

PROJETO EXPRESSAR

Congresso Brasileiro Online de Psicologia, 1ª edição, de 05/07/2021 a 07/07/2021
ISBN dos Anais: 978-65-89908-18-0

OLIVEIRA; Davi Alexandre de Souza¹, VENÂNCIO; Rafaela Gabriela Luiz², SILVA; Gislaine Lima da³

RESUMO

Devido à crise sanitária mundial, observou-se a necessidade de voltar a atenção aos profissionais da área da saúde que, sem a opção de seguir a recomendação do isolamento social, ficaram expostos ao vírus e as consequências de uma pandemia que acarretam em desgastes emocionais elevados, gerando transtornos e despertando possíveis situações psicológicas não resolvidas. O trabalho exaustivo dos profissionais de saúde, assim como o luto vivido e observado, pode provocar conflitos internos significativos, levando o profissional a adoecer psicologicamente. De acordo com Roza (1987), na psicanálise freudiana os impulsos reprimidos podem desencadear doenças psicossomáticas. A repressão age como um depósito psicológico inconsciente de todos os eventos, sejam angustiantes ou não, o qual o indivíduo perde o acesso consciente por ser doloroso. Dessa forma, é importante a existência de um espaço para que as emoções reprimidas sejam expressadas a fim de aliviar o sofrimento interno. Desenvolvido numa Unidade Básica de Saúde no interior de São Paulo, focado nos profissionais de saúde, sendo eles enfermeiros, agentes comunitários, entre outros trabalhadores da rede; o projeto de Estágio de Núcleo Básico II teve por objetivo trabalhar a expressão das emoções angustiantes somadas com os conflitos atuais, para que os profissionais da saúde conseguissem reconhecer-las e agissem de modo a evitar o sofrimento interno, além de desenvolver o sentimento de empatia e acolhimento no ambiente profissional. Os sujeitos observados foram profissionais da saúde das diversas áreas da profissão, sendo agentes comunitários, enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem, médicos e farmacêuticos; totalizando 12 participantes no projeto. Foram 07 encontros realizados uma vez por semana em modalidade online, por meio de atividades dinâmicas e rodas de conversa que permitiram a expressão de sentimentos negativos e positivos, buscando amenizar sensações ruins e ressaltar a importância do cuidado de si e do outro. Assim, pôde-se compreender o quanto importantes são o elogio e o enaltecimento das qualidades de cada um para que o olhar volte para si e, assim, construa a autoestima, fortaleça a segurança e a empatia, produza o autoconhecimento, colaborando com o ato de expressar-se diante das circunstâncias da vida que provocavam sentimentos angustiantes. Dessa forma, observa-se que um trabalho multidisciplinar e formação de uma rede de apoio ajudam a superar os desafios diários e os obstáculos, se readaptando as novas vivências.

PALAVRAS-CHAVE: covid-19, emoções, expressar, pandemia, unidade básica de saúde

¹ Graduando em Psicologia pelo Unisalesiano Lins, worksdavi@gmail.com

² Graduanda em Psicologia pelo Unisalesiano Lins, rafaelaglv9@hotmail.com

³ Professora mestre do curso de Psicologia. Unisalesiano Lins, gilisilva196@gmail.com