

■ DOSSIÊ - RELATOS DE EXPERIÊNCIA

■ O jogo dramático no cuidado em saúde mental em vivência com estudantes de nível técnico: relato de experiência



Ana Socorro de Moura*

Geisa Sant'Ana**

Estela Ribeiro Versiani***

Ludmila Caetano de Moura****

Liriah Rodrigues Burmann Alves*****

Frederico Caetano de Moura*****

Resumo: O objetivo deste trabalho é relatar a experiência da utilização do jogo dramático em vivência com estudantes do curso técnico de enfermagem da Escola Técnica de Saúde de Brasília. Participaram 27 estudantes, conduzidos por psicodramatista sócioeducacional, em três etapas clássicas: aquecer, dramatizar e processar/compartilhar. Na fase de compartilhamento, eles expressaram sofrimento e angústia diante de dificuldades identificadas nas práticas do estágio curricular, tais como: falta de tempo para desenvolver procedimentos adequadamente; sobrecarga de atividades; contato direto com a dor do outro e percepção de condições ocupacionais precárias. Ao compartilhar o próprio sofrimento e acessar o do outro, a experiência oportunizou refletir sobre a vulnerabilidade humana e ampliar o autoconhecimento. O jogo dramático, ao proporcionar aos estudantes a possibilidade de ressignificar sua prática profissional, pode ser um instrumento pedagógico de grande valor.

Palavras-chave: Saúde mental. Psicodrama. Técnico de enfermagem. Educação técnica em enfermagem. Estudante de enfermagem. Aprendizagem ativa.

Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade de Brasília. Psicodramatista, Psicopedagoga. Enfermeira da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal e enfermeira docente da Escola Técnica de Saúde de Brasília. Contato: prof.ana10@gmail.com.

*** Doutora e Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade de Brasília. Enfermeira da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal e enfermeira docente da Escola Técnica de Saúde de Brasília. Contato: geisa.s.ana@gmail.com.*

**** Doutora em Psicologia e Mestre em Psicologia Clínica pela Universidade de Brasília. Psicóloga da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal e docente do curso de medicina da Escola Superior de Ciências da Saúde /FEPECS. Contato: estela.versiani@gmail.com*

***** Especialização em dependência química e Psicoterapia breve psicodinâmica. Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) da Secretaria de Assistência Social, São João D'aliança-GO. Professora convidada da Escola Técnica de Saúde de Brasília/ETESB. Contato: ludmilacm90@gmail.com.*

****** Mestranda em Ciências do Comportamento pelo Departamento de psicologia Universidade de Brasília. Docente da instituição Querubim Saúde Centro Técnico de Enfermagem. Contato: Inamrub@gmail.com.*

****** Médico. Residente em Cirurgia Geral. Escola Superior em Ciências da Saúde, Fundação de Ensino e Pesquisa em Ciências da Saúde ESCS/FEPECS. Secretaria de Estado de Saúde de Brasília. Contato: fredcm90@gmail.com.*

A integralidade da atuação do profissional de enfermagem resgata a gênese da profissão historicamente edificada pela precursora Florence Nightingale e relaciona a enfermagem às características de um trabalho com gratificações psicológicas. É notória a idealização de um ofício que compreende o cuidar do outro com amor, modéstia e dedicação, o que traz, como consequência, a satisfação profissional com foco no melhor atendimento ao paciente acompanhada do sentimento do dever cumprido, de ser útil e valorizado (PAULA et al., 2010).

A enfermagem é uma profissão que disponibiliza diversas oportunidades de trabalho e realização, solidificadas em âmbito intelectual e emocional. Entretanto, no decurso do trabalho de cuidar do outro, os profissionais de enfermagem são submetidos à sobrecarga de trabalho, com longas jornadas em ambientes intensamente insalubres, além da convivência cotidiana com a dor, a doença e a perda de seus pacientes. Tudo isso provoca ônus para esse ser humano cuidador, com repercussão danosa em seu estado psíquico, com maior potência que os danos físicos (FERREIRA; FERREIRA, 2014; SOUZA, 2015).

O lidar com incertezas e limitações da assistência expõe a equipe de enfermagem a vulnerabilidades, resultando em sofrimento, estresse e ansiedade, tornando-se um verdadeiro perigo à sua saúde, premissa que prevê a necessidade de um redirecionamento na sua forma de trabalho (RODRIGUES et al., 2014).

Nesse contexto, destaca-se que a prática do técnico de enfermagem, que é focada em contato pessoal, íntimo e contínuo com o paciente, em ações de higiene que privilegiam seu conforto, exige dele grande dedicação na prestação de cuidados, com atividades intensas e repetitivas, em circunstâncias de trabalho inseguras, o que traz prejuízo à sua saúde mental, intensificando, assim, a chance de adoecer. É importante destacar, ainda, a relevância da categoria profissional, predominante na área da saúde e na equipe de enfermagem, e que sua atuação e/ou adoecimento repercute, devido às suas ausências, em toda a comunidade/clientela (ARAÚJO et al., 2020; ELIAS; NAVARRO, 2006).

