
Ano Letivo 2022-23

Unidade Curricular FATORES HUMANOS E RISCOS PSICOSSOCIAIS

Cursos PSICOLOGIA SOCIAL, DO TRABALHO E DAS ORGANIZAÇÕES (2.º ciclo)

Unidade Orgânica Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

Código da Unidade Curricular 18351001

Área Científica PSICOLOGIA

Sigla PSI

Código CNAEF (3 dígitos) 311.

Contributo para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável - 3, 8. ODS (Indicar até 3 objetivos)

Línguas de Aprendizagem Português.

Modalidade de ensino

Presencial.

Docente Responsável

João Nuno Ribeiro Viseu

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
João Nuno Ribeiro Viseu	OT; T; TP	T1; TP1; OT1	19.5T; 19.5TP; 5OT

* Para turmas lecionadas conjuntamente, apenas é contabilizada a carga horária de uma delas.

ANO	PERÍODO DE FUNCIONAMENTO*	HORAS DE CONTACTO	HORAS TOTAIS DE TRABALHO	ECTS
1º	S1	19.5T; 19.5TP; 5OT	140	5

* A-Anual;S-Semestral;Q-Quadrimestral;T-Trimestral

Precedências

Sem precedências

Conhecimentos Prévios recomendados

N.A.

Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

As alterações ocorridas no trabalho (e.g., procedimentos) e na força de trabalho (e.g., expectativas), nas últimas décadas, levaram ao surgimento de novos riscos no trabalho, denominados riscos psicossociais. A esta realidade acresce a própria alteração do conceito de saúde, como o mais abrangente de todos os aspetos da vivência humana. Assim, pretende-se que o aluno adquira o domínio dos fundamentos teóricos dos riscos resultantes da interação trabalho-Homem e da metodologia para a conceção de projetos de otimização do trabalho, visando o conforto e a segurança, e garantindo uma maior eficácia e fiabilidade dos sistemas. No final da UC o aluno deverá ser capaz de: caracterizar as diferentes abordagens; caracterizar os fatores humanos e do trabalho potenciadores de desequilíbrios; identificar situações de risco; caracterizar instrumentos, metodologias de análise e tipos de ações de intervenção; e selecionar a metodologia e instrumentos(s) de análise para uma situação específica.

Conteúdos programáticos

1. Fatores Humanos e Riscos Psicossociais
2. Conforto, incómodo e respetiva subjetividade
3. Fatores Humanos
 - 3.1 Antropometria
 - 3.2 Fisiologia
 - 3.3 Biomecânica
 - 3.4 Psicologia cognitiva e carga mental
4. Ambiente físico e social
 - 4.1 Fatores físicos: Ruído, luminosidade, ambiente térmico e vibrações
 - 4.2 Fatores organizacionais e do trabalho
 - 4.3 Fatores psicossociais
 - 4.3.1 Stresse ocupacional
 - 4.3.2 Riscos psicossociais:
 - a) Contratos e insegurança
 - b) Envelhecimento e reforma
 - c) Intensificação do trabalho
 - d) Exigência emocional do trabalho
 - e) Violência, discriminação e assédio no trabalho
 - f) Interação trabalho e vida familiar e pessoal
 - g) Adição ao trabalho
 - 4.3.3. Consequências dos riscos psicossociais
 - a) Psicológicas, comportamentais, psicofisiológicas
 - b) Incidentes no sistema e acidentes de trabalho
5. Substâncias psicoativas no local de trabalho
6. Avaliação, gestão e comunicação de riscos: Métodos e ferramentas
7. Prevenção de riscos e promoção da saúde: Formação e Intervenção

Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Metodologia de ensino: A presente UC combina os quatro métodos pedagógicos (expositivo, interrogativo, demonstrativo e ativo) nas aulas teóricas e nas teórico-práticas para a abordagem dos vários conteúdos programáticos, de forma a alcançar os objetivos de aprendizagem. Para além destas aulas, os alunos têm atendimento individual ou em grupo para o esclarecimento de dúvidas, apoio às atividades e esclarecimento sobre funcionamento da UC (OT; atendimento).

Metodologia de avaliação: De acordo com o regulamento de avaliação, a avaliação distribuída é obrigatória para todos os alunos e processa-se da seguinte forma:

- Teste individual realizado no final da unidade curricular (40%); e
- Trabalho de grupo (60%).

Caso o aluno não obtenha aprovação na avaliação distribuída (mínimo de 9.5 em 20 valores), pode realizar um exame final (época normal e época de recurso).

Exame: 100%. Inclui questões teóricas e casos práticos ajustados à operacionalização dos objetivos de aprendizagem.

Bibliografia principal

Christensen, M., Saksvik, P., & Karanika-Murray, M. (2017). *The positive side of occupational health psychology*. Springer.

Holt, A. St.-J., & Allen, J. (2014). *Principles of health and safety at work* (8th ed.). Routledge.

Morgan, M. G., Fischhoff, B., Bostrom, A., & Atman, C. J. (2002). *Risk Communication: A mental models approach*. Cambridge University Press.

Organização Mundial de Saúde (2010). *Ambientes de trabalho saudáveis: Um modelo para ação*. Autor.

Paulos, C. (2014). *Riscos psicossociais no trabalho*. Verlag Dashöfer.

Proctor, R., & Van Zandt, T. (2008). *Human factors in simple and complex systems*. Taylor & Francis Group.

