

TERAPIA GRUPAL COMO ESTRATÉGIA DE REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL DE VÍTIMAS DE ASSÉDIO MORAL NO AMBIENTE DE TRABALHO

GROUP THERAPY AS A STRATEGY FOR THE PSYCHOSOCIAL
REHABILITATION OF VICTIMS OF WORKPLACE HARASSMENT.

LA TERAPIA DE GRUPO COMO ESTRATEGIA DE REHABILITACIÓN
PSICOSOCIAL DE VÍCTIMAS DE ACOSO LABORAL.

Giovana Dalle mole

Orientador: Pof. Dr Daniel Laiber Bonadiman

RESUMO

O assédio moral no trabalho é uma violência psicológica, muitas vezes sutil, direcionada a um ou mais trabalhadores, humilhando e atacando a integridade física ou psicológica das vítimas. O objetivo deste estudo foi analisar e discutir o uso de terapia grupal como estratégia de reabilitação psicossocial de vítimas de assédio moral no ambiente de trabalho. O levantamento bibliográfico foi realizado em bases de dados científicas nacionais e internacionais, incluindo SciELO, LILACS, PubMed, BVS e Google Scholar. Os descritores utilizados, isoladamente e em combinação, foram: "Assédio Moral; Terapia Grupal; Ambiente de Trabalho; Reabilitação Psicossocial." Como critério temporal, foram selecionadas publicações dos últimos anos, de 2000 a 2025, disponíveis em texto completo, em português, inglês e espanhol. Foram incluídos artigos que abordaram os estudos sobre assédio moral ou violência psicológica associada a intervenções grupais, além de publicações recentes coordenadas ao agravamento da dor mental causada pelas relações de trabalho e diferentes formas de violência psicológica nas instituições, a relação das práticas de intervenção, com a redução do estresse, ansiedade, esgotamento emocional e a promoção da saúde mental no ambiente de trabalho. Os estudos que analisamos, ensaios clínicos e investigações em populações com alta demanda emocional, relatam uma redução significativa do estresse, irritação, tensão emocional e do quadro de sintomas da ansiedade após a terapia grupal. Os dados apontam que a terapia grupal é um método barato e eficaz, e pode ser adotada nos programas de cuidados em saúde mental nos locais de trabalho. Conclui-se que a prática apresenta contribuições relevantes para a redução dos sintomas

psicossociais e pode funcionar como recurso complementar no enfrentamento do assédio moral institucional.

Palavras-chave: Assédio Moral; Terapia Grupal; Ambiente de Trabalho; Reabilitação Psicossocial

ABSTRACT

Workplace bullying is a form of psychological violence, often subtle, directed at one or more workers, humiliating and attacking the physical or psychological integrity of the victims. The aim of this study was to analyze and discuss the use of group therapy as a strategy for psychosocial rehabilitation of victims of workplace bullying. The literature review was conducted in national and international scientific databases, including SciELO, LILACS, PubMed, BVS, and Google Scholar. The descriptors used, individually and in combination, were: 'Workplace Bullying; Group Therapy; Work Environment; Psychosocial Rehabilitation.' As a temporal criterion, publications from recent years, from 2000 to 2025, available in full text, in Portuguese, English, and Spanish, were selected. Articles that addressed studies on workplace bullying or psychological violence associated with group interventions, as well as recent publications related to the worsening of mental pain caused by work relationships and different forms of psychological violence in institutions, the relationship of intervention practices with the reduction of stress, anxiety, emotional exhaustion, and the promotion of mental health in the workplace. The studies we analyzed, including clinical trials and investigations in populations with high emotional demand, report a significant reduction in stress, irritation, emotional tension, and anxiety symptoms after group therapy. The data indicate that group therapy is an inexpensive and effective method and can be adopted in mental health care programs in workplaces. It is concluded that the practice offers relevant contributions to reducing psychosocial symptoms and can serve as a complementary resource in addressing institutional bullying.

