

ESCOLA DE SAÚDE PÚBLICA DR. JORGE DAVID NASSER  
PÓS-GRADUAÇÃO LATO SENSU EM SAÚDE MENTAL E ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

DANIELA DE CÁSSIA DUARTE

**MENTE ABERTA - SESSÕES SOCIODRAMÁTICAS NA USF MÁRIO  
COVAS/CRAB/SESAU**

CAMPO GRANDE /MS  
2022

GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
ESCOLA DE SAÚDE PÚBLICA DR. JORGE DAVID NASSER  
PÓS-GRADUAÇÃO LATO SENSU EM LATO SENSU EM SAÚDE MENTAL E ATENÇÃO  
PSICOSSOCIAL

DANIELA DE CÁSSIA DUARTE

**MENTE ABERTA - SESSÕES SOCIODRAMÁTICAS NA USF MÁRIO  
COVAS/CRAB/SESAU**

CAMPO GRANDE (MS)

2022

DANIELA DE CÁSSIA DUARTE

**MENTE ABERTA**

**SESSÕES SOCIODRAMÁTICAS NA USF MÁRIO COVAS/CRAB/SESAU**

Trabalho de conclusão de curso apresentado como requisito para obtenção do título de Especialista em Saúde Mental e Atenção Psicossocial pela Escola de Saúde Pública Dr. Jorge David Nasser, sob orientação do Dr. Nathan Aratani.

CAMPO GRANDE/MS

2022

**“O Psicodrama diminui o peso do tratamento terapêutico e promove transformações permanentes.”**

"Um encontro entre dois: olho a olho, cara a cara  
E, quando estiveres perto, arrancarei teus olhos  
E os colocarei no lugar dos meus  
E tu arrancarás meus olhos  
E os colocarás no lugar dos teus  
Então te olharei com teus olhos  
E tu me olharás com os meus".  
(MORENO, 1983, p. 249.)

## RESUMO

### MENTE ABERTA - SESSÕES SOCIODRAMÁTICAS NA USF MÁRIO COVAS/CRAB/SESAU

DUARTE, D. C. **Mente Aberta - Sessões sociodramáticas na USF Mário Covas/CRAB/SESAU**. Orientador: Dr. Nathan Aratani. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-graduação *lato sensu* em Saúde Mental e Atenção Psicossocial). Escola de Saúde Pública Dr. Jorge David Nasser, Secretaria de Estado de Saúde, Mato Grosso do Sul, Campo Grande, 2022.

[asdaniella@hotmail.com](mailto:asdaniella@hotmail.com)

**Introdução:** O trabalho na Estratégia Saúde da Família é desenvolvido em ambiente de vários fatores de risco ocupacional, que geram danos à saúde dos trabalhadores e afetar a qualidade da assistência. Sendo assim, como Servidora Pública Municipal, Assistente Social, profissional vínculo do Grupo Mente Aberta, percebemos que a abordagem metodológica, as sessões sociodramáticas, seriam favoráveis no campo da melhoria e fortalecimento da saúde mental da equipe da unidade e elevação da autoestima, como objeto de intervenção. **Objetivo:** implementar o Grupo de Saúde Mental - Mente Aberta, utilizando-se das técnicas morenianas aos servidores públicos municipais da Unidade de Saúde da Família Mário Covas. **Materiais e método:** Apresentamos proposta à Gerência e convidamos os servidores públicos de forma geral. Elaboramos cronograma contendo dias, horários e sala, os fixamos em todos os murais. Foram realizadas 07 (sete) sessões terapêuticas, duração de 01:30h cada, às quartas-feiras. **Resultados:** As sessões elaboradas, tiveram o foco socioeducativo, utilizando-se das técnicas que, ajudou no contato e expressão de emoções e sentimentos de modo mais construtivo para si e para aqueles que trabalham no mesmo contexto. A metodologia atuou sobre autoestima, relações afetivas, comportamento, interações sociais e conflitos interpessoais no ambiente de trabalho. **Considerações finais:** Os depoimentos e falas críticas durante a construção do grupo, demonstrou o quanto cada um aproveitou o processo para o autoconhecimento, entendendo que precisamos cuidar da saúde mental, possibilitando o fortalecimento da autoestima, revendo valores, promovendo as melhores condições de prestar acolhimento e cuidados de saúde aos pacientes do território.

**Descritores:** Saúde mental. Sistema Único de Saúde. Saúde Pública.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>8</b>
<b>2</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>10</b>
	2.1 Objetivo Geral	10
	2.2 Objetivos Específicos	10
<b>3</b>	<b>REFERENCIAL TEÓRICO</b>	<b>11</b>
	3.1 Teoria de Papéis	13
<b>4</b>	<b>PERCURSO DA INTERVENÇÃO</b>	<b>14</b>
	4.1 Cenário de Intervenção – USF Mário Covas	14
	4.2 Etapas das Sessões Sociodramáticas	15
<b>5</b>	<b>RESULTADOS E DISCUSSÃO</b>	<b>17</b>
	5.1. Perfil dos convidados	17
	5.2. Perfil dos participantes.	18
	5.3. 1ª. Sessão: QUEM SOMOS NÓS?	18
	5.4. 2ª. Sessão: QUAIS NOSSAS DIFICULDADES?	19
	5.5. 3ª. Sessão: MEMÓRIAS E NOVOS FINAIS.	20
	5.6. 4ª. Sessão: MANCHETES.	21
	5.7. 5ª Sessão: TARJETAS.	22
	5.8. 6ª. Sessão: TARJETAS.	23
	5.9. 7ª. Sessão: ENCERRAMENTO / MINHA MÃO.	26
<b>6</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>29</b>
	<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	<b>30</b>
	<b>APÊNDICE ROTEIRO 1 - QUEM SOMOS NÓS?</b>	<b>31</b>
	<b>APÊNDICE ROTEIRO 2 - QUAIS NOSSAS DIFICULDADES?</b>	<b>31</b>
	<b>APÊNDICE ROTEIRO 3 - MEMÓRIAS E NOVOS FINAIS.</b>	<b>32</b>
	<b>APÊNDICE ROTEIRO 4 - MANCHETES.</b>	<b>33</b>
	<b>APÊNDICE ROTEIRO 5 - TARJETAS.</b>	<b>34</b>
	<b>APÊNDICE ROTEIRO 6 - TARJETAS.</b>	<b>35</b>
	<b>APÊNDICE ROTEIRO 7 - ENCERRAMENTO / MINHA MÃO.</b>	<b>36</b>

## ÍNDICE DE SIGLAS

ACS	– Agente Comunitário de Saúde
ASB	– Auxiliar de Serviços Bucais
CRAB	– Coordenadoria da Rede de Atenção Básica
CRAS	– Centro de Referência da Assistência Social
OMS	– Organização Mundial de Saúde
OSC	– Organização da Sociedade Civil
PROINC	– Programa de Inclusão Profissional
SAS	– Secretaria Municipal da Assistência Social
SESAU	– Secretaria Municipal de Saúde Pública
TCC	– Trabalho de Conclusão de Curso
USF	– Unidade de Saúde da Família

## 1. INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), no Artigo Atenção Primária à Saúde (APS), refere que geralmente é o primeiro ponto de contato, oferecendo atendimento abrangente, acessível e baseado na comunidade, que pode atender de 80% a 90% das necessidades de saúde de uma pessoa ao longo de sua vida. Na sua essência, a APS cuida das pessoas e não apenas trata doenças ou condições específicas.

Esse setor oferta atenção integral o mais próximo possível do ambiente cotidiano dos indivíduos, famílias e comunidades. Isso inclui um espectro de serviços que vão desde a promoção da saúde (por exemplo, orientações para uma melhor alimentação) e prevenção (como vacinação e planejamento familiar) até o tratamento de doenças agudas e infecciosas, o controle de doenças crônicas, cuidados paliativos e reabilitação.

APS está enraizada no compromisso com a justiça social e a equidade e no reconhecimento do direito fundamental ao mais alto padrão atingível de saúde, conforme ressaltado no artigo 25 da Declaração Universal dos Direitos Humanos: “Todo ser humano tem direito a um padrão de vida capaz de assegurar a si e a sua família saúde e bem-estar, inclusive alimentação, vestuário, habitação, cuidados médicos e os serviços sociais indispensáveis [...]”.

Kawamoto (1995) relata que os profissionais de saúde e a população em geral, devem compreender que a saúde da comunidade depende das ações oferecidas pelos serviços de saúde, como também do esforço da própria população através de conhecimentos, compreensão, motivação, reflexão e adoção de práticas de saúde.

Durante a prática profissional junto às famílias em comunidades de maior vulnerabilidade socioeconômica no município de Campo Grande/MS, oportunizando-nos o envolvimento com a prática grupal, o primeiro contato com o Psicodrama foi no início de 2000, através da participação destinadas às equipes técnicas, momento em que atuávamos na função de Assistente Social.

A partir deste cenário, tornou-se necessário (re)pensar as ações que possibilitasse a promoção da assistência à saúde e bem-estar desta população, a fim de proporcionar sessões terapêuticas utilizando-se do método moreniano, estudado na especialização em Psicodrama.

Para tanto, o Psicodrama enquanto método psicoterapêutico que tem como objetivo trabalhar o psiquismo em ação, ao intervir junto ao grupo de pessoas, permite tecer as perdas dos papéis que outrora cumpriam socialmente, e manter os poucos que restam, possibilitando resgatar o sentido da vida.(Ramalho, 2011).

Em relação aos trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família (ESF), os mesmos vivenciam em seu cotidiano de trabalho diferentes e complexas demandas físicas e psíquicas, pois, nessa modalidade de atenção, as equipes estão em contato diário com a realidade da comunidade, que é carente em múltiplos aspectos, o que pode afetá-los, tanto física, como emocionalmente. (Artigos Originais. Acta paul. Enferm. 23 (5). Out. 2010).

Por trabalharem inseridos na comunidade e serem referência de atenção à saúde da população residente em sua área de abrangência, os trabalhadores da ESF precisam assumir inúmeras e diversificadas atribuições. O trabalho nas Unidades de Saúde Pública é desenvolvido em um ambiente com vários fatores de risco ocupacional, que podem gerar danos à saúde dos trabalhadores e afetar a qualidade da assistência prestada.

