

É como se fosse um abraço (*)

*Beatriz Maria Siaulys Palma da Fonseca
Isabella Matos
Jenniffer de Almeida Silva
Luiza Brum
Ruth Gelehrter da Costa Lopes*

Apresentação

O estágio faz parte do programa do Curso de Graduação em Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), correspondendo à obrigatoriedade curricular do Núcleo Atuação do Psicólogo em Instituições de Saúde, no 7º período. O local no qual se deu o estágio foi no Movimento Pró-Idoso (MOPI), fundado em 1975, que tem como objetivo ser um local de convivência para pessoas a partir dos 60 anos.

A instituição, localizada atualmente na Vila Romana na cidade de São Paulo, oferece atividades que propiciam o envelhecimento ativo e saudável; a possibilidade de elaboração de novos projetos de vida, tendo em vista a sua proteção, a prevenção ao isolamento e exclusão social. É um espaço amplo e cumpre com todas as exigências de acessibilidade e segurança diante das limitações da faixa etária. A equipe é composta por uma gerente, uma psicóloga, uma assistente social e uma auxiliar administrativa, além de duas agentes operacionais, uma que se encarrega da parte da alimentação, oferecendo lanches ao final das atividades e outra da parte da limpeza.

Formaram-se dois grupos de Reflexão - às segundas-feiras das 14:15 às 15:30 e às quintas-feiras das 10:15 às 11:45. Em ambos, foram 12 encontros, sendo a visita inicial à instituição, 10 vivências com o grupo de idosas previamente inscritas e uma devolutiva final à instituição parceira.

O grupo

Cada um dos Grupos de Reflexão foram compostos por duas estagiárias de Psicologia (7º período) e as participantes, que variaram de 17 pessoas inscritas inicialmente no grupo 1 e 14 no grupo 2. Os objetivos da proposta do grupo eram amplos e flexíveis, mas, a princípio, condisseram com o plano da Supervisão de Estágio do Curso de Psicologia da PUC-SP:

- Público-alvo: Pessoas de 60 anos ou mais em atividades de grupos.
- Objetivos da Intervenção:
 - contato com demandas afetivas dos indivíduos acima de 60 anos;
 - em situação de grupo;
 - em uma instituição prestadora de serviços a essa faixa etária.

A demanda do grupo, que orientaria o trabalho a ser realizado, foi sendo identificada ao longo do tempo, a partir dos encontros com cada um dos grupos, respeitando as singularidades. Nas supervisões (com as colegas e a profa. Ruth) pensávamos atividades que fossem ao encontro dos conteúdos trazidos pelas idosas e contemplassem os objetivos que foram construídos.

A autonomia na condução dos grupos que nos foi dada pela instituição, ainda que tenha trazido certa angústia inicial para as coordenadoras em formação, foi importante como processo de aprendizagem e permitiu que nossa intervenção fosse personalizada à demanda das frequentadoras.

Preparamos as primeiras atividades dos grupos com os seguintes objetivos: (1) que as integrantes se apresentassem entre si e a nós; (2) compreender, de modo geral, o vínculo das idosas entre si, sua situação atual de vida e sua relação com a instituição do MOPI e (3) o motivo pelo qual haviam se inscrito no grupo e o que procuravam encontrar ali.

Grupo 1 - Segundas-feiras 13:30-14:15 (estagiárias Isabella e Luiza)

O grupo começou com um total de 17 participantes na lista de chamada, embora nunca tenham ido todas em um só encontro. Após 4 semanas estabeleceu-se um grupo de 11 idosas que vinham semanalmente, ocorrendo faltas ocasionais.

Ao longo dos encontros observamos demandas em comum entre as participantes. Entendemos que um ponto importante para elas era a construção de um espaço em que pudessem compartilhar suas vidas e que proporcionasse acolhimento. Diante disso, estabelecemos a formação de vínculos como objetivo principal do grupo.

Percebemos logo nas primeiras semanas que se tratava de um grupo muito receptivo e facilmente instigado pela arte. Poesias, letras de músicas e afins, se tornaram nosso principal instrumento para estimular as reflexões.



Ao longo do processo, notamos também como o grupo não precisava de tantas intervenções para se conduzir. As participantes se mostraram abertas nesse papel, acolhendo umas às outras ao passo que também se identificavam com as histórias compartilhadas.