Keywords: Workplace Harassment; Group Therapy; Work Environment; Psychosocial Rehabilitation

RESUMEN

El acoso moral en el trabajo es violencia psicológica, a menudo sutil, dirigida a uno o más trabajadores, humillando y atacando la integridad física a psicológica de las víctimas. El objetivo de este estudio fue analizar y debatir el uso de la terapia grupal como estrategia de rehabilitación psicossocial para víctimas de acoso escolar en el lugar de trabajo. La encuesta bibliográfica se realizó en bases de datos científicas

nacionais e internacionais, incluyendo SciELO, LILACS, PubMed, BVS y Google Scholar. Los descriptores utilizados, por separado y en combinación, fueron: "Acoso moral; Terapia de grupo; Ambiente laboral; Rehabilitación psicosocial." Como criterio temporal, se seleccionaron publicaciones de los últimos años, desde 2000 hasta 2025, disponibles en texto completo, en portugués, inglés y español. Se incluyeron artículos que abordaban estudios sobre acoso moral o violencia psicológica asociada a intervenciones grupales, así como publicaciones recientes coordinadas con el agravamiento de la dolor mental causado por las relaciones laborales y diferentes formas de violencia psicológica en las instituciones, la relación de las prácticas de intervención con la reducción del estrés, la ansiedad, el agotamiento emocional y la promoción de la salud mental en el entorno laboral. Los estudios que analizamos, ensayos clínicos e investigaciones en poblaciones con alta demanda emocional, reportan una reducción significativa del estrés, la irritabilidad, la tensión emocional y del cuadro de síntomas de ansiedad tras la terapia grupal. Los datos indican que la terapia grupal es un método económico y eficaz, y puede ser adoptada en los programas de cuidados de salud mental en los lugares de trabajo. Se concluye que la práctica presenta contribuciones relevantes para la reducción de los síntomas psicosociales y puede funcionar como recurso complementario en el enfrentamiento del acoso moral institucional.

Palabras clave: Acoso laboral; Terapia de grupo; Entorno laboral; Rehabilitación psicosocial.

1 INTRODUÇÃO

O assédio moral é caracterizado por toda conduta abusiva, a exemplo de gestos, palavras e atitudes, que se repitam de forma sistemática, atingindo a dignidade, a autoestima, a autodeterminação, a evolução na carreira, a integridade psíquica ou física de um trabalhador. Para a configuração de assédio moral, é necessário que a conduta seja reiterada e prolongada no tempo, com a intenção de desestabilizar emocionalmente a vítima. Episódios isolados podem até caracterizar dano moral, mas não necessariamente configuram assédio moral (Ministério das Comunicações, 2025)

Com um aumento significativo nas denúncias nos últimos tempos já é reconhecido como um problema de saúde pública. É um tema que se tornou uma forte preocupação social, devido aos desgastes que provoca, em razão dos

impactos negativos que causa à saúde e ao bem-estar da vítima, bem como à empresa.

Conforme Ministério das Comunicações (2025), embora a situação mais comum seja a de o assédio moral partir de um superior para um subordinado, muitas vezes pode ocorrer entre colegas de mesmo nível hierárquico, ou mesmo partir de subordinados para um superior. O que é importante para configurar o assédio moral não é o nível hierárquico do assediador ou do assediado, mas sim as características da conduta: a prática de situações humilhantes no ambiente de trabalho, de forma reiterada.

As intervenções desenvolvidas por meio de grupos terapêuticos apresentam-se como uma estratégia que possibilita impactar o coletivo. Elas têm sido usadas de forma frequente, devido à sua potencialidade e ao compartilhamento de vivências, que colabora para a [des]individualização da dificuldade e do sofrimento (Machado *et al.*, 2019).

Os grupos de apoio a trabalhadores assediados têm se mostrado uma alternativa significativa no enfrentamento do assédio. Entre as estratégias terapêuticas disponíveis, a terapia grupal se destaca, a troca de experiências, a validação emocional, a reconstrução da autoestima e vínculos, e a renovação da confiança, principalmente em si mesma. Além disso, o grupo representa um espaço protegido de acolhimento e elaboração dos efeitos da violência psicológica, possibilitando desenvolvimento de autonomia e fortalecimento de estratégias de enfrentamento, e diminuição de sintomas. Sendo assim, destaca-se que a pesquisa se justifica pela necessidade de promover conhecimentos referente a investigação de práticas integrativas em grupos, viabilizando a aquisição de saberes que possam facilitar o desenvolvimento de estratégias de cuidado, dentre as quais, vem se mostrando eficaz para reabilitação psicossocial dessas vítimas.

Dado este cenário, esta pesquisa investiga o seguinte problema: Quais são as contribuições da terapia grupal, para a recuperação psicossocial de trabalhadores vítimas de assédio moral institucional, especialmente na redução de sintomas emocionais e na reconstrução de vínculos e autoestima?