E assim, agora como Servidora Pública Municipal, no cargo de Assistente Social, profissional vínculo do Grupo Mente Aberta desenvolvido na USF Mário Covas, percebemos que a abordagem metodológica, as sessões sociodramáticas, seria favorável para fortalecer e melhorar a saúde mental da equipe da unidade e elevação da autoestima, como objeto de intervenção.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo Geral**

Implementar o Grupo Mente Aberta aplicando sessões sociodramáticas aos servidores públicos da Unidade de Saúde em Família Mário Covas.

### **2.2 Objetivos Específicos**

\* Trabalhar a situação conflituosa entre os servidores e pacientes, aumentando a capacidade de desempenho pessoal e profissional;

\* Sensibilizar as equipes para a importância do autoconhecimento, no intuito de minimizar o número de conflitos entre os próprios servidores e pacientes, possibilitando melhoria na saúde mental e fortalecimento da autoestima, bem como no atendimento aos pacientes do território.

### 3. REFERENCIAL TEÓRICO

O Psicodrama provoca, nos indivíduos, uma revisão dos valores, crenças, conceitos e atitudes, portanto, nos pautaremos na Socionomia, ciência proposta por J. L. Moreno. (1974).

Nesses encontros, as vivências psicodramatizadas possibilitam que o indivíduo saia da posição de vítima e passe a ser protagonista da sua história, retornando ao sentido e qualidade da vida e a autoestima para futuras experiências. Tal planejamento de ações e técnicas partes do território analisado pelo terapeuta, uma vez que ele tem que facilitar o entendimento dos direitos humanos para viabilizar a emancipação e a transformação social aos usuários do território.

A intervenção em grupo por meio do Psicodrama permite aos participantes reconhecer as perdas dos papéis que outrora cumpriam socialmente e possibilitar, através dos encontros, a manutenção do pouco que lhes restam, resgatando assim, um sentido para vida. (Soeiro, 1995).

De acordo com Moreno (1992), métodos de ação na forma sociodramática, podem favorecer e dar tratamento de uma só vez, aos sofrimentos que tenham surgido entre circunstâncias conflituosas e, ao mesmo tempo, através da mesma ação, favorece a mudança da atitude que os participantes têm em relação aos seus pares, seus complementares e contra papéis.

O Diretor é o *terapeuta* que coordena a sessão. Sua principal função é estimular a plateia a vivenciar histórias, personagens, criar um cenário e uma dramaturgia. Segundo Moreno (1992) e Bermúdez (2016), a estrutura do papel de Diretor é diferenciada através do foco de trabalho – Psicodrama ou Sociodrama – e em ambos ele possui a função de *produtor* – que coordena a montagem da produção, de forma que as necessidades pessoais e coletivas dos personagens sejam atendidas e de *analista social* que percebe o grupo para direcionar suas ações.

O ego-auxiliar é solicitado a entrar e a sair de papéis – *função de ator*. Através da relação dinâmica do ego-auxiliar, este desempenha uma função de ressonância da ação psicodramática dirigida pelo Diretor, do ato psicodramático do protagonista e da sua própria ação em contexto – o ego-auxiliar é um *agente terapêutico*.

Diretor e o ego-auxiliar devem alinhar a sessão, construir e conversar sobre o roteiro. Ao Diretor cabe dirigir e ao ego-auxiliar acompanhar os movimentos do grupo diante das propostas da direção. O ego-auxiliar deverá estar sintonizado com o Diretor para captar e repassar as dinâmicas e a sociometria grupal – *investigador social*. O ego-auxiliar pode sugerir ao Diretor ajustamentos na ação. As sessões sociodramáticas foram estruturadas, pela unidade funcional, com o aporte metodológico da Pedagogia Psicodramática (ROMANÃ, 2019).

“O Psicodrama é uma combinação equilibrada de trabalho em grupo, desenvolvido num clima de jogo e liberdade, que alcança sua maior expressão quando articulado no plano dramático ou teatral”, assegura Maria Alicia Romaña (1985, p. 13)

Na tentativa da criação de um método didático que fosse mais integrador das necessidades do ser humano, Romaña (1992) se empenhou no estudo de uma proposta educacional. Para isso, a autora buscou conhecimentos e referências em outros autores; destacam-se aqui três bases teóricas que influenciam fortemente Romaña (2019): a teoria Histórico-cultural de Vygotsky; a Pedagogia da Autonomia de Paulo Freire; e o Psicodrama de Jacob Levy Moreno.

Segundo Romaña (1985), o ponto de partida de um trabalho é o conhecimento sobre o grupo e a percepção diagnóstica de seus temas protagônicos. Em termos metodológicos, o grupo, o jogo e o teatro estão intrinsecamente ligados na Pedagogia Psicodramática – o grupo se estrutura, na mesma proporção em que dramatiza, produz e cria.

Os participantes assumem papéis, descobrindo seus próprios limites e possibilidades. Os jogos garantem a permanência do clima de trabalho do grupo, motivando e aquecendo. O teatro está presente por meio da possibilidade de interpretar papéis e personagens. O Psicodrama será desenvolvido através dos 03 (três) estágios:

1 – O Aquecimento. Compreende a preparação do grupo ou do indivíduo, quando se definem a cena, o enredo e o protagonista ou tema protagônico. É o momento preparatório inicial, onde o Diretor se preocupa em facilitar ao grupo que se conscientize da necessária disponibilidade para convivência entre todos naquele espaço e momento.

2 – A Dramatização. É o momento da atuação dramática, embasada no roteiro definido pelo aquecimento. O Coordenador neste momento facilita a emergência dos conteúdos do grupo relativo à proposta que os reúne, cuidando para que o foco seja privilegiado.

3 – O Compartilhamento das ideias e sentimentos. É a fase que requer certo esfriamento das emoções mais tocantes promovidas pela dramatização. Esse distanciamento facilita nova visão por parte das pessoas, sobre o que acabaram de construir e viver. Estas avaliam e compartilham entre si as ressonâncias em seu mundo interno e as prováveis repercussões em sua vida, que conseguem apreender nesse preciso instante. É a oportunidade da trocas e aprendizagens recíprocas e também a hora da despedida afetiva. (BAPTISTA, 2009).

Durante a execução do projeto, também utilizaremos técnicas básicas. Aplicaremos o “solilóquio”, que possibilita ao participante falar alto o que está pensando no momento do desempenho de seu papel. O espelho, que é um recurso utilizado para mostrar a expressão corporal (gestual) e verbal, daquele que está sendo espelhado, para que ele possa perceber suas características no momento ou em determinada situação. O duplo, onde quem faz a dublagem se posiciona ao lado do personagem-ator, e traz falas e gestos de quem está sendo dublado, expressando o que o protagonista não está conseguindo.

E ainda, realizamos a técnica da inversão de papéis, fundamental no método moreniano e

que nos permitirá levar aos servidores públicos a sua posição; bem como a inversão desses participantes com pessoas relevantes de sua história.

### 3.1 Teoria de Papéis

O termo *papel* foi definido por Moreno como "a forma de funcionamento que o indivíduo assume no momento específico em que reage à uma situação específica, no qual outras pessoas ou objetos estão envolvidos." (MORENO, 1990, p. 27). O desempenho de papéis é, portanto, anterior ao surgimento do Eu; é o Eu quem, todavia, emerge dos papéis e não ao contrário.

A Teoria dos Papéis afirma que para mudar o comportamento das pessoas, o necessário é mudar os papéis que assumem diariamente. Os papéis são os embriões e os precursores do "eu", porque há neles um esforço para se agruparem, integrando-se em uma unidade existencial. Eles estão presentes desde o nascimento e, segundo Moreno, surgem antes da linguagem, pois as matrizes de ação são anteriores às matrizes verbais. Estes papéis carregam consigo as regras sociais, características e peculiaridades próprias da cultura em que se estruturam. Moreno considera que o homem se encontra dividido entre os desejos de sua pessoa privada e a dimensão social dos papéis que desempenha no cotidiano.

## **4. PERCURSO DA INTERVENÇÃO**

A prática psicodramática, seja qual for a modalidade escolhida, começa pelo envolvimento do grupo com a experiência a ser vivenciada, mediante o compartilhamento de histórias, lembranças, sensações e impressões sobre o cotidiano que de alguma forma esteja impactando o momento presente do grupo. O projeto de intervenção evidencia-se no ramo de sociodinâmica, por dar ênfase ao tema do papel e dos jogos de papéis que permeiam as relações sociais dos trabalhadores da USF – Unidade de Saúde da Família.

### **4.1 Cenário de Intervenção – USF Mário Covas**

A Unidade de Saúde tem 50 servidores no quadro de Recursos Humanos, com as categorias: Médicos, Odontólogos, Enfermeiras, Auxiliar de Serviços Bucais, Técnicos de Enfermagem, Assistente Social, Administrativos, Dispensadora de Medicamentos, Auxiliar de Serviços Diversos, Agente Comunitário de Saúde, Agente Comunitário de Endemias, PROINC (recepção).

Inicialmente para divulgar a intervenção foi feita reunião com a Gerência da USF a fim de firmar parceria no sentido de liberação dos profissionais interessados em participar do projeto das 08h00 às 09h30 da manhã, nas quartas-feiras, semanalmente.

Em seguida, aproveitamos um café da manhã, apresentamos e convidamos os servidores públicos de forma geral. Logo após elaborarmos o cronograma contendo, dias, horários e sala, os fixamos em todos os murais da USF e em todos os setores, sendo: consultórios médicos, consultórios de enfermagem, sala de reuniões, sala de pré consulta, sala de vacinas, sala de espera, sala de procedimentos, gerência, odontologia e recepção.

Do total do quadro pessoal (50), conseguimos convidar individualmente 30 servidores. E, por diversos motivos: alguns permanecem de licença médica prolongada, outros estavam de atestado médico e outros trabalham em horários diferenciados por sermos uma Unidade Saúde da Hora, com atendimentos por 12 horas, sendo das 07h00 às 19h00.

