

# Dossiê trabalho de 4 dias na semana: tudo que o RH precisa saber

Dados da organização sem fins lucrativos "4 Day Week Global" mostram as vantagens de aderir aos 4 dias de trabalho e os benefícios para empresas e profissionais

#NOWORKWEDNESDAY - A # usada para identificar a jornada de 4 dias

## COMPARE OS DOIS MODELOS

### 5 DIAS DE TRABALHO



## 40h

8,8h é a média de trabalho diário de um norte-americano médio



## 2h53min

é o tempo médio de "trabalho real" durante o expediente no Reino Unido.

Onde as outras horas são gastas:



## 54%

afirmam que as distrações fazem o trabalho ficar mais "suportável"



## 79%

dos entrevistados não se considera produtivo durante todo o expediente do trabalho

### 4 DIAS DE TRABALHO



## 32h

De 40 para 32 horas é a redução proposta da carga horária, mantendo mesmo salário e benefícios



## 78%

dos empregados que trabalham 4x na semana dizem estar



## 85%

dos trabalhadores nos EUA aprovam a mudança da carga horária para 4 dias na semana



## 0,36%

foi o aumento no valor das ações de empresas que adotaram iniciativas de flexibilidade na gestão de pessoas

## RETENÇÃO DE TALENTOS MELHORA COM ADOÇÃO DE 4 DIAS



## 1/3

dos trabalhadores nos EUA considera a flexibilidade de horários o aspecto mais importante em uma oferta de emprego



## 63%

dos empregadores acham mais fácil atrair e reter talentos com jornada de 4x na semana



## 80%

dos empregadores consideram que a flexibilização impacta positivamente no recrutamento de talentos altamente especializados

## 4 dias pelo mundo

Além da Nova Zelândia, outros países já adotaram parcialmente a medida



1

### ISLÂNDIA

Os trabalhadores relataram menores níveis de estresse e a produtividade se manteve

2

### JAPÃO

Na Microsoft Japão, o experimento aumentou a produtividade em 40% no período em que foi implementado

3

### REINO UNIDO

Na maior iniciativa até agora, 3,3 mil pessoas, de mais de 30 atividades diferentes, estão experimentando o novo modelo

4

### BRASIL

Algumas empresas já estão adotando a medida, e relatam melhora significativa no bem-estar dos trabalhadores e na retenção de talentos

## ESTUDO DE CASO

### Perpetual Guardian (Nova Zelândia)

Os resultados de performance se mantiveram os mesmos com 4 dias de trabalho em vez de 5. A empresa tornou-se a primeira a adotar o programa em novembro de 2018.

## OS CRITÉRIOS DO SUCESSO



Diretrizes de produtividade bem definidas



Cultura de empresa flexível



Adesão total dos funcionários e das lideranças

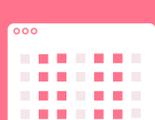


Análises dos resultados para eventualmente recuar

## PRINCIPAIS RESULTADOS



ANTES



DEPOIS

### REDUÇÃO DO NÍVEL DE ESTRESSE

45% → 38%

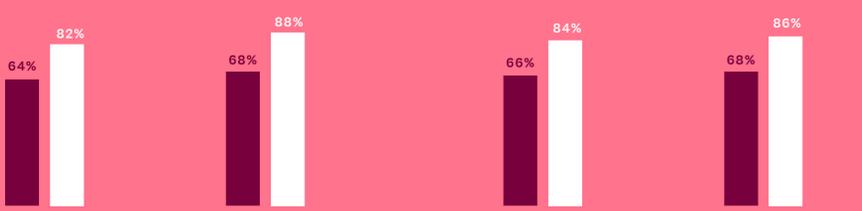
### MAIOR EQUILÍBRIO ENTRE VIDA PESSOAL E TRABALHO

melhorou significativamente:

54% → 78%

### AUMENTO NOS NÍVEIS DE ENGAJAMENTO DA EQUIPE AUMENTARAM:

■ ANTES ■ DEPOIS



\* Dados do paper "Guidelines for an Outcome-Based Trial – Raising Productivity and Engagement", da 4 Day Week Global