Nesse sentido, o objetivo geral deste estudo é analisar a literatura disponível que descreva a utilização de terapia grupal como estratégia de reabilitação psicossocial de vítimas de assédio moral no trabalho. Os objetivos específicos são: (1) revisar estudos teóricos que abordem terapia grupal no tratamento de vítimas de assédio moral no trabalho; (2) identificar os principais impactos psicológicos do assédio moral que podem ser modificados pela intervenção grupal; e (4) avaliar o papel da terapia grupal na reconstrução da autoestima, autonomia e vínculos sociais.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Assédio Moral no Trabalho Determinantes e Impactos.

O assédio moral no ambiente de trabalho é um problema complexo, que repercute em diferentes aspectos da vida do trabalhador, alcançando desde o espaço profissional até o ambiente familiar, envolve práticas como humilhação, isolamento, críticas excessivas, boatos, sabotagem e desqualificação profissional.

O assédio moral no trabalho vai além de prejudicar o indivíduo, afetando também o funcionamento das organizações, como se vê no aumento de pedidos de transferência ou demissão. Conforme apontam Fonseca, Mattos e Corrêa (2021 *apud* Santos, 2025), estudos que usaram regressão linear múltipla mostraram uma clara relação entre o assédio moral e o desejo dos profissionais de saírem de seus cargos. Isso demonstra que, além de causar danos à saúde mental e física, como estresse ou ansiedade, o assédio compromete a capacidade das empresas de reter talentos.

O assédio moral é uma situação extrema de agressividade no trabalho, marcada por comportamentos ou omissões, repetitivos e duradouros. Tem como propósito destruir, prejudicar, anular ou excluir e é direcionado a alvos escolhidos (uma ou mais pessoas em especial). Caracteriza-se por sua natureza agressiva, processual, pessoal e mal-intencionada. Pode ter efeito de gestão disciplinar sobre o coletivo, como um resultado secundário e não como propósito final do processo de hostilização (Glina e Soboll, 2012. pag. 21).

Nesse sentido, Glina e Seboll (2012, pag.35) afirma, o que diferencia o assédio moral de outras formas de violência no trabalho é a associação entre a dimensão temporal e a dimensão de moral: duração no tempo e objetivo de destruir a pessoa alvo das agressões.

Outros pesquisadores enfatizam que o assédio pode adotar múltiplas formas — isolamento social, disseminação de boatos, críticas constantes, sobrecarga ou subutilização de tarefas, controle excessivo, negligência, entre outros.

Para Chinelato *et al.*, (2025) o Assédio Moral no Trabalho é um tipo de violência que expõe as pessoas a situações ofensivas e humilhantes. De modo lento, porém progressivo, o assédio moral vai resultando em sofrimento, dor e baixa produtividade. Desta maneira, identificar o problema é um primeiro passo para combatê-lo.

Assim, a literatura contemporânea entende o assédio moral como fenômeno multidimensional, que envolve dinâmica de poder, repetição temporal e efeitos psicossociais.

A literatura mostra que manter ambientes de trabalho abusivos tem grandes implicações tanto para o indivíduo quanto para a organização. Trabalhadores que relatam exposição ao assédio institucional no trabalho demonstram maior vulnerabilidade a sintomas de ansiedade, irritabilidade, distúrbios do sono, comprometimento cognitivo e baixa produtividade no trabalho (Dias; Moreno, 2023).

Assis (2025), ainda destaca que o assédio moral, além de lesionar direitos fundamentais, tem um impacto negativo em (o) bem estar, principalmente nos grupos mais vulneráveis da organização, com prejuízos de toda ordem física, emocional e social, e que esta é uma questão que carece de mais evidências empíricas.

Os profissionais de saúde testemunham e experienciam o sofrimento humano, a dor e a morte, incluindo emergências e uma infinidade de ambientes que, quando combinados, geralmente exibem relações hierárquicas inflexíveis, demandas excessivas e desvalorização profissional. A combinação de todos esses elementos agrava o estresse relacionado ao trabalho e a síndrome de burnout

ocupacional. Há evidências que apoiam o fato de que a exaustão emocional contínua perturba o equilíbrio psicofísico de um indivíduo, e isso, por sua vez, leva ao cansaço crônico, insônia, irritabilidade, redução da empatia e desenvolvimento de sentimentos de incompetência (Auatt, 2024)

Portanto, o desgaste emocional de maneira mais aguda afeta a autoestima, trazendo uma sensação de incapacidade, medo, e incerteza do ponto de vista profissional (insegurança) e em outras questões é um fator que desencadeia, principalmente, a doença de ansiedade generalizada. O assédio, sobretudo quando é um fenômeno que a instituição consente e/ou deslegitima, a proposição de um ambiente hostil e deteriorante é maior, o que potencializa a dor coletiva, dor que, a bem da verdade, é a que mais se sente, o sofrimento em sociedade.

