

Português > Trabalho e finanças > Posto de trabalho > Problemas no trabalho

Problemas no trabalho

Trabalhar em um país estrangeiro é desafiador.

Situações desagradáveis, problemas ou conflitos podem surgir no ambiente de trabalho. Como resultado, você pode experimentar pressão psicológica e até mesmo ficar doente.

Brigas no local de trabalho, assédio moral, assédio sexual ou discriminação não são aceitáveis. Você deve fazer algo a respeito.

Para todos esses casos, existem profissionais que podem te ajudar.

Conflitos no ambiente de trabalho

Muitas vezes há conflitos no local de trabalho. Não espere muito tempo, mas tome medidas para resolver o problema. Tais dificuldades são, por exemplo:

- Divergências com seu supervisor
- Problemas com o pagamento de salários
- Seu comportamento pessoal no ambiente de trabalho é constantemente criticado
- Bullying na equipe
- Rescisão é incompreensível

Sempre que possível, entre em contato com seus **supervisores** diretos ou com o **departamento de RH**.

Se as suas objeções não forem tidas em conta pelo empregador, contacte um centro de aconselhamento.

Se você é membro de um **sindicato**, você pode contatá-los. Eles irão ajudá-lo durante todo o processo. Você pode encontrar os contatos abaixo.

[Conselho de Arbitragem para as Relações de Trabalho do Cantão de St.Gallen](#)

[Assessoria jurídica gratuita da Ordem dos Advogados de St.Gallen](#)

[Zepra serviços de aconselhamento e apoio - ajuda psicológica](#)

[Centro de Informação para a Mulher e o Trabalho](#)

[Confederação Sindical Cantonal de St.Gallen](#)

[Assessoria jurídica na indústria hoteleira](#)

[Igualdade entre homens e mulheres](#)

Centros de Aconselhamento Sindical e Associações de Trabalhadores

Se você é membro de um sindicato, você pode contatá-los. Eles irão apoiá-lo e aconselhá-lo durante todo o processo - muitas vezes até mesmo em sua língua nativa.

Sindicato Unia

A Unia é o maior sindicato da Suíça. É intersectorial e organiza os trabalhadores da indústria, do comércio, da construção e do sector privado dos serviços. A Unia também administra o maior fundo de seguro-desemprego da Suíça.

[Respostas do Serviço Unia CLA](#)

Sindicato Syna

Como sindicato, a Syna representa trabalhadores de todos os tipos de profissões no comércio, serviços e indústria. Os orientadores falam alemão, francês, italiano, espanhol, português, croata e inglês.

[Região de Syna Suíça Oriental](#)

SGB Confederação Sindical Suíça

20 sindicatos uniram forças na Confederação Sindical Suíça e formam a maior organização guarda-chuva para os interesses dos empregados na Suíça.

[Tópicos do SGB](#)

Travail.Suisse

Travail.Suisse é a organização independente guarda-chuva de funcionários, à qual pertencem 10 associações. Essas associações representam 150.000 membros de uma ampla gama de indústrias e áreas do setor privado e do serviço público.

[Informação e aconselhamento](#)

sindicato sindical

syndicom organiza funcionários no correio, correio, expresso, mercado de encomendas (incluindo logística), correio, tráfego e infraestrutura, **telecomunicações**, TI, call centers, indústria de telecomunicações, artes gráficas e embalagens, comércio de livros e mídia, imprensa e mídia eletrônica e comunicação visual.

[Guia gratuito SYNDICOM](#)

Hotel & União Gastro

A organização profissional para os setores de hospitalidade, hotelaria e panificação

[Hotel & União Gastro](#)

Bullying e assédio sexual

Você está **sendo assediada sexualmente** por uma ou mais pessoas?

Ou você está sofrendo bullying de um colega de trabalho, de um grupo de colegas ou de seu supervisor? **O bullying** inclui, por exemplo:

- Insultos
- Críticas constantes
- Ameaças
- tarefas inúteis
- exclusão social
- e muito mais

É importante **agir rapidamente** para que a situação não piore. Entre em contato com a pessoa ou departamento da sua empresa que é responsável por isso, por exemplo:

- Seu supervisor direto
- Seu suporte de RH
- o serviço de pessoal
- Comissão de Pessoal
- uma pessoa de confiança

Se não for possível encontrar uma solução satisfatória, deve informar o seu empregador da situação por escrito. O seu empregador é obrigado a ajudá-lo.

Se não houver ajuda, entre em contato com a [Arbeitsinspektorat](#) (🔗 autoridade que audita e faz cumprir as leis trabalhistas sobre proteção ao trabalhador nas empresas) de St.Gallen:

Inspeção do Trabalho

Secretaria de Economia e Trabalho
Davidstrasse 35
9001 St.Gallen

Telefone 058 229 35 40
E-mail: arbeitsinspektorat@sg.ch

Discriminação e racismo

No local de trabalho, você pode se tornar vítima de vários tipos de discriminação:

- discriminação sexual
- discriminação racial
- Discriminação com base na deficiência
- e mais alguns

Se for discriminado no local de trabalho, pode pedir ao **seu empregador** que intervenha. Caso contrário, pode encontrar ajuda externa em centros de aconselhamento.

Você receberá apoio especializado de instituições especializadas nesses casos:

- 🔗 Centro de Aconselhamento HEKS/EPER contra o Racismo e a Discriminação
- 🔗 Proteção jurídica em caso de discriminação racial
- 🔗 Igualdade para pessoas com deficiência



Portal para candidatos a emprego: [arbeit.swiss](https://www.arbeit.swiss)



Cantão de St.Gallen: Assessoria em questões de direito do trabalho



Brochuras de Saúde Mental no Trabalho

-  [Gesundheit am Arbeitsplatz](#)  DE  PDF, 709 kB
-  [Gesundheit am Arbeitsplatz für Führungskräfte](#)  DE  PDF, 957 kB
-  [Impulse für psychische Gesundheit am Arbeitsplatz](#)  DE  PDF, 1488 kB

Pontos de contacto

Encontre o ponto de contacto, aconselhamento ou autoridade certo na sua área: [Pontos de contacto](#)