Este grupo de 30 servidores convidados, foi composto pelas seguintes profissões: Assistente Administrativo II, Administrativo, Agente Comunitário de Saúde, Agente Comunitário de Endemias, Odontólogo, Médica, Técnica de Enfermagem, Acadêmica de Enfermagem e Auxiliar de Serviços Diversos, na faixa etária de 23 anos à 52 anos. Ao convidá-los, oferecemos um convite e duas balas grampeadas no mesmo.

As sessões elaboradas, mantiveram-se no foco socioeducativo, mesmo que a temática comportamental e de saúde mental afete diretamente o campo psicológico e emocional. A

metodologia atua sobre a autoestima, as relações afetivas, o comportamento, as interações sociais e profissionais no local de trabalho.

O valor do Psicodrama está, então, na restauração da confiança em si mesmo e nos relacionamentos. Destacamos assim, que o tratamento proporcionado pelos métodos sociodramáticos, perpassa os sujeitos em seus núcleos dramáticos, mas focaliza as ações nos papéis sociais.

Foram realizadas sete (07) sessões terapêuticas, com duração de 01h30 cada, às quartas-feiras, das 08h00 às 09h30, na Sala de Reuniões da USF Mário Covas, entre os dias 23/02/2022 ao dia 27/04/2022. As sessões foram estruturadas processualmente e, por similaridade, cumprem as etapas da sessão sociodramática. Em cada uma das sessões propusemos algumas questões norteadoras – temas iniciadores do trabalho a ser desenvolvido com o grupo em cada dia.

## 4.2 Etapas das Sessões Sociodramáticas

Em todas as sessões utilizamos as etapas do Psicodrama: aquecimento inespecífico, aquecimento específico, dramatização e compartilhamento. Conceituando as etapas, temos: o aquecimento, como um processo de preparação para uma ação, onde podemos utilizar estímulos físicos, mentais, entre outros, como iniciadores.

A dramatização, que é a ação ou a atividade essencial para tratamento dos temas, que se segue ao aquecimento. O compartilhamento, que é vivido após a etapa da ação, na qual a pessoa geralmente estabelece uma análise sobre seus sentimentos e pensamentos evocados durante todo o processo, resultando numa compreensão mais profunda de si mesmo e da situação vivenciada.

**Os principais objetivos do trabalho sociodramático é restabelecer os potenciais de espontaneidade e criatividade das pessoas, desenvolver a percepção sobre si mesmo, o outro e o mundo, promover o desempenho adequado dos papéis e trazer à pessoa a possibilidade de ser autor, diretor e ator de seu próprio drama, de sua própria vida.** (Grifo da autora)

Para iniciar o trabalho junto ao grupo foram desenvolvidas atividades iniciadoras, que são estímulos que podem desencadear diferentes processos de aquecimento.

Nas sessões aplicamos iniciadores físicos – que são ações em nível corporal, ativadas conscientemente com movimentos, como mímica e gestos; iniciadores mentais, que partem das recordações, vivências e fantasias, desencadeando atos mais complexos, com conteúdo da memória; e ainda, iniciadores relacionais, com maiores possibilidades de envolvimento relacional e interação.

Os iniciadores foram utilizados no tempo do aquecimento inespecífico e específico. Estes momentos iniciais são necessários para possibilitar a ambientação e a preparação do grupo para a

dramatização. Nos momentos de ação dramática, ou dramatização, as protagonistas foram convidadas a criar cenas, teatralização ou realizaram atividades em grupo – como escritos, gif's, tarjetas e desenhos, por exemplo. É o momento em que as ações criam espaço de manifestação afetiva e cognitiva do conteúdo grupal.

Nos compartilhamentos, ao final das sessões, a Diretora solicitou às integrantes do grupo que compartilhassem os seus sentimentos, ideias, reações e percepções. Nos comentários observou-se o dividir dos conteúdos internos, do que se sente e das emoções expressas e vividas não apenas na linguagem verbal, mas também nas atitudes, na corporalidade, nos atos e nas expressões emocionais trazidas pelo grupo durante as sessões.

## 5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

### 5.1 Perfil dos Convidados.

	<b>Perfil (idade/função)</b>
01.	42 anos, Assistente Administrativo II
02.	51 anos, Assistente Administrativo II
03.	35 anos, PROINC
04.	23 anos, PROINC
05.	28 anos, Administrativo
06.	27 anos, Administrativo
07.	51 anos, ACS
08.	42 anos, ACS
09.	44 anos, ACS
10.	26 anos, ACS
11.	47 anos, ACS
12.	37 anos, ACS
13.	38 anos, ACS
14.	51 anos, ACS
15.	52 anos, ACS
16.	Não informou, ACS
17.	47 anos, ACE
18.	49 anos, ASB
19.	50 anos, ASB
20.	35 anos, Odontóloga
21.	25 anos, Médica
22.	38 anos, Enfermeira
23.	35 anos, Técnica de Enfermagem
24.	23 anos, Técnico de Enfermagem
25.	41 anos, Técnica de Enfermagem
26.	Não informou, Técnica de Enfermagem
27.	47 anos, Auxiliar de Serviços Diversos
28.	31 anos, Auxiliar de Serviços Diversos
29.	24 anos, Acadêmica de Enfermagem
30.	34 anos, Gerência

Fonte: a autora, 2022.

## 5.2 Perfil dos participantes.

	Perfil (idade/função)
01.	35 anos, PROINC
02.	51 anos, ACS
03.	42 anos, ACS
04.	44 anos, ACS
05.	26 anos, ACS
06.	47 anos, ACS
07.	37 anos, ACS
08.	38 anos, ACS
09.	47 anos, ACE
10.	47 anos, Auxiliar de Serviços Diversos
11.	31 anos, Auxiliar de Serviços Diversos
12.	34 anos, Gerência

Fonte: a autora, 2022.

## 5.3 - 1ª. Sessão: QUEM SOMOS NÓS?

Em **23/02/2022**, foi realizada a sessão conforme o roteiro do apêndice 1. As qualidades citadas foram: “- gentil”; “-responsável”; “- verdadeira”; “- atenciosa”; “- participativa”. Todas escreveram e apresentaram ao grupo a frase que afetou a autoestima e a frase que elevou autoestima. Após cada leitura, rasgaram, a frase que afetou sua autoestima, uma a uma, com muita ênfase. Ao finalizar, escolheu uma colega para abraçar.

Compartilhamento: Nesta fase, solicitamos que as participantes compartilhassem com o grupo de que forma chegaram até o grupo, como foi participar e como estão saindo:

“- situação financeira, críticas, mágoas. "Cheguei com uma boa expectativa, porque mexe por dentro, te levanta. Saindo com bom aprendizado, me sentindo bem, melhor autoestima”. “- muitas cicatrizes, sentimentos, relacionamentos". "Cheguei na sessão normal, saindo bem pensativa”. “- mãe, autocuidado”. “- Cheguei normal, saindo mais aliviada”. “- Deus confia em você”. “- Cheguei normal. Saindo bem pensativa, feliz por conhecer melhor o grupo” “- Veio a separação, dizem que não sou mãe, outros dizem: - você é uma grande mãe!” “- Cheguei culpada, nervosa. Saindo com muitas perguntas, pensamentos de como já me senti, já vivi e o que tem por vir”.

Percebi que algumas participantes não conseguem sair da condição dependente do olhar do outro. Situação que as deixam vulneráveis e à mercê do julgamento dos outros, quer seja sobre sua aparência, comportamento ou decisões. Consequentemente, apareceram muitos sentimentos de inferioridade, insegurança, vergonha e culpa.

*“nem tudo está perdido. Se não tivemos esse aprendizado na infância, podemos trabalhá-lo nas fases seguintes. É claro que o esforço será maior, mas não é impossível. Primeiro, estabeleça metas reais e possíveis de serem atingidas. Lembre-se, um passo de cada vez. As metas devem ser direcionadas para o desempenho, e não para o resultado.” (Artigo do Grupo de Psicoterapia e Psicodrama, 18 de setembro de 2013)*

#### 5.4 – 2ª. Sessão: QUAIS NOSSAS DIFICULDADES?

Em **02/03/2022**, no aquecimento inespecífico, a Diretora jogou uma bola de papel para a D. relembrar e contar como foi a sessão anterior a quem não participou. Em seguida, usou-se a sociometria para dividir em 3 sub-grupos. Juntas comentaram seus sentimentos e o que necessitam para chegar no futuro desejado.

De acordo com a divisão por sociometria, o grupo das que possuem mais tempo de USF: “- já iniciei o futuro desejado ouvindo melhor as pessoas, sendo mais compreensiva e sente a superação”. Pedimos o destaque de 2 palavras: “- autoestima, – saúde”. A outra dupla, destacou: “- responsabilidade, – união”.

Do grupo das casadas, uma destacou as duas palavras da colega: “- atitude, – reeducação alimentar”. A outra dupla destacou: “- insegurança (mudança), – capacidade”. O grupo das que possuem filhos: “- equilíbrio, – paz (tranquilidade)”; e: “- cobranças, – terapia”.

