espontânea, compartilhar suas experiências emocionais e relacionais em consonância com a matéria do dia.
-
- Canva/Power Point – as aulas serão apresentadas com os conteúdos da plataforma Canva.
-
- Dinâmica de grupo – em muitos momentos o cérebro reconhece uma nova aprendizagem sem o uso de palavras de forma direta, mas sim com a prática. As dinâmicas de grupo terão por objetivo fomentar o conhecimento cognitivo na interação com as percepções visuais, auditivas e táteis.
-
- Troca em grupo – os participantes serão estimulados a se unir em pequenos grupos para dividirem suas experiências da prática da atividade proposta na semana anterior.
-
- Vídeos do Youtube– a percepção visual do cérebro humano ocupa um espaço muito maior que outras percepções. Por este motivo o uso de vídeos com música, cores e histórias conectam o aprendizado cognitivo com estrutura emocional.

Recursos Didáticos

Serão utilizados: notebook e internet

Procedimentos de Avaliação

A avaliação será realizada pela assiduidade de 75% dos participantes e participação nas atividades do curso.

Conteúdo e Cronograma

Aula	Data	Horário	Instrutor	Conteúdo Programático	Estratégia de ensin
1	22/08	9h às 12h	Bianca	Quem somos? • Apresentação CASST • Apresentação participantes • Contexto da universidade pública – início e atualidade – potencialidades e limitações • Contexto da lotação dos servidores • Reflexão sobre culturas departamentais na cultura institucional • Culturas valoriza a competição ou a colaboração?	**Local: googlemeet** (link será enviado) 1. Aula expositiva dialogada com utilização de Canva/Power Point 2. Dinâmica: Reconhecendo o contexto e o que o estimula 3. Exercício prático semanal para percepção de ambiente e cultura 4. Filme:
2	29/08	9h às 12h	Bianca	Incivilidade: • Conceito Tipos: • Ascendente • Descendente • Lateral • Mista • Papéis na incivilidade (alvo, expectador, instigador) • Respostas dos alvos • Resposta dos instigadores	**Local: googlemeet** (link será enviado) 1. Aula expositiva dialogada com utilização de Canva/Power Point 2. Dinâmica: Reconhecendo a incivilidade e meus papéis 3. Exercício prático semanal para percepção dos papéis da incivilidade 4. Filme:
3	05/09			Civilidade • Transformações do conceito • No trabalho • Na família	**Local: googlemeet** (link será enviado) 1. Aula expositiva dialogada com

		9h às 12h	Bianca	• Na vida diária <u>Cuidado nas relações</u> • Autocuidado • Cuidado ao outro • Vulnerabilidade • Receber cuidado <u>Formas de cuidado</u> • Ética do cuidado • Economia do cuidado • Cuidado ativo <u>Cuidado tóxico</u> • Em excesso • Na falta	utilização de Canva/Power Point 2. Dinâmica: Reconhecendo a civilidade e o cuidado para o outro e comigo 3. Exercício prático semana: *check list* dos cuidados 4. Filme:
4	12/09	9h às 12h	Bianca	<u>Relações saudáveis</u> • Escala das relações • Economia do cuidado • Cuidado ativo <u>Construindo uma Universidade consciente</u> • Reconhecendo seus valores • Como tornar o cuidado uma missão da Instituição • Reconhecendo-se 'inatingível' • Tornando-se um líder que cuida	**Local: googlemeet** (link será enviado) 1. Aula expositiva dialogada com utilização de Canva/Power Point 2. Dinâmica: Reconhecendo a civilidade e o cuidado no outro e em mimsobre cuidado nas relações 4. Filme:
5	14/09	8h às 12h	Tatianne	(aula opcional) Prática vivencial do cuidado nas relações • Praticando formas de cuidado • Praticando diferentes formas de linguagem	**Local:** Aula prática com os cavalos co-terapeutas do Projeto Equilibrium-Rural (galpão dos Garanhões – Campus Seropédica) <u>Exercícios</u> 1. Atividade Assistida 2.Manejo 3.Guia Consciente

Referências Bibliográficas

BoffL.L. (1999) Saber cuidar: Ética do humano - Compaixão pela terra. Vozes. Petrópolis.