O desenvolvimento do assédio moral no trabalho causa efeitos nefastos sobre a saúde da vítima. A humilhação repetida e prolongada no ambiente de trabalho constitui um risco invisível, porém concreto nas relações de trabalho e na saúde dos trabalhadores, inicialmente, os efeitos sentidos pela vítima são o estresse e a ansiedade, a depressão, distúrbios psicossomáticos, podendo chegar, nos casos extremos ao estresse pós-traumático. Além desses sintomas, predominam nos quadros de assédio moral sentimentos de vergonha, humilhação, perda do sentido, podendo chegar a modificações psíquicas, como neurose traumática, paranoia e psicose (Moreno e Moreno, 2004).

Nesse caso, é essencial adotar estratégias que ofereçam um cuidado mais amplo e mais que somente intervenções tradicionais, dentre estas podemos destacar a terapia grupal tem muito a contribuir para a melhora desses sintomas.

72.2 Terapia Grupal: Fundamentação Teórica

A terapia familiar, os grupos de apoio e os grupos educativos, entre outras formas de terapia grupal, fazem parte do conjunto de práticas que envolve a terapia de grupo. Nestas sessões de encontros e diálogos terapêuticos, os integrantes compartilham objetivos comuns, na expectativa que a troca de experiências vividas irá contribuir de alguma forma sobre os aspectos discutidos nesses encontros.

Segundo Sadock e Sadock (2007, *apud* Brandão et al., 2022) os grupos terapêuticos podem ser estruturados de diversas maneiras para a promoção da saúde mental da vítima em questões pessoais, emocionais e habilidades sociais. Esta modalidade de terapia é efetiva, pois ela vai se estruturar de acordo com as necessidades apresentadas pelos participantes, ajustando-se aos diversos grupos por faixa etária, podendo ser modificada para diálogos que envolvem as habilidades comportamentais, educacionais e sociais necessárias a uma dada cultura. O funcionamento do grupo vai depender dos níveis de desenvolvimento dos participantes e das questões a serem abordadas.

Outros elementos que os profissionais devem compreender para a construção do grupo terapêutico, é que comumente as situações de stress que levam as alterações psicológicas no início e no decorrer do processo, podem ser melhoradas quando o grupo é formado por participantes do mesmo grupo que passaram ou estão passando pela mesma situação causadora. Esses sentimentos surgem exatamente pela dificuldade de conceituação, da compreensão de si no mundo, das escolhas a serem realizadas e da necessidade sobre o enfrentamento das adversidades postas no convívio familiar e social.

Quando se trabalha em terapia de grupo é importante que o terapeuta reconheça o participante líder, pois ele será o principal mediador dos diálogos, por ser um par para os demais. Tendo como potencial, a maximização do valor terapêutico do grupo por meio do apoio e da motivação para que os demais se sintam acolhidos e pertencentes aquele meio. Em todos os casos o terapeuta exerce papel ativo na orientação e condução dos diálogos verbais e não-verbais, os quais promovam escolhas adaptativas comportamentais saudáveis (Sadock e Sadock, 2004, *apud* Brandão, et al., 2022).

2.3 Evidências do uso da Terapia Grupal na Reabilitação Psicossocial

As sessões de grupo auxiliam os pacientes a liberar certos conflitos emocionais, reorganizar parcialmente a personalidade e aumentar a capacidade de ajustamento social. Os grupos com participantes sofrendo da mesma condição

facilitam a identificação, a revelação de particularidades e intimidades, o oferecimento de apoio ao semelhante, o desenvolvimento de objetivo comum, e a resolução das dificuldades e dos desafios que se assemelham. Ao mesmo tempo, reduz o isolamento social e possível estigma, associado, dependendo da gravidade da doença, ao padecimento que a própria pessoa se impõe (Bechelli e Santos, 2004).

