



Bem-estar no setor de tecnologia

Insights do ano de 2022



Índice

Introdução	3
Panorama geral da saúde mental no setor de tecnologia	4
Case: Zenklub e Zé Delivery	8
Problema	8
Solução	8
Resultados	9

Introdução

A população jovem é **maioria nas empresas de tecnologia**, segundo levantamento recente da Associação das Empresas de Tecnologia da Informação e Comunicação e de Tecnologias Digitais.

E é uma das que mais preocupam o RH no que se refere ao seu bem-estar psicológico. Além de lidar com os **acelerados avanços tecnológicos**, buscam se engajar em **causas de impacto social**, o que também demanda **desenvolvimento socioemocional**.

Além disso, como nativos digitais, estão expostos a uma série de efeitos colaterais do uso excessivo das redes sociais e das consequências do isolamento social pela pandemia.

O Zenklub, pioneiro em saúde emocional corporativa, conhece as necessidades e os desejos do trabalhador do setor de TI. Empresas como **TOTVS, Positivo e Gupy** já transformaram a experiência de bem-estar dos seus colaboradores conosco.

Chegou a vez de você entender também por onde começar.

Boa leitura!

Panorama geral da saúde mental no setor de tecnologia

Na indústria tech não só há empresas com um ritmo acelerado de produção, como muitas têm passado por **reestruturações**, que **impactam fortemente na saúde mental**.

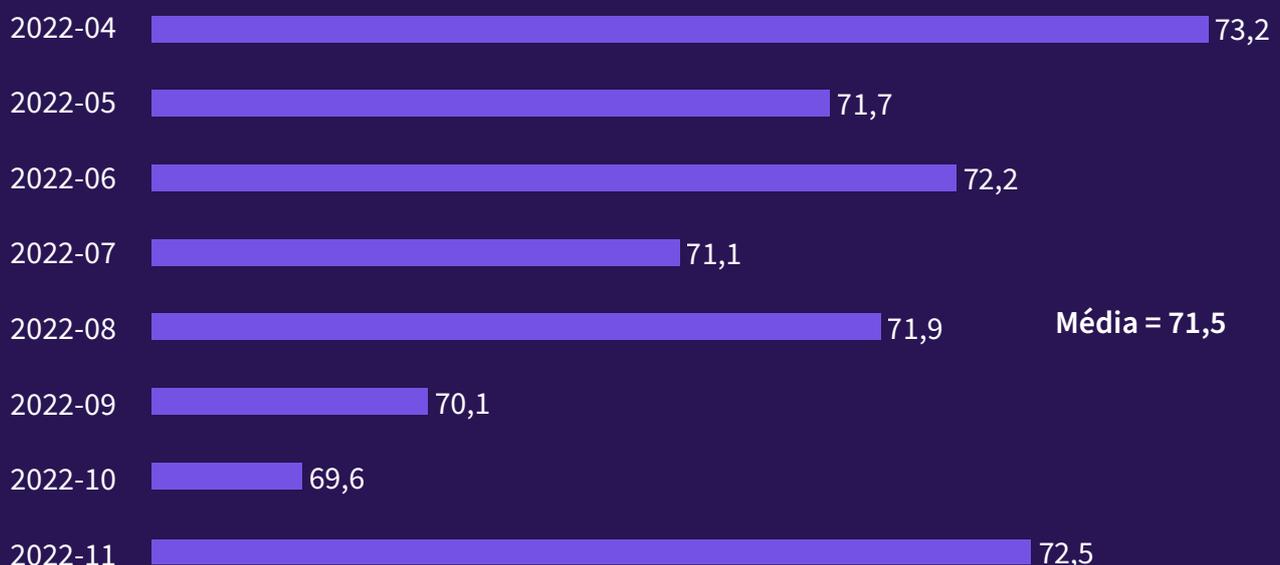
Sendo que, mesmo antes desse período de layoffs, **61% dos profissionais já se sentiam mentalmente esgotados** segundo o estudo The State of Burnout.

Além disso, o relatório **Saúde mental e bem-estar do trabalhador brasileiro** também traz dados relevantes sobre o bem-estar geral da população atuante em Tecnologia da Informação (TI).

No ranking do **Índice de Bem-estar Corporativo (IBC Zenklub)** entre 12 indústrias, o setor ocupa o **1º lugar**. Porém, ele atingiu 71,5 pontos – sendo 78 pontos, ou mais, o valor ideal.

O IBC Zenklub é um instrumento desenvolvido em parceria com psicometristas da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) que avalia nove facetas da saúde do trabalhador.

Observe, a seguir, o desempenho do indicador ao longo do ano de 2022, evidenciando uma evolução.



O setor de TI foi o que **mais se destacou em quase todas as facetas do IBC**, com algumas exceções:

- Autonomia e participação (4º lugar);
- Volume de demanda e Clareza das responsabilidades (2º lugar).

Entenda, a seguir, o que compõe esse indicador no que tange os trabalhadores do setor de tecnologia.

Autonomia e participação

- A autonomia e participação considera o quanto os processos empoderam os colaboradores, de modo a estimular a autogestão e a tomada de decisões que inclui todo o time.
- Pontuação média: 78,1 pontos.