Compartilhamento solicitado para o grupo:

“- Disciplina para cuidar do corpo, mais confiante na leitura, às vezes se sente incompetente, incapaz, a tarde quando tem afazeres em casa e vê a tarefa completa, se anima, se sente bem, não se sente frustrada, insegura e incapaz." "Cheguei normal. Saindo feliz porque é interessante poder dividir, mas também, pôr em prática." "Quero começar logo fazer exercícios físicos". “- Hoje eu preciso de equilíbrio emocional." "Anular as coisas ruins, ressignificar, rasgar a carta, recomeçar, tomar atitude, jogar aquilo não faz mais parte". "Cheguei para ver algo diferente. Saindo muito bem, foi gostoso compartilhar, a mente vai abrindo horizontes". "A palavra é motivação". “- Passo mal todos os dias por causa da diabetes, parei de fazer pão, macarrão, estou menos relaxada com a saúde, ouço as críticas, mas só quem passa é que sabe. Não tenho mais força pra limpar minha casa, isso afeta, dá vergonha, acaba com a autoestima, não tenho mais forças nos braços. Tomo insulina, a luta é todos os dias para levantar". "Cheguei, mas não gosto muito de me expor, mas hoje desabafei, falei de mim e gostei de ouvir vocês, feliz com todo aprendizado." "Tudo que falaram aprendi para mim. Saindo pensando que: “tudo é aprendizado”. “- Capacidade de cada um de nós de construir esforço. No meu caso, equilíbrio, tratamento dos dentes, colocar em prática em 06 meses e dar um sorriso." "Cheguei bem, eu gosto de aprender, ajuda na construção. Saindo bem e pensando em cuidar da minha saúde." “- Cheguei pensando que as limitações eram só minhas, só eu tinha dificuldades". "Saindo

com coisas que foram direto para o coração. Quero me acalmar mais dentro de casa e aprender a me portar." “- Cheguei angustiada, queria mais tempo aqui." "O coração está mais calmo, mas a cabeça está gritando. Saindo querendo mais tranquilidade." “- Cheguei bem. Gostei da dramatização." "Falo com experiência própria, que a dor e a limitação do outro precisamos entender”. “- Saindo com o pensamento de que, as coisas que eu quero, eu tenho que fazer por mim”.

Sentimos orgulho por estarem reconhecendo que estão conseguindo caminhar em direção ao objetivo proposto no primeiro encontro, desde as pequenas atitudes. Alertamos que realmente a melhora é gradativa e aumentará a autoconfiança. Elas expuseram até mesmo os afazeres domésticos que ao término, fazem se sentirem bem com a organização da casa.

*“a sensação de dever cumprido deve ser comemorada como sucesso por você. Isso lhe dará mais energia para as próximas etapas. Lembre-se, a procrastinação leva a um sentimento de derrota. Identifique seus gostos, seus desejos e seus sonhos. A baixa autoestima e o baixo autoconceito fundamentam-se num período de dependência e fragilidade. Agora suas ações são de autonomia. Procure fazer as coisas que você gosta, se dê um presente, vá a lugares interessantes e converse com pessoas agradáveis.” (Artigo do Grupo de Psicoterapia e Psicodrama, 18 de setembro de 2013)*

### 5.5 – 3ª. Sessão: MEMÓRIAS E NOVOS FINAIS

Em **16/03/2022**, ao iniciar o aquecimento inespecífico, o grupo identificou as participantes naturalmente, as que participaram do encontro anterior e quais não, para que pudessem atualizar as informações.

Fizemos uma rodada com as palavras que afetam seu passado e surgiram: ansiedade, agonia, cobrança, cansaço; e que buscam para o futuro: equilíbrio, melhoria emocional, disciplina, paz, tranquilidade e atividade física. As três palavras mais votadas foram discutidas em 02 sub-grupos e após, criaram uma cena com começo, meio e fim. Apresentaram as cenas. A Diretora experimentou solilóquio, duplo, espelho e inversão de papéis para provocar novos finais e novas respostas.

Compartilhamento solicitado para o grupo:

“- às vezes desfocamos as coisas, mas estamos prontas para teatro (risos)”; "deu um certo medo pra começar; cheguei com fome, mas saio daqui tão confortável e com foco!" “- identificamos que temos dificuldades pra fazermos certas coisas pois somos sem marido e com filhos, tendo que fazer tudo sozinha; mas tivemos agilidade e rapidez para criar, eu também sou muito ansiosa, mas tivemos criatividade; cheguei bem e saio bem feliz daqui”; “- me senti incentivada, achava que não tinha jeito para o teatro, tive dificuldade de começar, porque preciso saber de tudo antes, precisamos fazer exercícios, temos que entender o processo, a academia tem seu tempo pra fazer efeito, mas queremos tudo pra ontem, saio daqui com boas expectativas e animada”.

Sentimos o grupo focado em seu bem-estar, mesmo provocando de certa forma com uma ou outra situação do trabalho, ele se volta para a melhoria consigo mesma, para os seus sentimentos de busca interior, mencionando as palavras chaves dentro do que está lhe fazendo mal naquele momento e que dificulta a tão sonhada paz e tranquilidade, mas com elevadas expectativas de

aumentar seu ritmo de vida com boas práticas, além de conhecer melhor e incentivar as colegas.

Segundo Carina Martins, no Artigo - Dê atenção à saúde mental (03/11/2021),

*“A saúde mental é fundamental para todo ser humano. Conforme dados da Organização Mundial de Saúde, uma em cada quatro pessoas sofrerá de algum problema mental durante sua vida. Se o funcionário não está com boa saúde mental, ele dificilmente produzirá bem. E muitos problemas podem gerar transtornos emocionais e mentais, como o medo de fazer o trabalho de forma errada, de ser repreendido pelo líder, de não se destacar como outros colegas. Os problemas pessoais também interferem: dilemas com os filhos, problemas no casamento ou relacionamento, doenças em família, e assim por diante. Mudar certos hábitos ajuda o funcionário a melhorar seu estado mental, como se organizar, ter mais disciplina, não ficar envolvido demais pelas redes sociais e games, dormir mais cedo. Precisamos desmistificar esse assunto e agir em prol da saúde mental.”*

## 5.6 - 4a. Sessão: MANCHETES

Em 23/03/2022, com a consigna para que colocassem a mão no ombro da colega e dissessem o que desejava naquela sessão, apareceram o seguinte: paz, energia positiva, felicidade, sabedoria, união, muito amor, felicidade e dimensão.

Em seguida escreveram e trabalharam as manchetes que cada uma das participantes registrou, como: - “que nossos governantes tenham um olhar mais humano para a população”; - “índice de tentativas e de suicídios é o maior dos últimos anos”; - “vivemos em tempos de angústia e sofrimento por conta da guerra”; - “unidade de saúde se destaca por cuidar da saúde mental dos servidores”; - “fim da Guerra na Ucrânia”; - “a matéria de hoje é sobre a amizade ser verdadeira no trabalho”; - “saúde mental no trabalho”.

Após, ao criar a cena, o grupo 01, trouxe uma tentativa de suicídio de uma de suas pacientes, em que uma delas conta para as demais e tecem comentários, combinando de fazerem uma visita domiciliar à família, juntas. O grupo 02 trouxe uma imagem gif de um encontro e abraço entre amigas. O grupo 01 fez tentativas de adivinhar o que significava.

Compartilhamento solicitado para o grupo:

“Referente à cena 01, foi destacado o desespero de famílias que estão em situação de abandono pelo Governo, violências e aumento de tudo devido à guerra (tomate, gás, cenoura), por isso chega até nós como consequência, trazendo angústia e vontade de morrer. Precisamos levar união, paz, a palavra de Deus, ajuda muito a refletir, mas ultimamente não vemos expectativas, estamos vivendo em guerra. Em relação ao gif 02, queríamos que fosse assim aqui no trabalho também, um monte de amigas juntas, unidas, querendo proteger as pessoas. Eu associo ao trabalho, ter ambiente saudável, aconchego. Aqui uns nem bom dia dão, como fica a saúde mental do trabalhador? Mas não, só críticas, já basta a guerra!! Eu gostaria que os profissionais se colocassem no lugar das mães, sei lá, não tá num dia legal? Ok! Mas ser ignorante todo dia? Bem, eu tenho esperança de mundo melhor; eu tenho fé, não só em Deus, mas nós precisamos de fé; respeito; necessidade de bons relacionamentos no ambiente de trabalho; são pessoas que se vêem todos os dias; não podemos colocar expectativas nas pessoas; sabemos que no ambiente de trabalho nem todos são amigos, então faça seu trabalho, ganhe seu salário e vá embora.”

Ao final, o grupo exemplificou que uma das ASB's está de licença-maternidade e não houve nenhuma despedida à ela, enquanto que para a Enfermeira que saiu, organizaram um chá de fraldas.

As discussões da sessão de hoje nos trazem a importância do acolhimento pelos profissionais de saúde. Consigo perceber a pergunta intrínseca nesta insatisfação: - E se fosse comigo? Certamente se sentiriam chateadas e nesse movimento de colocar-se no lugar do outro nas cenas propostas até o momento, as fazem pensar e agir diferente em cada sessão, proporcionando momentos de maior união e solidariedade entre o grupo participante.

Segundo RENZO (2020), o qual reflete o valor de um bom dia e do acolhimento para a sobrevivência mental, menciona que são atos simples que, ao demonstrarem empatia, ajudam a criar um meio social mais fortalecido contra o suicídio e as doenças mentais.

### **5.7 – 5ª Sessão: TARJETAS**

Em **30/03/2022**, enquanto caminhavam pela sala imaginando que estariam em uma praça, o grupo não conseguiu concentração, falando várias frases, assuntos e pensamentos que vieram durante o aquecimento: - "o coração acelerou de imaginar os moços bonitos na praça;" - "tô cansada"; - "e a política?" - "nossa, hoje tumultuou lá na frente, uma criança não foi atendida, não teve encaixe;" - "viram o aquário, que lindo?" - "ai, acho que vou ter que tomar uns florais".

Nas tarjetas registraram o seguinte: - que a greve alcance melhorias! - mais responsabilidades, governantes! - luta pelos direitos, greve necessária! - curso de humanização, já! - mais saúde para o trabalhador!

Observamos que o grupo manifestou certa resistência durante o aquecimento inespecífico, talvez pelo cansaço físico, mas já tivemos a impressão de que a preferência é a realização das atividades, sentadas.

O fato de a criança não ter sido atendida logo no início da manhã, tomou grande parte da sessão, pois uma das servidoras havia feito a mediação junto à médica e enfermeira e não conseguiu. Houveram vários desdobramentos como a afirmação de que o atendimento já é um caos, imaginem com a greve na saúde! E que os pacientes atendidos nas UPA's são referenciados para a Atenção Primária à Saúde e vice-versa. Que deveriam ter o olhar de mãe; que era para as pessoas terem ficado mais humanas com a pandemia, mais sensíveis, ver que estão vivas, serem gratas. E a manifestação de revolta de forma geral quando os pacientes não são atendidos por falta de boa vontade e por não terem empatia com pacientes que perderam familiares no período pandêmico. Percebeu-se que uma delas acredita que a pandemia atingiu negativamente o coração das pessoas e que ficaram mais endurecidas, se referindo aos profissionais.

