

## **A UTILIZAÇÃO DO CELULAR NO TRABALHO: ATRAPALHA O RENDIMENTO**

Amanda Gomes Ferreira<sup>1</sup>; Bianca Dutra Pereira<sup>1</sup>; Érica Knack Santos<sup>1</sup>; Igor Ewald Pinto<sup>1</sup>; João Vitor Ferreira Santana<sup>1</sup>; Victoria Nascimento Miossi<sup>1</sup>, Camai Lima Dos Santos<sup>2</sup>, Graucilene Ferreira Rodrigues<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>Graduandos em Psicologia pela Faculdade Multivix Cariacica.

<sup>2</sup>Docente do Curso de Psicologia pela Faculdade Multivix Cariacica.

<sup>3</sup>Coordenadora do Curso de Psicologia pela Faculdade Multivix Cariacica.

### **RESUMO**

Este trabalho investiga o impacto do uso do celular no ambiente de trabalho e seu efeito na produtividade dos funcionários. Através de uma pesquisa quantitativa, são coletados dados sobre o uso do celular e os momentos em que ocorre com mais frequência. Com base nos resultados, são fornecidas explicações detalhadas e dicas práticas para promover um uso consciente do celular e desenvolver hábitos benéficos no trabalho. A conscientização dos funcionários sobre o uso adequado do celular é enfatizada como forma de maximizar os benefícios e minimizar os efeitos negativos. Além disso, destaca-se o papel da pesquisa ao fornecer informações que orientam ações para criar um ambiente de trabalho mais eficiente e produtivo. Assim, é possível encontrar um equilíbrio entre o uso do celular e o foco nas atividades profissionais, proporcionando um ambiente de trabalho mais produtivo e satisfatório para todos. O uso de celular no ambiente de trabalho pode ter pontos positivos, como o acesso rápido a informações e ferramentas, além de possibilitar a colaboração e interação entre colegas de trabalho. Porém, o uso excessivo pode levar à distração e queda de produtividade, além de criar desigualdades entre os funcionários. É importante equilibrar o uso adequado dos dispositivos e conscientizar os funcionários sobre sua utilização responsável para maximizar os benefícios e minimizar as desvantagens.

**Palavra-Chave:** Utilização do Celular, Ambiente de Trabalho, Produtividade, Distrações, Benefícios.