Um dos motivos que contribuem para que os grupos de terapia sejam bem sucedidos e alcancem bons resultados é a otimização de fatores terapêuticos, tais como a universalidade, altruísmo, a instilação de esperança e o apoio mútuo, o que reforça o pressuposto de que cada membro do grupo é agente de sua própria mudança.

A intervenção em grupo possibilitou a identificação do assédio moral no trabalho não como merecimento individual, mas como resultante do abuso de poder nas relações de trabalho (Silva *et al.*, 2014 *apud* Albanaes *et al.*, 2017), isto é, o compartilhamento das vivências permitiu que as participantes reconhecessem que outras pessoas também passavam por situações similares. Nesse espaço de escuta, abriu-se a possibilidade para que as trabalhadoras trouxessem exemplos de suas vivências no âmbito laboral, com base nas quatro formas de comportamentos negativos, por meio de atitudes, gestos, e palavras que caracterizam o assédio moral (Albanaes *et al.*, 2017).

O mesmo autor cita outra intervenção na terapia grupal, onde as atividades estavam relacionadas à escuta, compartilhamento de experiências, esclarecimentos, desconstrução e reconstrução de estratégias de enfrentamento, visando desenvolver autonomia individual e coletiva para lidar com as situações de assédio.

Segundo Silva *et al.* (2014 *apud* Albanese *et al.*, 2017), o grupo é um espaço onde encontram-se novos olhares sobre as vivências. Estas autoras salientam que o trabalho em grupo auxilia na identificação do assédio moral no trabalho não como merecimento individual, mas resultante do abuso de poder nas relações de trabalho e o compartilhamento das vivências permite ao assediado reconhecer que outras

peçoas se deparam com situações similares. Nesse espaço de escuta, abriu-se a possibilidade para que as trabalhadoras trouxessem exemplos de suas vivências no âmbito laboral, com base nas quatro formas de comportamentos negativos, por meio de atitudes, gestos, e palavras que caracterizam o assédio moral.

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica, a qual buscou-se analisar e discutir o uso de terapia grupal como estratégia de reabilitação psicossocial de vítimas de assédio moral no ambiente de trabalho. O levantamento bibliográfico foi realizado em bases de dados científicas nacionais e internacionais, incluindo SciELO, LILACS, PubMed, BVS e Google Scholar. Os descritores utilizados, isoladamente e em combinação, foram: "Assédio Moral; Terapia Grupal; Ambiente de Trabalho; Reabilitação Psicossocial." Como critério temporal, foram selecionadas publicações dos últimos anos, de 2000 a 2025, disponíveis em texto completo, em português, inglês e espanhol.

Foram incluídos artigos que abordaram os estudos sobre assédio moral ou violência psicológica associada a intervenções grupais, além de publicações recentes coordenadas ao agravamento da dor mental causada pelas relações de trabalho e diferentes formas de violência psicológica nas instituições, a relação das práticas de intervenção, com a redução do estresse, ansiedade, esgotamento emocional e a promoção da saúde mental no ambiente de trabalho. Publicações institucionais e documentos oficiais do Ministério da Saúde e da Organização Mundial da Saúde (OMS) e Ministério Público do Trabalho (MPT) que versam sobre Assédio Moral, violência psicológica e intervenções grupais, também foram consultadas. A inclusão de trabalhos também foi realizada no que se refere, de forma geral, a revisões da literatura, ensaios clínicos, teses e dissertações com sólida metodologia e que se apresentem com evidências de credibilidade e rigor.

Dentre os critérios de exclusão constam: artigos duplicados, publicações anteriores a 2000, produções não científicas, textos que estão incompletos e

aqueles que não mantinham relação direta com a temática proposta, ou que não apresentavam um rigor metodológico adequado.

Uma vez feita a seleção, os estudos puderam ser submetidos a uma leitura exploratória, que conseguiu verificar a pertinência de cada trabalho quanto ao tema, analítica que foi a que possibilitou a extração dos conceitos, resultados e das principais contribuições dos trabalhos. e, por fim, interpretativa que possibilitou a comparação, a intersecção e a articulação dos principais achados, tornando possível a compreensão de como cada uma das obras se relaciona entre si. As informações mais relevantes foram organizadas em categorias temáticas, tais como: assédio moral no trabalho determinantes e impactos, fundamentação teórica da terapia grupal e evidências do uso da terapia grupal na reabilitação psicossocial. A partir dessa organização, foram possíveis detectar convergências, divergências e lacunas na literatura, que subsidiaram a discussão dos resultados e as considerações finais do presente estudo.