Grupo 2 - Quintas-feiras 10:15-11:45 (estagiárias Beatriz e Jenniffer)

O grupo teve início com 14 inscritos, embora nem todos tenham comparecido em um mesmo encontro. Durante o primeiro mês, houve alta rotatividade das participantes e, aos poucos, entre desistências e alguns com problemas de saúde, se estabeleceu um grupo regular com 8 idosas.

Nos primeiros encontros, nos dedicamos à apresentação do grupo e a estabelecer combinados, como as regras sobre o número de faltas, horários, duração do grupo e a importância do sigilo.

A partir do levantamento da demanda e das expectativas das idosas, observamos que a constituição de vínculos era um aspecto em comum, relacionado à solidão vivenciada por muitas. Buscavam novas relações e um espaço de compartilhamento, em que pudessem escutar as outras, falar e ser ouvidas de forma cuidadosa e acolhedora. Questões em torno do que ainda se pode no envelhecimento, - possibilidade de realizar coisas novas e de continuar a desenvolver-se -, faziam parte das reflexões. Deste modo, estabelecemos essas demandas como orientadoras das intervenções no grupo.

Observamos ao longo dos encontros que o grupo era muito receptivo às atividades, e se interessava por propostas novas e criativas. Um dos recursos mais utilizados foi a escuta conjunta de canções com posterior discussão das letras, mas como percebemos que a repetição do recurso lhes parecia cansativa, buscamos trazer uma variedade de atividades como ferramentas geradoras, incluindo exercícios corporais, imagens e recortes de frases disparadoras, entre outras dinâmicas.



Algumas observações

Agradecemos ao MOPI a oportunidade de realizar o estágio. Foi nossa primeira experiência coordenando um grupo e com o público idoso, de forma que nos proporcionou muitos aprendizados, situações prazerosas e também desafiadoras, que com certeza enriqueceram nossa trajetória profissional. Mais especificamente, agradecemos também a coordenação do MOPI, por proporcionar a continuidade desse campo de estágio com a supervisão da professora Ruth.

O relatório das atividades acima não cita conteúdos específicos das falas das integrantes dos grupos, nem seus nomes vinculados às situações descritas, respeitando o sigilo profissional e evitando a exposição das participantes.

Seguem apontamentos de percepções que construímos ao longo dos encontros e que julgamos importantes compartilhar, pensando na nossa contribuição para a coordenação do MOPI e os futuros estágios realizados:

Em relação ao espaço e à estrutura

Em relação ao espaço físico é importante destacar a acessibilidade do lugar, visto que a casa é repleta de rampas pouco íngremes com corrimão, piso tátil e banheiros acessíveis. Esses elementos demonstram um cuidado em relação à população atendida, a partir de uma compreensão de que não cabe à população idosa se adaptar ao ambiente no qual habita, mas que é nosso dever enquanto sociedade se adaptar à essa população. Além disso, nos chamou atenção a oferta de lanches todos os dias para as conviventes. O lanche oferecido, além de ser necessário como alimento, é culturalmente motivo para se socializarem e é um aspecto que impacta na permanência das conviventes na instituição. Notamos que os alimentos oferecidos eram pensados de acordo com o Manual Prático Para uma Alimentação Saudável da Secretaria Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social, evidenciando a atenção que o serviço tem em relação às pessoas que atende.

As usuárias têm forte vínculo afetivo com a instituição, expressão muito bonita e potente do tipo de trabalho que se realiza lá e do cuidado que recebem das funcionárias. São oferecidos diversos cursos, aulas, oficinas e rodas, pensadas não só para as acolherem, mas também para proporcionar aprendizados diversos, como: pilates, pintura em tela, zumba, informática, entre outros.