Setor	Média 2022
Imobiliário	79,7
Construção	79,1
Indústria	78,6
Tecnologia/TI	78,1
Bens de Consumo	78



Exaustão

- Essa faceta ajuda a identificar possíveis sinais de esgotamento de energia, baixa eficácia profissional e sentimentos negativos sobre o trabalho.
- Pontuação média: 54,2 pontos.

Setor	Média 2022
Tecnologia/TI	54,2
Logística	57,1
Saúde	57,3
Indústria	57,6
Imobiliário	58,8



Relacionamento com o líder

- Mede a qualidade do relacionamento do colaborador com o seu gestor, em termos de cooperação, confiança, segurança psicológica, entre outros.
- Pontuação média: 80 pontos.

Setor	Média 2022
Tecnologia/TI	80
Imobiliário	79,3
Financeiro	76,3
Indústria	75,3
Construção	74,5



Relacionamento com os colegas

- Complementando a avaliação de relacionamento com o líder, esta dimensão verifica o relacionamento dos colaboradores entre si: se há comunicação, cooperação, entre outros.
- Pontuação média: 84,3 pontos.

Setor	Média 2022
Tecnologia/TI	84,3
Imobiliário	82,5
Serviços	82,5
Automotivo	81,8
Financeiro	80,8



Clareza das responsabilidades

- Avalia o quão claro é o escopo de trabalho do profissional, o que ajuda no alinhamento de expectativas e planejamento em casos de reestruturação do time.
- Pontuação média: 73,8 pontos.

Setor	Média 2022
Construção	75
Tecnologia/TI	73,8
Imobiliário	73,6
Serviços	73,6
Farmacêutico	72,4



Preocupação constante com o trabalho

- Reflete o quanto os colaboradores têm dificuldade para se desconectar da rotina profissional quando não estão em sua jornada de trabalho.
- Pontuação média: 43,6 pontos.

Setor	Média 2022
Tecnologia/TI	43,6
Logística	43,6
Automotivo	45,1
Saúde	46,9
Educação	48,9



Desconexão do trabalho

- A desconexão do trabalho representa o quanto a equipe tem respeitado as pausas e os momentos de descanso na sua jornada de trabalho.
- Pontuação média: 30,5 pontos.

Setor	Média 2022
Tecnologia/TI	30,5
Serviços	34,4
Financeiro	36
Construção	39,2
Logística	39,4



Conflitos e situações abusivas

- Essa pontuação se refere aos casos de assédio, humilhação ou outros constrangimentos nos ambientes de trabalho.
- Pontuação média: 16,6 pontos.

Setor	Média 2022
Tecnologia/TI	16,6
Serviços	18,9
Financeiro	19,9
Educação	20,1
Imobiliário	20,3



Volume de demanda

- O volume de demanda considera como as tarefas são organizadas e priorizadas para que o colaborador exerça suas atividades.
- Pontuação média: 27,8 pontos.

Setor	Média 2022
Logística	27,5
Tecnologia/TI	27,8
Serviços	30,5
Financeiro	32,8
Imobiliário	33,8



Case: Zenklub e Zé Delivery

Para conhecer na prática como uma empresa do setor de tecnologia pode se beneficiar de uma **estratégia de pessoas focada em saúde mental**, confira nosso case com o Zé Delivery.

A startup é considerada o maior delivery de bebidas do país, com mais de sete anos de mercado e presente em mais de 300 cidades brasileiras.

Depois de iniciar ações estratégicas de saúde mental, eles buscaram nosso apoio para manter essa cultura que se estabeleceu frente ao constante crescimento da empresa.

Problema

Tudo partiu de um **diagnóstico** que identificou a **ansiedade e o estresse** como principais pontos de atenção na empresa.

Solução

Iniciamos a **transformação cultural** através de um processo gradual e inteligente.