Quanto às discussões referentes à greve, percebi que pensam ser necessário, mas que agravaria o atendimento ao público porque “já não atendem bem”. Imaginam como ficariam os pacientes, porque já são abordadas nas ruas sendo questionadas sobre os serviços da Unidade, atendimentos paralisados e fluxos readequados durante a pandemia que não retornaram ainda; por outro lado, também houve a fala de que são muitas às vezes que não sabem o que responder aos pacientes, que parecem médicos sendo parados nas ruas, mas “a gente pede, mas não atendem”.

A solicitação de Curso de Humanização aos Servidores em uma das tarjetas, ficou claro na fala: - "com ou sem pandemia é a mesma coisa. Penso que a Educação Permanente é fundamental não somente para a capacitação e humanização das equipes, mas sim como valorização do oferecimento de propostas que venham de encontro com a melhoria do processo de trabalho e da saúde mental dos trabalhadores. E, esta fala, está de acordo com LUZ (2010):

*“O processo de educação permanente pode facilitar o envolvimento de todos os profissionais e proporcionar uma troca de saberes, uma reflexão das práticas de serviço, conseqüentemente, ocorre uma interação maior de toda a equipe e uma melhoria no processo de trabalho.”*

Uma das ACS's teve a iniciativa de organizar uma ação em sala de espera e informou ao grupo que já havia encomendado a camiseta com o tema: Autismo - mês de abril. Todos os participantes aderiram a ideia e encomendaram a camiseta da ação.

Encerramos a sessão com a presença do Gerente da USF, que necessitava de uma informação naquele momento, mas notando a descontração e a necessidade (inclusive verbalizou) de participar e desligar por uns instantes, permaneceu conosco até o final. O grupo não se intimidou com a sua presença, pelo contrário, a dinâmica da caixa de bombons foi divertida e inspiradora para dividirmos o que temos com as pessoas ao nosso redor (mesmo que seja uma caixa de chocolate).

De acordo com a Revista Saúde, “09 dicas para ser bom gestor de saúde” (05/06/2018),

*Uma das características do Gestor é a Liderança: O gestor precisa ser um dos principais apoios dos funcionários e, sempre que necessário, deve auxiliá-los na resolução dos problemas que surgem com frequência em uma unidade de saúde. O líder também deve ter uma boa visão do que está acontecendo no local de trabalho, avaliar a demanda e o atendimento para gerar mais conforto e segurança aos pacientes. Além de exercer o papel de líder, o Gestor de Saúde deve saber escutar os que estão a sua volta para otimizar a execução do trabalho.*

## **5.8 – 6ª. Sessão: TARJETAS**

Em 20/04/2022, a Diretora iniciou o aquecimento inespecífico dando a consigna para caminharem pela sala, respirando profundamente, desligando-se dos pensamentos, das preocupações com as metas, com os compromissos ao longo do dia. Solicitou que expressassem

como estavam chegando naquela manhã, facial ou corporalmente. Então, apresentaram ao grupo como estavam se sentindo e como têm se sentido nos encontros. Duas delas não o fizeram; um deles se espreguiçou, uma fez um alongamento no pescoço e a outra fez positivo com ambos os dedos.

Na formação de 02 sub-grupos, de acordo com a semelhança dos sentimentos, uma delas disse: - vem você pra cá, que está mais animada! Após o comando de escolher por tele uma das tarjetas sob a mesa, leram a frase da Tarjeta A: “Após ocorrência de uma situação que te desagrade no processo de trabalho, você” (:) O servidor falou:

- Ah inicialmente ficamos bem chateados, às vezes nervosos e fazemos o relato aos nossos superiores sobre a situação ocorrida no trabalho de campo. Na parte interna, às vezes há algum desentendimento com colega de trabalho, mas com diálogo, bom senso e respeito conseguimos solucionar o ocorrido. A Diretora fez algumas inversões de papéis e foi mencionado as seguintes frases: - eu respeito a opinião dele; - eu chamaria a pessoa diretamente para conversar; - como assim não nos comunicou a ação? Me poupe! - Até na vaquinha do café da manhã temos discussões, um traz, o outro não, mas come; - e é assim, do nada acontecem as rixas; uma servidora já irritada com as batidas e interrupções na porta da sala para falarem sobre trabalho, reclamou: - olha o exemplo, todo tempo batendo na porta, e quem manda pra cá? Os servidores da recepção, será que não têm noção que estamos num trabalho? Daí a gente vai lá falar, não aceitam, tiram sarro da gente, é um desrespeito geral!

No aguardo do segundo grupo, uma servidora olhou para a colega: - ah, me dá aqui então, mas vou ser bem sincera! Leu a frase da Tarjeta B: “Mesmo que o outro profissional da unidade não concorde, eu” (:); e disse:

- tem muitas pessoas que levam pro lado pessoal. Quando alguém me trata mal aqui, penso que está passando por alguma situação, então é dela, não sou eu! A outra servidora destacou que estão aprendendo a saber que naquele momento a pessoa está insuportável, e não por tudo num pacote e jogar fora. E a outra complementou: - mas dá vontade mesmo de pôr tudo no saco de lixo, porque não adianta a gente mudar e o outro não! Porque tem servidor assim, joga a bomba e tchau! Dependendo do tipo de profissional, não existe concordância e sim, discussão sobre o assunto (qualquer assunto). Cada um expressa sua opinião, o outro querendo ou não; não existe respeito com a opinião de ninguém.

Levantaram a situação de uma das participantes do grupo ter tido a iniciativa de organizar uma ação sobre o Autismo e não ter combinado com o grupo, pois foi onde nasceu a ideia e a maioria encomendou e pagou a camiseta. Foi unânime a demonstração de insatisfação, a discussão foi acirrada em torno desta questão, pois enquanto ela e a equipe NASF estavam em sala de espera naquele momento, o grupo Mente Aberta estava reunido na 6ª. sessão terapêutica, sem ter tido a oportunidade de usar a camiseta e sem ter podido participar, pois não foi combinado e nem comunicado ao grupo. Os ânimos se alteraram. Novamente o servidor falou: - cito que a política, futebol e religião, não se entra em consenso, pois cada um defenderá o seu; aqui é assim também, tem as discussões, mas dificilmente todos pensam igual.

Após mais algumas interações entre os dois sub-grupos, com a interferência da Diretora aplicando as técnicas de inversão, ou seja, os participantes do sub-grupo A invertendo as opiniões e falas com os participantes do sub-grupo B, o que os levou a facilitar a real dramatização das duas possibilidades, com os sentimentos de cada um deles, que seguem: - cada um expressa a sua opinião, mas não há concordância; - cada um na sua; - um exemplo: foi uma grande discussão na redivisão da área, ninguém queria mexer no mapa (cara, hoje estou muito chata);

- a outra equipe é assim. Neste momento acalorado, novamente bateram à porta mesmo já tendo sido alertados que estávamos em sessão terapêutica. Era paciente solicitando declaração de residência. A servidora que já estava irritada, foi atrás da servidora da recepção (que também já havia interrompido), e solicitou novamente que não pedissem aos pacientes que fossem até a sala, que poderiam aguardar ou outro profissional poderia atender. Voltou para a sala, dizendo: para pacientes da minha área eu já faço, porque já tenho que ir na casa mesmo, agora todo dia é isso, cada um que cuide da sua micro área; - eu também já faço quando visito; - mas isso sempre é de uma área específica. E os pacientes vão na gerência direto. Outra servidora, disse: - pior que depois falam que a gente fica só na nossa panelinha, nossa turminha; - é muita falta de comunicação; - muito individualismo pra fazer a ação; - nem a camiseta da ação que eu comprei, eu trouxe, não sabia que era hoje também; - estou muito chateada porque o grupo não foi avisado; - a ideia nasceu aqui, que triste!

Após a dramatização afluída, a Diretora abordou que o grupo já vinha caminhando para este desfecho, a cada sessão demonstraram algumas insatisfações referentes à dinâmica de trabalho, portanto, ao encerrar, questionamos qual seria a melhor conduta do grupo para a sugestão de atitude ou ação que favorecesse todas as equipes na construção ou revisão da prática profissional de todos os setores como um todo na USF, pois os participantes do Grupo Mente Aberta representa de 30% à 35% do total dos convidados = 30, sendo de 05 à 10 cada sessão.

O grupo decidiu solicitar uma reunião gerencial geral para a discussão do processo de trabalho. E, ao encerrar, duas Agentes Comunitário de Saúde, foram à Gerência com tal solicitação.

Compartilhamento dos participantes do grupo:

- eu cheguei aqui bem e estou saindo chateada porque comprei a camiseta e nem coloquei, aliás nem trouxe, está em casa, porque também não sabia que a ação era hoje pela manhã, no mesmo dia da nossa sessão; - eu cheguei bem e estou saindo chateada, na verdade estou p..., não precisava ser assim, às vezes as pessoas misturam o pessoal com o profissional; - eu cheguei bem e estou saindo abalada, chateada com a situação; - eu já cheguei péssima, não estou muito legal (parecia muito abatida), mas foi bom ouvir e aprender mais essa, de como ser parceira, achei que fosse só comigo que acontecia aqui dentro, precisamos dar as mãos, mas saio bem triste; - eu cheguei bem e aprendi que preciso comunicar a todos quando for algo que envolva mais servidores; - eu cheguei muito bem, nem ia participar pra ir logo pra área, mas a diretora me convidou novamente, aí fiquei para colaborar, tentar mediar as diferenças, foi muito bom, e foi bom até que teve essa divergência para que possamos ficar mais alertas, só que saio triste e chateado, foi bem conturbado. Eu procuro me comunicar bem, igual quando pedi a sala emprestada no dia da sessão, a Diretora autorizou, falou que tudo bem, mas depois não deu certo pra todos virem, então comuniquei que vocês poderiam ficar e agradei; - cheguei normal, mas também saio chateada, porque

se a ideia nasceu aqui no grupo e foi compartilhado com todos nós e aceitamos, compramos a camiseta, apoiamos, teria que ser avisado, sim.