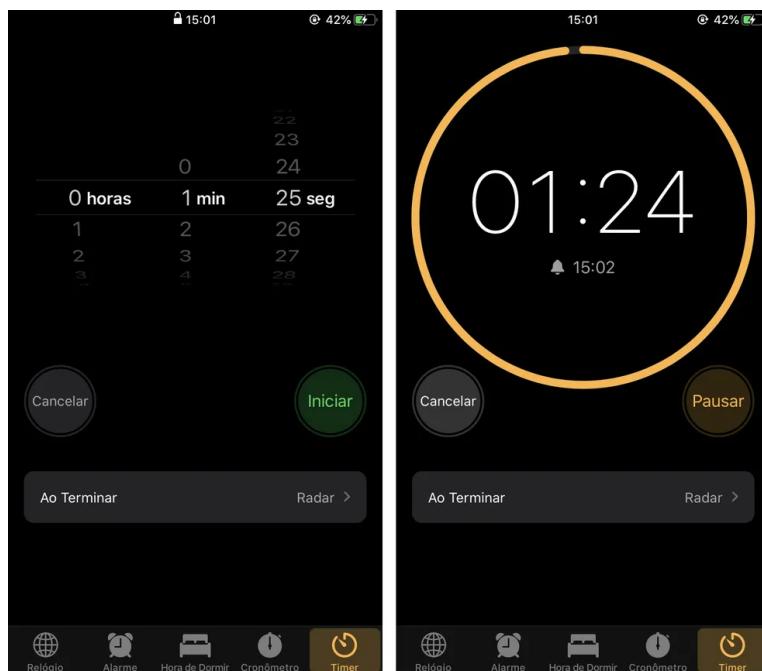
Em relação aos grupos

Vale destacar a qualidade da sala oferecida para realizarmos os Grupos de Reflexão, composta por todos elementos e materiais que eram essenciais à realização das atividades – não só com a mesa de centro e as cadeiras, mas também com uma lousa para facilitar a comunicação e elaboração de atividades e um ventilador para os dias mais abafados. O ambiente acolhedor que se observa entre as frequentadoras do MOPI, principalmente em relação às novas participantes, é uma postura construída e cultivada pela coordenação da instituição de forma notável, e é, inclusive, um fator que nos ajudou muito no começo da construção dos grupos, tornando as conviventes receptivas umas às outras e respeitosas em relação às falas das colegas.

Cabe chamarmos atenção, também, para a autonomia que a instituição nos deu na coordenação dos grupos. Graças a ela que pudemos construir grupos mais autossuficientes e independentes, aprofundando os vínculos entre as usuárias, consolidando espaços importantíssimos de acolhimento, sem nos preocuparmos excessivamente com burocracias abundantes ou empecilhos desgastantes.

Dificuldades enfrentadas e soluções que encontramos

Uma das dificuldades presentes durante todo o processo do grupo, foi que algumas das participantes monopolizavam a fala e puxavam os temas de discussão para si: o que consequentemente dificultava o manejo do grupo e a inclusão das demais. Principalmente em relação àquelas que faziam relatos muito longos e não ouviam as outras, elaboramos em supervisão propostas de intervenções e sugestões de atividades que enfrentassem a centralização da palavra. Uma estratégia utilizada no grupo 2 foi a delimitação do tempo das falas com um cronômetro em uma primeira etapa da conversa para, então, tendo garantido que todas tivessem a oportunidade de expressar-se, abrir a roda para costurar um diálogo mais livre e espontâneo. Assim, as participantes acostumaram-se a administrar o próprio tempo de fala e de escuta das outras dentro do período disponível para o encontro.



Outras integrantes demonstraram maior dificuldade em expressar-se nas conversas e reflexões propostas, mantendo certo distanciamento, expondo-se menos e articulando falas mais pragmáticas e concretas sobre os temas. Pareceu-nos necessário respeitar o limite de cada uma no que se sentiam confortáveis para compartilhar, sem forçar, mas sem deixar de convidá-las a se colocarem, incentivando-as e destacando que suas falas seriam bem-vindas. A intimidade, o sigilo, o respeito, o cuidado com as histórias de vida e as singularidades facilitaram a permanência das conviventes com postura mais fechada, de modo que, com nosso convite, aos poucos, gradualmente aconteceu maior abertura para o lúdico, para a troca com o outro.

Constatamos a dificuldade das participantes em se ouvirem, ou seja, lidar com a alteridade sem explicitar julgamento e opiniões divergentes. Através das dinâmicas propostas e do tempo de fala, essa foi uma questão central dentre as que foram trabalhadas e percebemos que houve mudanças no modo como interagiam mais

engajadas nos relatos e até demonstraram mais vontade e disposição para se escutar.