_____ (2014) O cuidado necessário. Vozes. Petrópolis.

Cortina LM, Magley VJ (2009). Patterns and profiles of workplace incivility response. Journal of Occupational Health Psychology, 14: 272.

Foucault, M. (2006). A ética do cuidado de si como prática da liberdade. In M. B. Motta (Org.), Ética, sexualidade e política (Vol. 5, pp. 264-287, Coleção Ditos & Escritos). Rio de Janeiro: Forense Universitária

Kabat-Farr D., Cortina L.M., Marchiondo L.A. (2018). The emotional aftermath of incivility: anger, guilt, and the role of organizational commitment. Int J Stress Manag.;25(2):109-128.

Kaiser J.A. (2017). The relationship between leadership style and nurse-to-nurse incivility:
turning the lens inward. Journal of Nursing Management 25, 110–118

MayerofF, M. (1971). On caring. New York: Harper & Aow,

Nunes, T.S., Gonçalves, J., Torga, E.M.M.F. (2022). Precarização e Função Social: análise dos significados do trabalho de docentes da pós-graduação. Avaliação, Campinas; Sorocaba, SP, v. 27, n. 01, p. 68-90

Patterson K, et al. Crucial conversations: tools for talking when stakes are high. 2nd ed. New York: McGraw Hill; 2012

Peters A.B. (2014). Faculty to faculty incivility: experiences of novice nurse faculty in academia. J ProfNurs.;30(3):213-227.

Peters, A. B., King, L. (2017). Barriers to Civil Academic Work Environments. Nurse Educator, 42(1), 38–41. doi:10.1097/nne.0000000000000300 10.1097/NNE.0000000000000300

Porath C.L., Pearson C.M. (2009). The cost of bad behavior: how incivility is hurting your business and what to do about it. New York, NY: Portfolio.

_____ (2013). The price of incivility. Harvard Business Review, 91:115

Silva IJ, Oliveira MFV, Silva SED, Polaro SHI, Radünz V, Santos (2008). Cuidado, autocuidado e cuidado de si: uma compreensão paradigmática para o cuidado de enfermagem. Rev Esc Enferm USP; 43(3): 697-703. Acesso em <www.ee.usp.br/reeusp/>

STOCK, K. L., KOLB, D. A. Equine-Assisted Experiential Learning. OD Practitioner vol. 48 n. 2, p. 43-47. 2016.

Currículo resumido do(s) instrutor(es), e-mail e link do lattes

Bianca Cristina da Silva Janssens (bianca_cris@hotmail.com) Possui mestrado em Psicologia pela UFRRJ, especialização em Neurociência e Comportamento pela PUC-RS, extensão em Neurociência Translacional pelo IDOR, graduação em Psicologia pela Universidade Presbiteriana Mackenzie (2001). Está cursando doutorado em Psicologia na linha Clínica e Neurociências pela PUCRio. Atualmente é psicóloga da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, com atuação na área de Saúde do Trabalhador, utiliza a abordagem da Psicologia Positiva para as ações de Promoção em Saúde. Para mais informações, acesse o Currículo Lattes no link: <http://lattes.cnpq.br/2712884298391901>

Tatianne Leme Oliveira Santos Godoi (tatiannegodoi@ufrrj.br) Servidora da UFRRJ desde 2010, médica veterinária, mestre e doutora em Medicina Veterinária pela UFRRJ. Especialização em Acupuntura (Incisa). Pós- doutoranda em Psicologia (PPGPSI/UFRRJ). Orientadora de projetos de pesquisas de iniciação científica e extensão com temas relacionados a comportamento de equinos, acupuntura, liderança, aprendizagem experiencial, intervenções assistidas por equinos. Atualmente é Coordenadora Responsável pelo Papo de Equilibrium, grupo cadastrado no Núcleo de extensão DRCI/PROEXT NE-23083.043/2020 sob Título: Papo de EQUIlibrium- Intervenções Transdisciplinares Assistidas Por Equinos- Projeto EQUIlibrum Rural, e coordenada projeto de aprendizagem assistida por equinos no grupo EQUIlibrium Rural, com foco desenvolvimento pessoal na liderança docente. Para mais informações, acesse o Currículo Lattes no link: http://lattes.cnpq.br/2972793972434653