



Refletindo na APAED: autocuidado e saúde mental

Autor(res)

Heron Flores Nogueira
Milca Secundino Dos Santos
Hacsa Rocha Ferreira Novais
Jucivane Barbosa De Santana Dos Anjos

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA



Introdução

Este trabalho foi realizado com servidores da APAED - Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais e Deficientes de Taguatinga e Ceilândia/DF, no primeiro semestre de 2024, por alunas do quinto semestre, do curso de Psicologia, da Faculdade Anhanguera de Brasília. Além da observação direta na primeira visita, foi realizada a coleta de dados e informações, por meio de formulário, para um mapeamento que auxiliasse na construção de melhorias e incentivos em relação ao autocuidado e à saúde mental. Foi estimulada a participação dos servidores no Grupo Focal e para finalizar aconteceu um encontro com as equipes. Houve intencionalidade de verbalização das propostas de ações para a Instituição, conforme o que foi observado como prioridade para o grupo.

Objetivo

- Observar superficialmente o aspecto físico da Instituição e possíveis relações entre os servidores e assistidos;
- Assinalar indicativos de fragilidade ou não na saúde mental, relativa ao trabalho, por meio do preenchimento de formulário;
- Ponderar sobre a desmistificação do autocuidado, relativo à saúde mental;
- Sugerir ações, que contribuam para uma saúde mental mais saudável no trabalho.

Material e Métodos

O cronograma de atividades encontra-se detalhado no Anexo A deste documento. Estão apresentados os seguintes aspectos que compõem cada atividade: objetivos, duração, atividade prevista e recursos necessários.

Tais atividades de coletas de informações foram conduzidas pelas estagiárias, observando-se a prévia aprovação institucional das ações planejadas e com anuência da supervisão do estágio e da Instituição.

Recursos metodológicos:

- Observação direta;
- Entrevista;
- Formulário individual
- Grupo Focal;





- Encontro com as equipes de gerência dos colaboradores.

Resultados e Discussão

A partir da execução dessa intervenção esperou-se alcançar, a longo prazo, um ambiente mais acolhedor e produtivo, que estivesse atento às questões de saúde mental saudável para seus colaboradores.

O grupo de estudantes realizou a confecção de um Relatório final, baseado nos resultados obtidos, com propostas de ações a serem encaminhadas aos responsáveis pela instituição, por meio do qual poderão realizar mudanças ou mesmo adequar sua prática. Cabe ressaltar que o Relatório final foi entregue em mãos à Instituição, por meio de encontro presencial.

Conclusão

Diante dos objetivos propostos neste trabalho foi possível verificar o alcance deles, no desenrolar dos encontros previstos.

As dificuldades encontradas foram relativas aos ajustes de agenda, que aconteciam após os encontros presenciais, a pedido da Instituição.

Na apresentação das propostas de ações, foi percebida uma leve resistência, porque a princípio, as mesmas foram recebidas como críticas infundadas; o mesmo olhar atencioso para o assistido, poderia se voltar para o colaborador que receberia essa atenção com uma valorização do trabalho que desenvolve na Instituição.

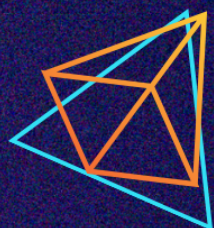
Referências

APAED. (5 de Abril de 2024). APAED. Fonte: Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais e Deficientes de Taguatinga e Ceilândia: <https://apaed.org.br/conheca-a-nossa-historia-novo>

Guimarães, L. A. (2004). Saúde mental e trabalho, vol III. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Ronaldo Fernandes e Milca Secundino. (30 de Agosto de 2022). Vivendo melhor -. Fonte: Google Apresentação: <https://docs.google.com/presentation/d/1NADTXbTjZ1Krk5IEuMNeVNWn-wExDFj7tvvHenCK0N4/edit#slide=id.p9>

3ª MOSTRA CIENTÍFICA



Anhanguera