## 5.9 – 7ª. Sessão: ENCERRAMENTO / MINHA MÃO

Em 27/04/2022, antes do início da sessão, a Diretora espalhou papéis, lápis de cores e um pacote de bombons sob a mesa, tirou foto e enviou ao grupo anunciando que os aguardava. Ao retornar à sala alguns já estavam trabalhando em umas planilhas e os demais foram chegando. Solicitei que formassem um círculo e agradei a presença hoje e em todos os encontros que eles vieram, anunciando que finalizaríamos um ciclo de 07 encontros.

A sessão foi iniciada com o grupo caminhando, respirando profundamente, se alongando, rindo com as frases de brincadeiras soltas. Identificamos quem esteve em todas ou quase todas as sessões. Duas delas vieram pela primeira vez. Então pedimos que alguém do grupo fosse até elas e desse as boas-vindas para o encontro. Falaram da importância de estarem juntas e se fortalecerem em grupo. É um exercício de fazer contato mais próximo, de escutar e ser grata por ser escutada. Ao iniciar a reflexão de como aconteceu a construção do grupo, a Diretora distribuiu uma folha de papel e deu a consigna para completarem as seguintes frases: “No encontro de HOJE eu quero... que vai contribuir PARA...”

Em duplas foram até o cenário e leram suas frases, que seguem:

- no encontro hoje eu quero aprender algo bom e aproveitar bem meu dia, que vai contribuir para o meu bem-estar pra melhorar cada dia mais e no local de trabalho;
- no encontro hoje eu quero desestressar e compartilhar com os colegas de trabalho, que vai contribuir para me sentir melhor neste dia de trabalho e com a família;
- no encontro hoje eu quero me colocar à disposição ou mais à disposição dos colegas de trabalho para as atividades da Unidade, que vai contribuir para o andamento do nosso local de trabalho;
- no encontro hoje eu quero ver a alegria dos colegas do grupo, que vai contribuir para as atividades e para eu ouvir mais;
- no encontro hoje eu quero conversar, que vai contribuir para desestressar;
- no encontro hoje eu quero tranquilidade e aprendizado, que vai contribuir para um equilíbrio emocional melhor e um aprendizado que levarei para a vida de agora em diante, mesmo que seja com os erros para que no futuro não se repitam;
- no encontro hoje eu quero participar das dinâmicas e do grupo para entender melhor o psicodrama, já que nos encontros anteriores não participei, que vai contribuir para participar mais das atividades da Unidade;
- no encontro hoje eu quero sabedoria, paz e troca de experiências, que vai contribuir para meu aprendizado, meu crescimento e interação com todos (união);
- no encontro hoje eu quero conversar, compartilhar sentimentos e escutar o outro, que vai contribuir para melhorar e aliviar as tensões;
- no encontro hoje eu quero ouvir mais, ser uma boa ouvinte e refletir, que vai contribuir para o meu dia a dia no trabalho, com a família e amigos.

Sentados em círculo, entregamos uma folha de papel sulfite reciclável e lápis de cores. Pedimos para elas desenharem o contorno da mão dominante: direita ou esquerda. Escreveram seu nome na folha e passaram para a pessoa à sua direita. Foi dado o comando: “Agora você está

*recebendo a mão da sua companheira/o de grupo e vai pensar nela/e, como ela/e é, o que aprendeu com ela/e nesse grupo e escrever em um dos dedos uma qualidade dessa pessoa.”* (caso não conheça, pode escrever o que imagina). E assim continuaram até que a sua folha chegasse novamente a sua mão. Paralelamente, os ouvi falando o quanto era difícil falar de qualidades.

Perguntei como se sentiram ouvindo as qualidades recebidas. Individualmente leram todas as palavras e, na palma da mão, escreveram uma qualidade sua que não estava ali e que especialmente valorizavam naquele momento. Novamente ouvi que era mais difícil ainda encontrar qualidades em si. Cada uma teve um tempo para falar sobre a sua mão e a experiência que passou de receber as palavras e reconhecimento dos outros. Descrevo acompanhado do compartilhamento.

#### Compartilhamento dos participantes do grupo:

1) Eu já cheguei aqui nervosa que vai acabar, gostei e agradeço, me emocionei bastante, a qualidade que eu escrevi na palma da mão foi prestativa. Espero que este trabalho continue, é oportunidade de se expor, adversidades sempre vai ter, temos que saber relevar, um dia, um cumprimenta, no outro não, mas nem por isso vai fechar a cara com o outro, tem que respeitar, conviver, por isso é importante conhecer cada um, seu modo de agir, porque ajuda no crescimento, onde possa melhorar, aqui mesmo no grupo a gente percebe que teve muita diferença, houve mudanças;

2) Eu concordo com minhas qualidades, só não entendi como sou descomplicador (risos), alguém falou: - isso é coisa da Dany! A qualidade que escrevi na palma da mão foi compreensivo (barra trouxa), porque às vezes uns abusam da gente, está estampado na cara: a mentira. Como gestor acho importante expor problemas e poder ouvir, a pandemia nos isolou, paramos os grupos presenciais, ficamos tempo em casa, então reflete muito no trabalho, porque a maior parte do tempo estamos aqui, tem que conversar, necessidade de reunião geral, mas sinto a dificuldade das equipes, inventam desculpas, isso é algo que eu mesmo tenho que mudar na gestão, senão fica muito fragmentado. Então, esses momentos são válidos, esse grupo de terapia, a proposta do psicodrama, poderíamos fechar a Unidade, porque seria interessante, mas daí tem que justificar, os pacientes postariam nas redes sociais que a Unidade está fechada. Fiquei feliz pelo trabalho realizado, e acho importante, muito bom, do individual para o coletivo, compartilhar experiências e sentimentos. Espero que os demais profissionais possam participar, médicas, odontólogos, enfermeiras, todos os servidores, mas ficam focados nos atendimentos. A gente não consegue planejar. Mas quem sabe agora vamos conseguir fazer mais ações e publicar nas redes;

3) Eu só vim tomar um cafezinho e fiquei, mas não participei, mas pelo que vi, foi muito bom este trabalho, essa troca de informações, porque às vezes fica tudo muito solto, falta informações e comunicação, falta reunião gerencial. Mas foi muito bom ter ficado, fiquei curioso, cada um vive um drama, um sofrimento, tá tudo bagunçado, então ajuda a se expressar;

4) Recebi bem e agradeço, bom que enxergaram o nosso lado bom. Eu escrevi bondosa na palma da mão, mas também preciso dosar porque tenho muita dificuldade de dizer não, montam em cima da gente e te fazem de bobo. Eu também vim ansiosa hoje. O encontro de hoje foi muito importante porque na primeira sessão, a Dany pediu pra gente escrever uma palavra ou frase negativa e que afetou muito nossa autoestima, até rasgamos o papel, foi bem significativo; e hoje vamos levar para a casa a nossa mão cheia de qualidades. Todos temos defeitos, mas agora vamos focar nas qualidades;

5) Eu não sou séria, sou tímida, isso atrapalha, mas das qualidades gostei bastante. Me

arrependi muito por não ter vindo participar, achei que seria igual aquelas reuniões chatas. Me fez muito bem ouvir a visão das pessoas sobre mim, e eu também acho que todos deveriam ter participado. Obrigada por insistir, Dany!

6) Eu achei que seriam outras palavras, fiquei surpresa. Eu escrevi na palma da mão a palavra verdadeira. Bem, eu entrei no grupo meio com o pé atrás, achando que não ia dar em nada, na segunda sessão já interagi mais, até chorei, coloquei pra fora o que eu sentia, me senti a vontade pra poder falar, até ser melhor no trabalho, porque me olham com a cara feia, mas hoje tenho uma visão melhor pra mudar, foi ótimo, muito bom, eu mudei;

7) Vocês foram muito generosos comigo, gostei, gostei muito de ouvir as qualidades. A palavra que escolhi foi compreensiva/boa ouvinte. Foi muito importante, não perdi nenhuma sessão, me sinto bem porque teve muitas coisas que mudaram minha visão, ouvir todos compartilhando, mudou a compreensão da vida. Maior parte do tempo, tudo fica no raso, mas no grupo a gente vê que a pessoa é diferente, então este trabalho gerou oportunidade de conhecer a outra pessoa, porque ela veio e participou. Parece que estamos escondidos, mas não estamos. Conhecer um pouco mais todos vocês, foi muito importante para mudar os relacionamentos no trabalho e na família;

8) Eu gostei muito de ler que sou alegre, feliz, eu busco não puxar a negatividade, concordo que falo demais, sou muito espontânea, mas também brigona. Minha palavra foi batalhadora. E sobre o trabalho sou tagarela mesmo, então foi muito bom pra entender o lado da outra companheira na reunião de equipe, de tomar o café separado, essa correria, não falam bom dia, deve ter acontecido alguma coisa, eu tenho que fazer por onde, refletir será que falei algo, questão de conversar, gente eu falo demais, então serviu para conhecer o lado de cada um;

9) Estou feliz com as minhas qualidades. Escrevi batalhadora. Sou espontânea, converso com todos, eu concordo, já fui muito ajudada por toda equipe, inclusive quando minha mãe faleceu. O bom é não misturar as coisas, deixar os problemas em cada lugar. O trabalho que a Dany fez, foi muito importante, às vezes a gente está passando por problemas, quando vejo alguém quieto, vou lá abraço, fico perto, todos temos problemas, às vezes a gente não percebe que a gente mesmo que piora a situação, tem que separar os problemas de casa, do trabalho, eu gostei muito de fazer parte deste grupo;

10) Me senti respeitada com minhas qualidades, estou muito feliz. Sou muito resistente pra esse tipo de trabalho, mas vim em 3 sessões, mas gostei mais o de hoje, às vezes a gente vê o outro no dia a dia, não se conversa, então foi bom saber as opiniões e conhecer as qualidades, fiquei feliz, vim trabalhar melhor, agora quero que as qualidades se sobressaíam;

11) Agradeço cada um de coração, se eu não sou tudo isso que escreveram aqui, vou fazer por merecer, eu vou ser companheira, talvez não fique nesta Unidade, agradeço o gerente e vocês o tempo que to aqui. Só agradecer e se tiver em outra Unidade que eu for, eu sou a primeira a participar, porque eu sou assim, o que não te faz bem você joga fora, o que serviu você guarda. Pra mim serviu muitas coisas.