A saúde mental é descrita pela OMS (2018, p. 1) como “um estado de bem-estar no qual a pessoa percebe suas capacidades e é capaz de enfrentar as tensões normais da vida, trabalhar de forma produtiva e contribuir com sua comunidade”. A saúde mental e o bem-estar são primordiais para nossa habilitação pessoal e comunitária de raciocinar, expressar sentimentos, nos relacionar com o outro, ganhar a vida e usufruir dela com qualidade.

À vista disso, a contribuição teórica do psicodrama como abordagem pedagógica faz conexão com a promoção da saúde mental em função de sua perspectiva de criatividade e espontaneidade. Criado por Moreno (1889-1974), o psicodrama tem suas raízes no teatro, com ações no aqui e agora, o que favorece a identificação do potencial terapêutico da dramatização. O jogo dramático, ou técnica psicodramática, utiliza as estratégias fundamentais do psicodrama, bem como permite o desenvolvimento das três fases da Matriz de Identidade: identidade do EU, reconhecimento do EU e reconhecimento do TU (FONSECA, 2008; MORENO, 1978).

Ao interligar a prática da espontaneidade e da criatividade, o jogo dramático favorece a abordagem de conteúdos diversos, com a potencialização do lúdico e a redução das barreiras de defesa, de forma a harmonizar a concentração, o autoconhecimento, a criatividade com verbalização de vivências e, assim, conduzir a uma reflexão da atuação profissional (MOURA et al., 2018a). Nesse sentido, uma das formas de amenizar a exposição psicológica negativa no exercício do trabalho da enfermagem seria a promoção de espaços de vivências durante a formação, a fim de minimizar a vulnerabilidade desse profissional.

Dessa forma, este trabalho tem o objetivo de relatar a experiência da utilização do jogo dramático por meio de um espaço de vivência com os estudantes do curso técnico de enfermagem da Escola Técnica de Saúde de Brasília.

1. Metodologia

A metodologia do estudo refere-se a um relato de experiência educacional de professores da Escola Técnica de Saúde de Brasília (ETESB), no ano de 2019. Relaciona-se com o uso do jogo dramático, no sentido de promover a saúde mental do profissional de saúde do curso técnico de enfermagem.

1.1 O jogo dramático - aplicação

Ao ofertar a chance de obter novos conhecimentos na forma de vivências durante o último módulo do curso técnico de enfermagem, os professores propiciaram um espaço para que os estudantes pudessem experimentar o cuidado em saúde mental. Nesse momento do curso, os 27 estudantes já estavam realizando estágio supervisionado e quase totalizando a parte teórica da formação.

Os estudantes foram convidados a sair da sala de aula e usufruir a manhã de sol debaixo das árvores, em um “cenário” organizado previamente, no estacionamento da escola. Embora cientes da proposta a ser

desenvolvida como um todo, desde o início, alguns se sentiram constrangidos pela saída da área de conforto. Relutância compreensível, em virtude do hábito de ter a sala de aula, prioritariamente, como ambiente de ensino e aprendizagem.

A condução do grupo foi desenvolvida por psicodramatista socioeducacional e a orientação da atividade percorreu as três etapas clássicas do jogo dramático □ aquecer, dramatizar e processar/compartilhar. O conjunto de jogos empregados referenciou o descrito por Yozo (1996), útil para a abordagem psicodramática em escolas, por estabelecer uma boa relação com as fases da Matriz de Identidade (FONSECA, 2008; MORENO, 1978).

Inicialmente, foi realizado um contrato de convivência que, entre outros aspectos, deixava clara a questão do sigilo e do respeito sobre cada compartilhamento na vivência. Os estudantes, em círculo, observavam o psicodramatista de forma circunspecta e na expectativa do que iriam experimentar. A vivência ocorreu em três fases diferentes, no período matutino, com um total de 12 horas/aula.

Aplicação da primeira fase (aquecimento específico): momento de preparo dos estudantes para a construção do papel, com o intuito de produzir o lúdico, gerar uma área de descontração e despertar a aproximação (identidade do EU). Foram escolhidos jogos em que houvesse a interação do indivíduo com o espaço e o ambiente de forma a levá-lo a perceber o desempenho dos seus órgãos dos sentidos numa proposta do “eu-comigo”, sem o toque ao outro, mas apenas a si mesmo. Os jogos escolhidos foram: um bicho; um carro; uma flor; um instrumento musical; jogo do novelo; percepção de objetos; jogo do andar e descoberta de si mesmo. Durante a atividade houve manifestação de risos, indiferença, alegria, mas estacumpriu seu propósito ao participarem ativamente.

Logo após, aconteceu a segunda fase (dramatização): trata-se do jogo dramático em si, que favorece a identificação de conflitos (reconhecimento do EU). Essa fase envolveu a sensopercepção e o início da comunicabilidade, com momentos de toque físico entre os membros do grupo. Constituiu-se de jogos individuais e em duplas, o que oportunizou uma perspectiva mais ampla do grupo. Os jogos propostos trabalharam a percepção de si mesmo e do outro, em contato com o processo de se reconhecer e de se colocar no lugar do outro: escravos de Jói; adivinhação dos bichos; telefone sem fio; aponte o que ouviu; dança de costas; jogo do equilíbrio e jogo das canetas.