A perda de audição era uma questão que prejudicava as trocas, pois aquelas com limitações não ouviam e ficavam quietas por não saberem do que se tratava a conversa, ou falavam sem parar e inoportunamente, pois efetivamente não escutavam as outras. Pontualmente, optamos por manejar a situação escrevendo as instruções da atividade no celular em letras grandes, pois eram alfabetizadas, e fazendo um lembrete para trazer o aparelho auditivo na semana seguinte. Como intervenção, no grupo 1 foi levado fones de ouvido e utilizado o recurso "Ouvir Ao Vivo" do sistema IOS, no qual aumenta o som das vozes para acessibilidade de pessoas com baixa audição. No grupo 2, houve uma situação em que a própria convivência com as outras participantes despertou o interesse por adquirir o aparelho auditivo, pelo desejo de escutar as outras e melhor integrar-se.



Sugestões

Há grande rotatividade, seja de pessoas que vinham apenas uma vez, ou das que apresentavam faltas justificadas constantemente. Diante disso, percebemos que esse aspecto interfere não só no andamento como no vínculo do grupo, visto ser um modelo fechado. Ou seja, não cabe a entrada de novas pessoas após o início; assim, rotatividade não é esperada. Dois fatores provavelmente estão contribuindo com a ocorrência: o critério de faltas para desligamento e o grande número de pessoas colocadas inicialmente.

Em relação ao critério de desligamento (a perda da vaga após duas faltas justificadas), acreditamos que seria interessante uma modificação. Levando em consideração que são apenas 10 encontros com o grupo e que a presença de cada integrante é imprescindível para que se atinja os objetivos, pensamos que seis encontros é o mínimo para que a pessoa consiga acompanhar o andamento do grupo. Portanto, sugerimos avisar ao interessado desde o primeiro momento de inscrição, que o máximo de faltas que pode ter são quatro, explicando os motivos já citados, assim desde o começo terá autonomia para manejar suas ausências, em momentos de maiores necessidades.

Nos dois Grupos de Reflexão, foi proposto começarmos com um número de pessoas em torno de 14 a 17, quantidade essa que achamos demasiada e que avaliamos que atrapalha consideravelmente o andamento do grupo. Isso se dá pois, num grupo grande a circulação da palavra se torna mais necessária, e para que todos conseguissem participar, seria necessário um tempo maior do que 1h30 de duração. Não havendo esse tempo, é possível que a palavra não circule de uma forma proporcional, gerando incômodo em alguns participantes, acarretando no afastamento e/ou saída desses.

Sendo assim, sugerimos o planejamento de uma triagem/folder explicativo, dado que os grupos se formam a cada semestre. Essa etapa é essencial para identificar demandas e pensar de que maneira agrupá-las; no início de cada grupo, os dados já estariam disponíveis para as respectivas coordenadoras.

Conclusão

A importância do espaço fornecido pelo MOPI às participantes é indiscutível. Visto que, ao promover um ambiente em que não só temas alegres e lúdicos, mas também dolorosos puderam ser conversados. Foram grupos que eram mais do que só a escuta e a fala em si, mas que se tornaram um espaço de acolhimento. Isto ficou muito claro na devolutiva, quando pudemos perceber a importância deste espaço, recebido como “um abraço” - como nos foi dito, por cada uma que estava lá.

Uma demanda que se destacou era o desejo de formação de vínculos entre as participantes, para além daquele espaço do grupo. Avaliamos que esse objetivo se cumpriu, dado que a cada encontro percebemos um estreitamento de laços cada vez mais significativos.

(*) O estágio faz parte do programa do Curso de Graduação em Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), obrigatoriedade curricular do Núcleo Atuação do Psicólogo em Instituições de Saúde, no 7º período. Supervisora: Ruth Gelehrter da Costa Lopes. Núcleo: Atuação do Psicólogo em Instituições de Saúde. Local: Movimento Pró Idoso (MOPI) - 1º Semestre - 2023

Data de recebimento: 18/08/2023; Data de aceite: 15/09/2023

Beatriz Maria Siaulys Palma da Fonseca – Estudante do curso de Psicologia, 7º período, da PUC-SP, 2023. Email: beatriz.msp.fonseca@gmail.com

Isabella Matos - Estudante do curso de Psicologia, 7º período, da PUC-SP, 2023. Email: injdematos@gmail.com

Jenniffer de Almeida Silva - Estudante do curso de Psicologia, 7º período, da PUC-SP, 2023. Email: jennifer901@gmail.com

Luiza Brum - Estudante do curso de Psicologia, 7º período, da Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde, PUC-SP, 2023. Email: luizabrum888@gmail.com