4 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

Tabela 01: Estudos inclusos na pesquisa

Autor / Ano	Tipo de Estudo	População / Tema	Objetivo do Estudo	Principais Resultados
Albanese et al., 2017	Artigo	Trabalhadores vítima de assédio moral	Descrever o planejamento e o desenvolvimento de um grupo de apoio a trabalhadores que se percebiam como vítimas de assédio moral no trabalho.	Proporcionou escuta e cuidados emocionais. Propiciar sentimentos de aceitação, respeito e compreensão, tranquilização e apoio; encorajar a exposição dos sentimentos; fornecer orientação e garantir um seguimento do conjunto da vida de forma mais saudável.

Bandrão et al., 2022	Artigo	Reflexão teórica sobre os diálogos terapêuticos individuais e coletivos	Apresentar algumas abordagens terapêuticas psicossociais, enquanto propostas que favorecem o diálogo	Uso da terapia grupal para compreensão de si mesmo no mundo, enquanto sujeito, que possui identidade, desejos e necessidades de afirmações.
Dias e Moreno (2023)	Artigo	Assédio moral no trabalho	Revisar teorias e reflexões sobre assédio moral	Identificou impactos psicológicos e sociais significativos do assédio moral no ambiente de trabalho.
Bechelli e Santos, 2024	Artigo	Psicoterapia em Grupo	Oferecer um panorama histórico do surgimento e evolução da psicoterapia de grupo, delineando suas raízes, principais modelos e pressupostos teóricos.	Psicoterapia e terapia grupal ganham legitimidade pela otimização de recursos terapêuticos e crescente positividade de resultados.
Auatt 2024	Artigo	Intervenções terapêuticas em profissionais da saúde para a síndrome de Burnout	Mapear as intervenções utilizadas para reduzir Burnout em profissionais de saúde	Terapia grupal mostra-se efetiva para remissão dos sintomas de Burnout.
Santos, 2025	Artigo	Assédio moral no trabalho	Analisar a prevalência, os impactos e os obstáculos no combate ao assédio moral	Identificou-se alta prevalência de casos de assédio moral subnotificação, medo e dificuldade de comprovação
Glina e Seboll, 2012	Artigo	Intervenções em assédio moral no trabalho:	Identificar e sistematizar os métodos de intervenção em assédio moral.	Identificou-se que intervenções isoladas e pontuais não funcionam. A abordagem precisa ser abrangente e o acompanhamento das ações, sistemático.

Cavalcante, 2022	Dissertação	Profissionais de saúde	Avaliar yoga na saúde mental em contexto pandêmico	Terapia mostrou-se eficaz na redução de ansiedade, estresse e sofrimento psíquico.
Assis (2020?)	Tese (Doutorado)	Profissionais de enfermagem na pandemia	Avaliar efeitos da auriculoacupuntura na qualidade de vida e aspectos emocionais	Redução significativa de estresse e melhora da qualidade de vida entre os profissionais.
Ministério das comunicações, 2025	Cartilha	Vítimas de assédio	Orientar sobre a identificação, a prevenção e o combate ao assédio moral e sexual no ambiente laboral	Redução do medo, conhecimento, encorajamento, autonomia e garantia de defesa.
Moreno e Moreno, 2004	Artigo	Profissionais de enfermagem	Investigar a violência na enfermagem	Necessidade de intervenção, encorajamento e apoio aos profissionais que sofrem a violência.
Motta e Santana, 2024	Dissertação	Assédio em Ambientes corporativos	Promover uma discussão teórica sobre as práticas de assédio moral no ambiente corporativo,	Necessidade de trabalho para redução de medo e possibilidade de enfrentamento para procura de ajuda. Demonstra a importância de terapia grupal.

Fonte: Autora (2025)

Levando em consideração a realização de terapia grupal observa-se impactos significativos no processo de reabilitação psicossocial das vítimas de assédio moral no ambiente de trabalho. De modo geral, obtém-se melhora progressiva no que diz respeito a compreensão de suas experiências, fortalecimento emocional e resgate de competências sociais prejudicadas pelo episódio de violência psicológica ocupacional das vítimas.