Ao encerrarmos demos um abraço coletivo e oferecemos um bombom para cada participante e outro para que cada um oferecesse para um servidor/a que não participou e estivesse na Unidade de Saúde da Família.

Ao saírem, uma servidora voltou e disse: - um pra você, Dany, você não ganhou! Agradei com um abraço.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os servidores afirmaram que este grupo sim, foi real, é o que realmente acontece, pois sentiram emoções e tiveram confiança de abrirem o coração, chorarem, desabafarem, vivenciando momentos que transformaram visão de mundo, de grupo, de equipe e de ambiente de trabalho, conhecendo muito melhor os colegas e a si próprio. Outros servidores concluíram que administrar é muito difícil, pois perpassa pela formação de caráter, capacitação e qualificação profissional, condições de trabalho, distância, conduta e compromisso com o trabalho e com o outro.

Na proposta de construção coletiva, na sessão de encerramento, foi reforçada a necessidade de realização de reunião gerencial e reunião de equipes, não importando quem solicita ou organiza; e que cada equipe possui integrantes e seu supervisor, ou seja, qualquer um deles, pode fomentar e acordar dia da semana e horário para acontecer, o importante é manter a frequência das reuniões.

A percepção que tive sobre a implementação do grupo, foi que favoreceu o seu retorno e considero como uma nova forma de aplicação da metodologia moreniana para a condução grupal, pois mencionaram que as reuniões geralmente são chatas.

As sessões sociodramáticas estimularam a participação e adesão dos servidores, pois cada um deles vivenciaram "o aqui e agora", entregando-se e confiando no método que propiciou o autoconhecimento, elevação da autoestima e fortalecimento da saúde mental, uma vez que se conhecendo e conhecendo o outro houve mais empatia entre si e maior consciência de suas responsabilidades em equipe.

Particularmente senti grande resistência e desafio na aceitação do convite por parte da maioria, no entanto, ao término, ouvindo e percebendo os relatos positivos e emocionados, percebi que realmente não importa o número, e sim o quanto fez sentido aos que se entregaram e participaram.

Estou agradecida e muito satisfeita com a oportunidade de utilizar novas práticas e inovar com sessões sociodramáticas na ESF, colaborando no processo de construção de processos de trabalho com servidores mais conscientes do seu papel no território, mantendo e valorizando a saúde mental equilibrada.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. ABNT NBR 6023: 2. Ed. Rio de Janeiro, 2018.

ANTONIASSI Jr, Gilmar; BERETTA, Regina Célia de Souza; COSTA, Alice Ribeiro Soares; FIGUEIREDO, Glória Lúcia Alves. **Promover saúde por meio do psicodrama com um grupo de idosos atendidos no centro de referência a assistência social.** Revista Brasileira de Psicodrama, vol. 28, n. 1. São Paulo. Jan./abr.2020.

BAPTISTA, Terezinha Tomé. **A sessão psicodramática: um evento que tem começo, núcleo e final.** Maio/2009.

FAIMER REGIONAL INSTITUTE BRASIL. A rota do sol - **instrumento pedagógico adotado no Curso de Especialização em Educação para Profissionais de Saúde.** Programa FAIMER - Brasil. 2018-2019.

COSTA, A. R. S., Mendes, A. T., Beretta, R. C. de S., Figueiredo, G. L. A., & Antoniassi Junior, G. (2019). Promovendo saúde através do Psicodrama com Idosos. *Psicologia E Saúde Em Debate*, v. 5, n. Suppl.1, p. 2–3, 2019. Disponível em:

<http://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/480>.

LUZ, Francys Mary da. Educação Permanente em Saúde. **Uma estratégia que possibilita transformações no processo de trabalho.** Minas Gerais, 2010.

PEREIRA e GUARESCHI. Cenas de um grupo de Idosos. **Uma intervenção psicossocial através do Psicodrama.** O Centro de Referência a Assistência Social (CRAS). 2017.

RAMALHO, 2011. **Psicodrama: A Teatralidade Terapêutica em favor da Saúde Mental.**

KAWAMOTO, Emilia Emi; SANTOS, Maria Cristina Honorio dos; MATTOS, Thalita Maia de. **Enfermagem comunitária.** São Paulo: EPU, 1995. 200P, il.

<https://saude.abril.com.br/coluna/com-a-palavra/o-valor-de-um-bom-dia-e-do-acolhimento-para-a-sobrevivencia-mental/>

Promovendo saúde através do Psicodrama com Idosos | Psicologia e Saúde em debate (dpgpsifpm.com.br).

<https://www.paho.org/pt/topicos/atencao-primaria-saude>

[febrap.org.br/psicodrama-para-psicologia/](https://febrap.org.br/psicodrama-para-psicologia/)

<https://doi.org/10.1590/Interface.190634>

<https://blog.cenatcursos.com.br/psicodrama-a-teatralidade-terapeutica-em-favor-da-saude-mental/>

<https://blog.ipog.edu.br/saude/gestor-de-saude/>

**SciELO - Brasil - Estresse e síndrome de burnout entre trabalhadores da equipe de Saúde da Família Estresse e síndrome de burnout entre trabalhadores da equipe de Saúde da Família**

## APÊNDICES

<b>ROTEIRO 1</b>	<b>QUEM SOMOS NÓS?</b>
<b>08 h às 09 h - 23/02/22</b> <b>Quarta-feira</b>	
AQUECIMENTO INESPECÍFICO  VINCULAR	Andar pela sala olhando uns aos outros.
AQUECIMENTO ESPECÍFICO  LEVANTAR TEMAS	Cumprimento criativo com o corpo. Levantar, formar círculo, dar um passo à frente e falar seu nome e uma qualidade. A próxima repetirá da anterior e em seguida falará seu nome e uma qualidade.
DRAMATIZAÇÃO  TRATAR	Timidez – Integração - Apoio mútuo. Escrever uma situação que afetou muito sua autoestima. Após, escrever uma situação que reforçou a autoestima. Apresentar para o grupo e rasgar o que afetou autoestima. Ler o que reforça a autoestima e abraçar alguém do grupo. Autoestima – Autoconfiança – Autoconhecimento.
COMPARTILHAMENTO  FECHAR	Círculo. Todas explanaram sobre sua maneira de ver e sentir as atividades propostas.

<b>ROTEIRO 2</b>	<b>QUAIS NOSSAS DIFICULDADES?</b>
<b>08 h às 09 h-02/03/22</b> <b>Quarta-feira</b>	
AQUECIMENTO INESPECÍFICO  VINCULAR	Andar pela sala, cumprimentos. Olhar as pessoas, olhar o ambiente. Apresentar os novos, falar sobre quem chegou e agradecer a presença. Respirar, pisar no chão sentir que está aqui neste momento e vamos começar nosso encontro. Iniciar quem veio e quem não veio conversando em dupla sobre como foi o último encontro. A pessoa que veio da dupla recebe uma bola da diretora e fala alguma coisa que aconteceu no último encontro.
AQUECIMENTO ESPECÍFICO  LEVANTAR TEMAS	Escrever em uma folha de papel, um sentimento que representa a responsabilidade de como está sua autoestima hoje, como te fragiliza. E a outra palavra, é como você gostaria de se sentir no futuro, o que te fortalece.
DRAMATIZAÇÃO  TRATAR	Aplicamos a sociometria: formem duplas com uma pessoa que está há mais tempo na unidade do que você. Formem duplas com quem é casada e tem filhos. Juntas comentem seus sentimentos e o que necessitam para chegar nesse futuro desejado. O que podem fazer para “tentar” mudar em você e no autocuidado. Leitura das palavras/frases e convite a todas para destacar duas palavras da fala ou da escrita da colega. Escolher duas que mais lhe tocar. Ler as frases que afetam a autoestima e como querem estar no futuro. Em frente e de pé com quem fez dupla. Como se sentiram, façam comentários sobre o encontro de hoje. Compartilhar como se “sentiram” e o que acharam do encontro hoje. Agradecer e despedirem-se em círculo e de pé.
COMPARTILHAMENTO  FECHAR	Círculo.  Discutir com o grupo as situações favoráveis e desfavoráveis para a sua autoestima.

<b>ROTEIRO 3</b>	<b>MEMÓRIAS E NOVOS FINAIS</b>
<b>08 h às 09 h - 16/03/22</b> <b>Quarta-feira</b>	
AQUECIMENTO INESPECÍFICO  VINCULAR	<b>AI - Como está o grupo hoje?</b> Começar (sentadas mesmo – para incluir essa possibilidade que tem sido sinalizada), fazendo um círculo, pés no chão, respirar juntos, inspira e expira; olhar o grupo identificar quem estava e quem não estava no último encontro. Solicitamos incluir fazendo uma rodada dizendo algumas palavras sobre o encontro passado, tudo no “nós” - todos os temas, assuntos e experiências foram do grupo. Diretora diz: mas para o final do encontro passado nós fizemos folhas com duas colunas com os sentimentos do presente e do futuro (sentimentos desejados) sobre sermos responsáveis pela nossa autoestima. Agora vamos ver quais palavras se destacaram.
AQUECIMENTO ESPECÍFICO  LEVANTAR TEMAS	<b>AE - Trazendo sentimentos e aquecendo no grupo.</b> Colocar as palavras do encontro anterior no meio do círculo (naquele dia vocês criaram estas) e hoje? Tudo é do grupo – tudo o que está aqui, vira do grupo (e não do eu). Diretora diz: vamos trazer aqui temas do grupo para nós vermos juntas: colocar as palavras no chão ou na mesa. Escolham qual mexe mais, está mais presente ou mais quente para vocês. Com os dois mais votados, forma dois subgrupos que vão conversar um pouco e trazer <u>uma cena com começo, meio e fim.</u>
DRAMATIZAÇÃO  TRATAR	<b>DR - Vivenciando situações e novas respostas.</b> (Observar se um grupo encena a do outro o que for melhor para o sociodrama acontecer). Produzir o cenário, identificar os personagens e no desenrolar da cena, intervir primeiro com solilóquios (da platéia) ou pedindo um título da cena; em seguida observar se existe necessidade de um duplo (ego seu ou alguém do grupo na platéia poderá fazer). Na segunda cena poderá experimentar espelho e inversão, e pedir a repetição da cena com finais diferentes. Diretora comenta sobre a experiência vivida e a importância de ver a realidade e suas possibilidades, e encontrar novas respostas/soluções para situações. E que teremos mais nos próximos encontros.
COMPARTILHAMENTO  FECHAR	<b>CP – Saber como está o grupo e como foi o encontro para elas.</b> Levanta. Respira. Dá uma mexida no corpo. Senta em círculo. Compartilha lembranças, sentimentos, como chegou e como está saindo do encontro de hoje – uma palavra ou frase de cada uma. Diretora faz escuta ativa; faz seu comentário final e convida para continuarmos juntas nos próximos encontros.