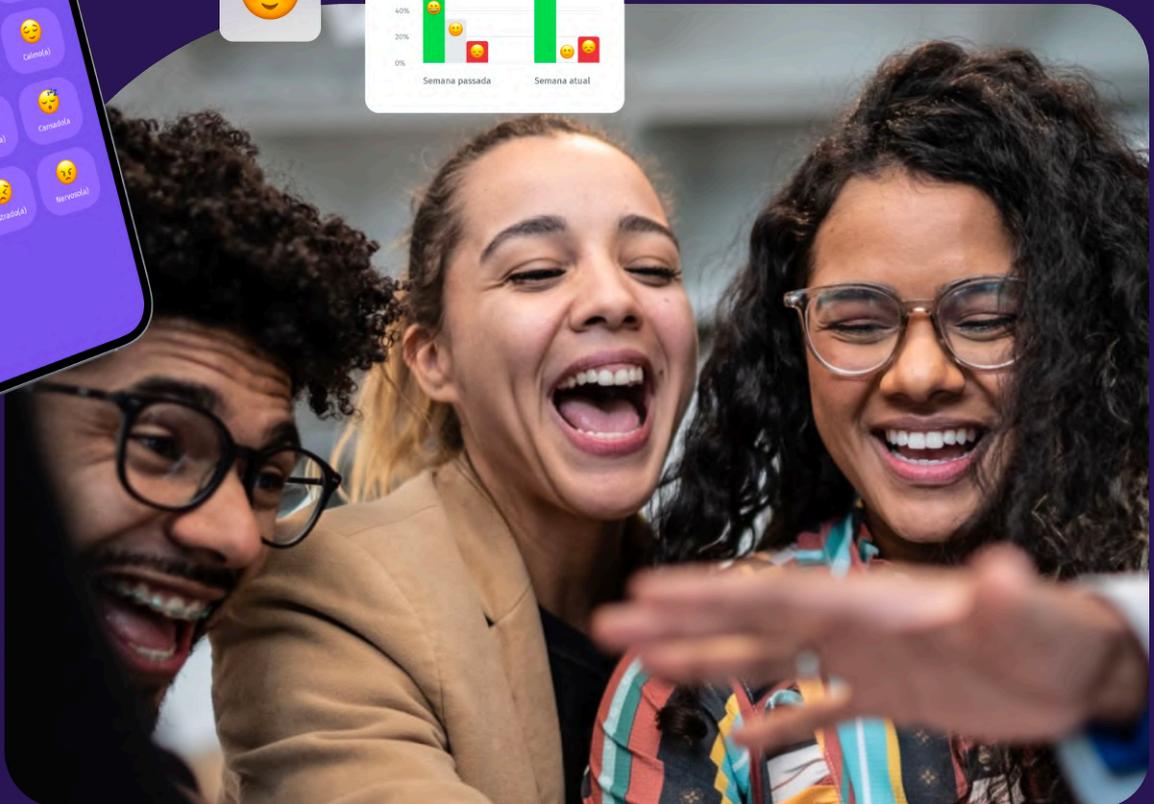
Os colaboradores entraram em **jornadas de bem-estar** com diversas ações: sessões de bate-papo, palestras com psicólogos e outras iniciativas para naturalizar o tema da saúde mental – além do acesso completo à plataforma do Zenklub.



Resultados

Como resultados preliminares, temos:

- **68% de engajamento** dos colaboradores com o benefício;
- Crescimento rápido da **parceria e alta satisfação dos colaboradores**;
- **Apoio emocional** durante o processo de crescimento acelerado da empresa.



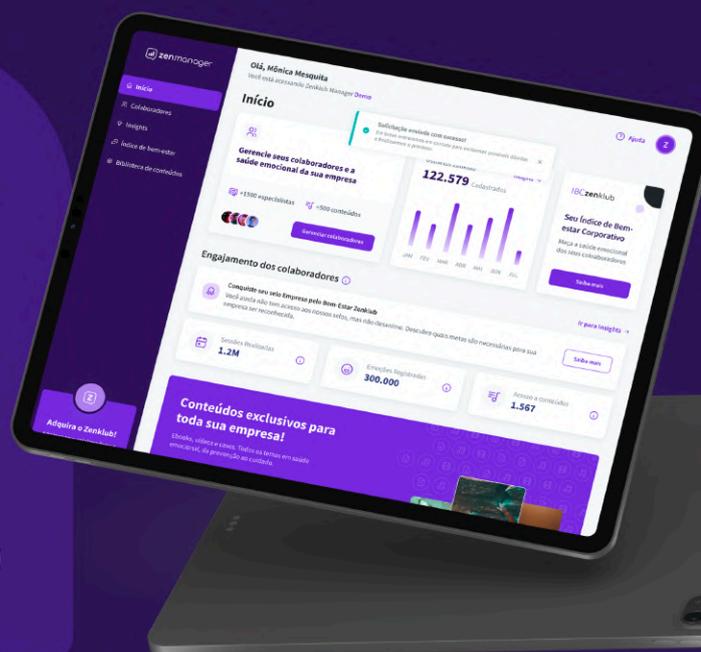
“Você entender que a sua empresa está preocupada com você é um **fator fundamental para o bem-estar no trabalho**. Dê o primeiro passo. Não precisa esperar ter um cronograma, um planejamento completo. **Comece.**”



Mais de 90 clientes do setor de tecnologia satisfeitos com a nossa solução.

“O Zenklub é uma ferramenta de autoconhecimento e desenvolvimento **acessível a todos os colaboradores**. Além disso, tem contribuído na **construção e desenvolvimento de ações efetivas** para melhorar a saúde emocional e bem-estar do nosso público interno.”

POSITIVO



Entenda como o maior especialista em saúde emocional do mercado pode ajudar sua empresa.

POSITIVO  **TOTVS** **MINU**  **VR**  **gupy**
Refeição

 **caju**  **creditas**  **Loggi**

GetNinjas  **Ze** DELIVERY DE BEBIDAS

Fale com o Zenklub
ou escaneie o código abaixo:



 **zenklub**

**Saúde emocional
para pessoas.
Resultados para
empresas.**

 [@zenklub](https://www.instagram.com/zenklub)

 [/zenklub](https://www.linkedin.com/company/zenklub)

 [/thezenklub](https://www.facebook.com/thezenklub)