Percebe-se que o espaço coletivo de fala e escuta favorece a elaboração dos sentimentos de vergonha, culpa e isolamento — emoções frequentemente associadas ao assédio moral. A identificação com vivências semelhantes e a

possibilidade de legitimação do sofrimento por outros membros do grupo contribuem para a redução da sensação de estigmatização e para o aumento da autoconfiança.

Após análise de estudos incluídos aponta que o cuidado com a saúde mental dos trabalhadores do setor saúde requer atuação à nível integrado, humanizado e multidimensional. No contexto da saúde do trabalhador, a inclusão de grupos de terapias constituiu uma proposta viável, inovadora e alinhada aos princípios do cuidado integral, promovendo a diminuição de ambientes com sofrimento psíquico e, por consequência, a estruturação de ambientes de trabalho mais saudáveis e equilibrados (Albanese *et al.*, 2017)

De forma geral, o resultado mais positivo foi o reconhecimento de que profissionais de todas as áreas são submetidos a condições que causam sofrimento psíquico, como estresse ocupacional, assédio moral, burnout e demandas emocionais extremas. Por outro lado, a saúde mental e o bem-estar emocional podem ser potencialmente beneficiados e melhorados no ambiente de trabalho, de acordo com as pesquisas analisadas, com o uso de ferramentas que se juntam ao complexo de assistência integrada e são de baixo custo (Cavalcante *et al.*, 2023).

A terapia grupal mostra-se particularmente eficaz na restauração de vínculos sociais e na promoção de um sentimento de pertencimento, fatores essenciais para a reabilitação psicossocial, proporcionando uma melhora significativa no bem-estar geral, redução de sintomas ansiosos e depressivos e maior capacidade de retomar atividades laborais ou construir novos projetos profissionais.

Percebe-se também que a dinâmica grupal promove um ambiente seguro e colaborativo, permitindo que os indivíduos progredissem no ritmo próprio e que desenvolvam habilidades de apoio mútuo. A troca de experiências favorece a ressignificação das vivências traumáticas e o fortalecimento da percepção de autoeficácia.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Levando em consideração a importância e relevância do trabalho na vida dos sujeitos, a gravidade do assédio, e suas consequências para todos os envolvidos, percebe-se a necessidade de intervenções com trabalhadores que sofreram assédio moral.

Percebe-se a importância de um grupo de terapia para aqueles trabalhadores que são vítimas de assédio, especialmente por ser um espaço de trocas de experiências, onde todos se compreendem, conversam e percebem que não estão sozinhos, bem como se identificam com a história do outro com a finalidade de entender melhor o que acontecia em suas próprias histórias.

Verificou-se, assim, que o atendimento na modalidade grupo possibilita um melhor entendimento acerca do assunto assédio moral, bem como o compartilhamento de experiências referentes às situações de sofrimento, de modo a propiciar a identificação e empatia entre os participantes, a partir da exposição a situações semelhantes de na esfera profissional, bem como a partir de diferentes possibilidades de enfrentamento das situações. Essa identificação, aliada a abertura para comunicação e para a exposição de emoções e medos, e a existência de objetivos comuns, contribui para maior dedicação das participantes e no desenvolvimento positivo do grupo. Apesar de reviver todo sofrimento o grupo auxilia os participantes a refletir sobre formas de enfrentar a situação, suas frustrações e seguir em frente, superar o stress e demais sintomas decorrentes da situação sofrida. Objetiva-se que os encontros do grupo sejam fonte de apoio social necessário para a vida dos participantes como recurso de enfrentamento naquele momento.

Finalizando, enfatizo a fala de Albanaes, *et al.*, (2017), o qual considera que o propósito de proporcionar escuta e cuidados emocionais, visando propiciar sentimentos de aceitação, respeito e compreensão, tranquilização e apoio; encorajar a exposição dos sentimentos; fornecer orientação e garantir um seguimento do conjunto da vida de forma mais saudável é facilmente alcançado por

meio da intervenção grupal, mediada por psicólogo, terapeuta, ou enfermeiro, atuando em relação a fenômenos organizacionais e do trabalho.