ROTEIRO 4	MANCHETES
08 h às 09 h - 23/03/22 Quarta-feira	
AQUECIMENTO INESPECÍFICO  VINCULAR	O grupo está querendo falar, então vamos favorecer isso. Grupo em círculo, de pé. Na sequência da roda, cada participante vai colocando a mão direita no ombro vizinho, enquanto diz algo <b>que deseja no encontro de hoje</b> , até fechar o círculo. Em seguida, todos, ao mesmo tempo, devem dar um passo na direção do centro do grupo. Cada pessoa, por sua vez, diz, <b>uma manchete do que quer falar hoje</b> .
AQUECIMENTO ESPECÍFICO  LEVANTAR TEMAS	Formar duplas para conversarem sobre este tema, depois (se tiver sete ou oito pessoas vai funcionar), junta com outra dupla formando um quarteto e conversem os temas, encontrando o que elas têm em comum. (Se tiver novas juntar com quem já está vindo na fase atual do grupo). Deste tema em comum elas devem criar personagens (diretora e ego ajudam – que sejam pessoas e podem ser sentimentos ou algo abstrato que se queira concretizar). Por exemplo: se alguém diz: - <i>“o problema é a justiça que não resolve”</i> . A JUSTIÇA será um personagem. Teremos duas cenas com personagens bem definidos e aquecidos. Deixar que seja o mais possível improvisada.
DRAMATIZAÇÃO  TRATAR	Diretora dirige a cena, deixando acontecer começo, meio e fim e a partir daí faz intervenções. Fazer devagar para perceber o enredo e propor solilóquio, duplo, espelho e inversão. É só praticar as técnicas, com a ajuda do ego auxiliar. Pode experimentar também refazer com finais diferentes, trocando os atores para eles experimentarem papéis diferentes. Ao final, desmanchar a cena, respirar e sair do contexto dramático, indo para o contexto grupal compartilhar.
COMPARTILHAMENTO  FECHAR	Estimular o grupo a expressar como está se sentindo e como foi para elas viverem e verem as cenas de hoje. Escutar cada uma sem comentar. Ao final, a partir do conteúdo que trouxeram fazer um comentário sobre como está sendo essa experiência. Como a diretora percebe o grupo avançar com o método psicodramático.

<b>ROTEIRO 5</b>	<b>TARJETAS</b>
<b>08 h às 09 h - 30/03/22</b> <b>Quarta-feira</b>	
AQUECIMENTO INESPECÍFICO  VINCULAR	Caminhando pela sala, de braços dados em duplas, imaginando estarem em uma linda praça. Refletir como estão chegando para a sessão.
AQUECIMENTO ESPECÍFICO  LEVANTAR TEMAS	Individual, escrever tópicos, palavras ou frases de apoio ou rejeição à “greve dos servidores municipais” que iniciou-se esta semana.
DRAMATIZAÇÃO  TRATAR	Cada dupla conversa sobre suas tarjetas. Diretora deixa acontecer começo, meio e fim e a partir daí faz intervenções. Propõe trocas de duplas para a apresentação. Ao final, saem do contexto dramático, indo para o contexto grupal compartilhar. Momentos antes, a Diretora possibilitou uma dinâmica com frases de solidariedade que encerra com a divisão de uma caixa de bombons entre todos.
COMPARTILHAMENTO  FECHAR	Senta em círculo. Estimular o grupo a expressar como está se sentindo no encontro de hoje e como está saindo (uma palavra). Diretora comenta os avanços do grupo com o método, <b>a partir do que o próprio grupo vem falando</b> e propõe a próxima etapa.

<b>ROTEIRO 6</b>	<b>TARJETAS</b>
<b>08 h às 09 h - 20/04/22</b> <b>Quarta-feira</b>	
AQUECIMENTO INESPECÍFICO  VINCULAR	Andando pela sala, respira fundo e vai refletindo como cheguei, pára em círculo e fazem uma expressão facial/corporal desse sentimento. Psicodrama trabalha o aqui e agora – passado e futuro são trazidos para o momento presente. Isso é fundamental! A partir da semelhança dos sentimentos, formem duplas e falem sobre eles. Como você está hoje e como tem se sentido nesses encontros.
AQUECIMENTO ESPECÍFICO  LEVANTAR TEMAS	Diretora convida as pessoas a irem até a mesa em novas duplas (ou não) e elas pegarem uma tarjeta. Serão formados dois grupos na sala: A e B. Depois, no manejo, a Diretora poderá fazer mudança de papéis entre os personagens, de modo a levá-los a facilitar a real dramatização das duas possibilidades, com os sentimentos de cada uma delas. A – após a ocorrência de uma situação que te desagrade no processo de trabalho, você: B – mesmo que o outro profissional da unidade não concorde, eu: Escolher no caso de duas opções tem o risco de ninguém pegar uma delas, então melhor deixar as tarjetas viradas, colocar o número certo e deixar a “tele” funcionar. Os grupos A e B conversam rapidamente – para que a cena seja bem real e espontânea.
DRAMATIZAÇÃO  TRATAR	A Diretora orienta e estimula para que assumam os papéis de verdade, lembrando que aqui podemos experimentar várias possibilidades e que isso trará mais luz sobre esta realidade. Estamos aqui para enfrentarmos juntas. Monta o cenário, identifica os personagens, orienta a posição da plateia e inicia “luz, câmera, ação”; acompanha para que tenha começo, meio e fim e vai experimentando. Propõe solilóquio, duplo, espelho e inversão. Pode experimentar também refazer com finais diferentes, trocando as atrizes/os personagens para elas experimentarem papéis diferentes. Ao final, desmanchar a cena, respirar e sair do contexto dramático, indo para o contexto grupal compartilhar.
COMPARTILHAMENTO  FECHAR	Senta em círculo. Estimular o grupo a expressar como está se sentindo no encontro de hoje e como está saindo (em uma palavra). Diretora comenta de acordo com as falas de cada uma delas.
Construção coletiva: Como posso colaborar para funcionar melhor o acolhimento aos pacientes na USF: Vamos evoluir com essa ideia? Ou possuem outra proposta?	O grupo manifestou interesse em mantermos os encontros.

<b><u>ROTEIRO 7</u></b>	<b>ENCERRAMENTO – MINHA MÃO.</b>
<b>08 h às 09 h - 27/04/22</b> <b>Quarta-feira</b>	
<b>AQUECIMENTO</b> <b>INESPECÍFICO</b>  <b>VINCULAR</b>	<p>Cada uma vai refletir sobre como aconteceu a construção do grupo. Aleatoriamente, diz: - No encontro de hoje eu QUERO... (uma palavra que represente como ela quer sair ao final da atividade); que vai contribuir PARA...</p> <p>Em círculo, agradecer a presença hoje e em todos os encontros que elas vieram, anunciando que finalizaremos um ciclo de 07 encontros. Respirar, sentir os pés no chão, fazer contato consigo. Circular pela sala. Identificar entre os presentes quem esteve em todos ou quase todos, em tom de gratidão, falar da importância de estarem juntas e se fortalecerem em grupo. Nesta parte é importante pedir para alguém do grupo desejar as boas-vindas. É um exercício de fazer contato mais próximo, de escutar e ser grata por ser escutada.</p>
<b>AQUECIMENTO</b> <b>ESPECÍFICO</b>  <b>LEVANTAR TEMAS</b>	<p>Todos apresentarem as frases: ...no encontro de hoje eu QUERO... (uma palavra que represente como ela quer sair ao final da atividade); que vai contribuir PARA...</p>
<b>DRAMATIZAÇÃO</b>  <b>TRATAR</b>	<p>Sentadas em círculo. Entregar folha de papel e lápis de cores. Fazer o contorno da mão dominante: direita ou esquerda. Escreve seu nome na folha e passa para a pessoa à direita. <i>“Agora você está recebendo a mão da sua/seu companheira/o de grupo e vai pensar nela/e, como ela/e é, o que aprendeu com ela/e nesse grupo e escrever em um dos dedos uma qualidade dessa pessoa.”</i> (caso não conheça, pode escrever o que imagina). É assim continua até que a folha chegue novamente em sua mão. Ela/e lê todas as palavras e, na palma da mão escreve uma qualidade sua que não esteja ali e que ela/e especialmente está valorizando neste momento.</p>
<b>COMPARTILHAMENTO</b>  <b>FECHAR</b>	<p>Cada uma terá um tempo para falar sobre a sua mão e a experiência que passou de receber as palavras e reconhecimento das outras.</p>
<b>Construção Coletiva</b> <b>Encerramento do Projeto de</b> <b>Intervenção MENTE</b> <b>ABERTA/2022: - Reunião</b> <b>gerencial; - Reunião de</b> <b>Equipes.</b>	<p>Oferecer um bombom para cada participante e outro bombom para cada um deles oferecerem para um servidor/a que não participou do grupo e que esteja na Unidade de Saúde.</p>