Rebelo, F. (2004). *Ergonomia no dia-a-dia*. Edições Sílabo.

Salvendy, G. (2012). *Handbook of Human Factors and ergonomics* (4th ed.). Wiley and Sons Inc.

Schonfeld, I., & Chang, C. (2017). *Occupational health psychology*. Springer.

Sousa Uva, A. (2010). *Diagnóstico e gestão do risco em saúde ocupacional* (2ª Ed). Autoridade para as Condições do Trabalho.

Academic Year 2022-23

Course unit HUMAN FACTORS AND PSYCHOSOCIAL RISKS

Courses SOCIAL, WORK AND ORGANIZATIONAL PSYCHOLOGY
Common Branch

Faculty / School FACULTY OF HUMAN AND SOCIAL SCIENCES

Main Scientific Area PSYC

Acronym

CNAEF code (3 digits) 311.

Contribution to Sustainable Development Goals - SGD (Designate up to 3 objectives) 3, 8.

Language of instruction Portuguese.

Teaching/Learning modality Presential.

Coordinating teacher João Nuno Ribeiro Viseu

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
João Nuno Ribeiro Viseu	OT; T; TP	T1; TP1; OT1	19.5T; 19.5TP; 5OT

* For classes taught jointly, it is only accounted the workload of one.

Contact hours	T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
	19.5	19.5	0	0	0	0	5	0	140

T - Theoretical; TP - Theoretical and practical ; PL - Practical and laboratorial; TC - Field Work; S - Seminar; E - Training; OT - Tutorial; O - Other

Pre-requisites

no pre-requisites

Prior knowledge and skills

N.A.

The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)

Changes in work (e.g., procedures) and in the workforce (e.g., expectations) in recent decades have led to the emergence of new risks at work, namely psychosocial risks. Added to this reality is the very change in the concept of health, as the most comprehensive of all aspects of human living. Thus, it is intended that the students acquire the mastery of the theoretical foundations concerning risks resulting from work-man interactions and the methodology for the design of work optimization projects aiming at comfort and safety and guaranteeing greater systems effectiveness and reliability. At the end of the unit, students should be able to: a) characterize the different approaches; b) characterize the human and labor factors that cause imbalance; c) identify risk situations; d) characterize instruments, methodologies of analysis and types of intervention actions; e) select the methodology and instruments(s) of analysis for a specific situation.

Syllabus

1. Human factors and Psychosocial Risk Factors
2. Comfort, discomfort, and its subjectivity
3. Human Factors
 - 3.1 Anthropometry
 - 3.2 Physiology
 - 3.3 Biomechanics
 - 3.4 Cognitive psychology and mental workload
4. Physical and social environment
 - 4.1 Physical factors: Noise, luminosity, thermal environment, and vibrations
 - 4.2 Organizational and work factors
 - 4.3 Psychosocial risk factors
 - 4.3.1 Occupational stress
 - 4.3.2 Psychosocial risk factors
 - a) Contracts and job insecurity
 - b) Aging and retirement
 - c) Work Intensification
 - d) Emotional demands
 - e) Violence, discrimination, and harassment
 - f) Work-family interaction and personal life
 - g) Work addiction
 - 4.3.3. Consequences of psychosocial risk factors
 - a) Psychological, behavioral, and psychophysiological
 - b) System incidents and work accidents
5. Psychoactive substances at the workplace
6. Risk assessment, management, and communication: Methods and tools
7. Risk prevention and health promotion: Training and Intervention

Teaching methodologies (including evaluation)

This curricular unit combines four pedagogical methods (expositive, interrogative, demonstrative, and active) in the theoretical and theoretical-practical classes, to approach the syllabus contents and achieve the learning objectives. In addition, students have individual or group assistance to clarify doubts, support activities, and clarify the curricular unit functioning (OT; attendance).

Evaluation methodology: According to the evaluation regulations, distributed evaluation is compulsory for all students and is processed as follows:

- a) Individual test at the end of the curricular unit (40%); and
- b) Group work (60%).

If the student does not obtain approval in the distributed evaluation (minimum 9.5/20 in each), he/she can take a final exam (normal and appeal exam periods).

Exam: 100%. Includes theoretical questions and practical cases adjusted to the operationalization of the learning objectives.

Main Bibliography

Christensen, M., Saksvik, P., & Karanika-Murray, M. (2017). *The positive side of occupational health psychology*. Springer.

Holt, A. St.-J. & Allen, J. (2014). *Principles of health and safety at work* (8th ed.). Routledge.

Morgan, M. G., Fischhoff, B., Bostrom, A., & Atman, C. J. (2002). *Risk Communication: A mental models approach*. Cambridge University Press.

Organização Mundial de Saúde (2010). *Ambientes de trabalho saudáveis: Um modelo para ação*. Autor.

Paulos, C. (2014). *Riscos psicossociais no trabalho*. Verlag Dashöfer.

Proctor, R., & Van Zandt, T. (2008). *Human factors in simple and complex systems*. Taylor & Francis Group.

Rebelo, F. (2004). *Ergonomia no dia-a-dia*. Edições Sílabo.

Salvendy, G. (2012). *Handbook of Human Factors and ergonomics* (4th ed.). Wiley and Sons Inc.

Schonfeld, I., & Chang, C. (2017). *Occupational health psychology*. Springer.

Sousa Uva, A. (2010). *Diagnóstico e gestão do risco em saúde ocupacional* (2ª Ed). Autoridade para as Condições do Trabalho.