6 REFERÊNCIAS

ALBANESE, P. *et al.* **Intervenção em grupo de apoio psicológico a trabalhadores vítimas de assédio moral.** Revista de Psicologia, Vol. 35 (1), 2017 (ISSN 0254-9247). Disponível em: <https://doi.org/10.18800/psico.201701.003>. Acesso em 05 de dez. 2025

ASSIS, B.B. **Efetividade da auriculoacupuntura sobre a qualidade de vida e aspectos emocionais em profissionais de enfermagem durante a pandemia do covid-19: ensaio clínico randomizado.** Tese (doutorado): Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/server/api/core/bitstreams/ffe619d9-49f8-4639-b852-6f1117df068e/content>. Acesso em 04 de dez. 2025

AUATT, P.M.C. **Intervenções Terapêuticas em Profissionais da saúde para a síndrome de burnout: uma revisão de escopo.** Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Enfermagem Escola de Enfermagem – Universidade de São Paulo. São Paulo – SP, 2024. 53 p. 1l. Disponível em: https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/7/7141/tde-10092025-112657/publico/AUATT_PMC_2024DISSERTACAO_USP.pdf. Acesso em 04 de dez. 2025.

BEHELLI L.P.C, Santos M.A. **Psicoterapia de grupo: como surgiu e evoluiu.** Rev Latino-americana Enfermagem 2004 março-abril; 12(2):242-9. Disponível em: www.eerp.usp.br/rlaenf. Acesso em 01 de dez. 2025.

BRANDÃO, I.B dos S. *et al.* **A promoção da saúde mental do adolescente: uma reflexão teórica sobre os diálogos terapêuticos individuais e coletivos.** - ISBN 978-65-5360-156-7 - Editora Científica Digital - www.editoracientifica.org - Vol. 1 - Ano 2022

CAVALCANTE, D. K. **A prática do yoga para saúde mental dos profissionais de saúde em meio a pandemia da Covid-19.** Orientador: João Bosco Filho. 2022. 105f. Dissertação (Mestrado Profissional em Saúde da Família) - Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/items/acd3ea38-783b-4710-9285-76aade36416>. Acesso em 04 de dez. 2025.

CHINELATO R.S.C. *et al.*, **Cartilha violência, discriminação e assédio no trabalho**. Florianópolis, SC: Lagoa, 2020. Disponível em: <http://www.prt2.mpt.mp.br/neppt.ufsc.br/www.assediomoral.org>. Acesso em 01 de dez 2025.

DIAS, J. E. da S.; Moreno, B. S. **Assédio moral: teoria, revisão e reflexões**. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, [S. l.], v. 9, n. 8, p. 872–898, 2023. DOI: 10.51891/rease.v9i8.10880. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/10880>. Acesso em: 4 dez. 2025.

GLINA D.M.R, Sebolli L.A. **Intervenções em assédio moral no trabalho: uma revisão da literatura**. Revista Brasileira Saúde Ocupacional, São Paulo, 37 (126): 269-283, 2012. Disponível em: www.scielo.br/j/rbso/a/9wPnFsywPZyMjtP7Sy5LfyP/?format=html&lang=pt. Acesso em 08 de dez. 2025

SANTOS, M.M.dos. **Assédio moral no ambiente de trabalho no Brasil: prevalência e impactos**. REVISTA FOCO, 18(5), e8493. <https://doi.org/10.54751/revistafoco.v18n5-138>, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.54751/revistafoco.v18n5-138>. Acesso em 06 de dez. 2025.

MACHADO, L.S.S.X. **Assédio moral no trabalho: do enfrentamento individual ao coletivo**. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional ISSN: 2317-6369 (online) <http://dx.doi.org/10.1590/2317-6369000015918>. 2019. Acesso em 08 de dez. 2025.

Ministério da Comunicações. **Cartilha de prevenção e combate ao assédio moral e sexual no ambiente de trabalho**. Disponível em: https://www.gov.br/funarte/pt-br/aceso-a-informacao-lai/participacao-social/copy_of_ouvidoria/PrevenoeCombateaoAssdiomoralesexual.pdf. Acesso em 10 de dez. 2025.

MORENO C.L., Moreno M.I.C. **Violência no trabalho em enfermagem: um novo risco ocupacional**. Revista Brasileira de Enfermagem, V 57. Brasília (DF) 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-71672004000600024>. Acesso em 09 dez. 2025.

MOTTA, M. F. L.C. Santana, M.J. **Assédio moral no Trabalho: causas, impactos e prevenção**. Trabalho de Conclusão de Curso. (Curso Superior de Tecnologia de Gestão de Recursos Humanos) - Fatec Franca. “Dr. Thomaz Novelino”, 2024.