A terceira fase (Processamento/compartilhamento): momento de releitura da dramatização (reconhecimento do TU). Houve participação de todos os estudantes,

tanto em duplas quanto em trios e quartetos com intercomunicação, interação completa e coesão grupal. Ocasão que possibilitou o contato físico interpessoal, permitindo ao próprio grupo ser protagonista. Os jogos preparados foram: gato e rato; guia do cego; jogo dos balões; o caracol humano; jogo do círculo.

As falas de compartilhamento dos estudantes expressaram as dificuldades identificadas durante as práticas do estágio curricular, tais como: o trabalho em equipe; a falta de tempo para desenvolver procedimentos de cuidados de enfermagem; a sobrecarga de atividades técnicas no cenário de prática levando, muitas vezes, à desmotivação com a futura profissão; o contato direto com a dor e o sofrimento do outro; a ansiedade da “prática profissional” e a percepção de condições ocupacionais precárias.

2. Arcabouço conceitual

O jogo dramático está incorporado no psicodrama e tem sua definição como uma “atividade que permite avaliar e desenvolver o grau de espontaneidade e criatividade do indivíduo, através das suas características, estado de ânimo e/ou emoções na obtenção e resolução de conflitos ligados aos objetivos propostos” (YOZO, 1996, p. 17). Existe uma distinção entre jogos dramáticos – que têm sua origem no teatro ligado ao papel do ator – e o jogo dramático – que propicia a pronta ludicidade e ajuda a resolver conflitos.

O psicodrama é uma teoria conectada ao trabalho em grupo, com meios e procedimentos ativos. Produz uma experiência com o lúdico de forma que o indivíduo entra em contato consigo e contempla perspectivas de criar respostas diferentes a situações de risco. Isso pode repercutir na qualidade de vida, numa ação de promoção da saúde mental e auxílio no entendimento de processos que podem causar danos ao indivíduo, conforme Silva; Silva (2019).

Durante as atividades em grupo, o participante percorre as três fases da Matriz de Identidade, ou seja, ao se descobrir e se reconhecer num grupo (identidade do eu); depois com a identificação do outro, quem é o outro e como me percebo e me achego a ele (reconhecimento do eu) e, por fim, como é o outro e como ele se percebe, pensa e se compreende em relação a mim e vice-versa (reconhecimento do tu), como o que apontam Fonseca (2008) e Moreno (1978).

Dessa forma, a utilização da teoria moreniana para a promoção e prevenção da saúde mental é uma experiência que conduz à identificação de determinantes que influenciam no processo de saúde e doença e que pode causar um impacto favorável na vida dos estudantes, o que contribui para sua formação profissional.

Enfatiza-se, portanto, que desfrutar de um espaço com liberdade para verbalizar dificuldades, angústias, ansiedades e, conseqüentemente, ouvir com atenção a fala dos colegas provoca uma ação de pertencimento ao grupo e de reflexão da prática, repercutindo na sua qualidade de vida e atuação profissional (MOURA et al., 2018b).

É essencial se conhecer e conhecer o outro, pois, ao entrar em contato com novas formas de aprender, surge a possibilidade de analisar criticamente seu trabalho, sua vida. Dessa maneira, o jogo dramático, como proposta pedagógica, concede a oportunidade de treinar o respeito às diferenças para progredir na profissão de forma integral e contribuir para reflexões e fortalecimento do processo de ensino e aprendizagem em situações diferenciadas (CAPELLINI; BELLIDO, 2008).

Segundo Furtado e colaboradores (2013), o jogo dramático, ao proporcionar a possibilidade do autoconhecimento, da adaptação ao mundo e das relações interpessoais, apresenta potencialidade para levar o futuro profissional a adotar uma nova postura que favoreça a busca da resolução de problemas no cotidiano do trabalho.

Considerações finais

O cuidado em Enfermagem se manifesta na preservação do potencial saudável do indivíduo, incluindo o acolhimento, a compreensão e o auxílio no processo do entendimento do significado de estar doente, envolvendo o sofrimento e a dor. Essa atitude predispõe os estudantes e/ou profissionais da Enfermagem a dificuldades no cotidiano do trabalho, interferindo, significativamente, em sua saúde mental.

Faz-se necessário o reconhecimento da grande contribuição dos espaços de vivências destinados a favorecer a saúde mental do futuro profissional de saúde como estratégia de promoção do bem-estar e qualidade de vida, na medida em que viabilizam a percepção dos sentimentos e vulnerabilidades e o autoconhecimento, destinados à busca da reflexão sobre a prática, sobre recuperar as motivações para a profissão e sobre o fortalecimento de seu papel como cuidador.

Compreender a trajetória profissional da Enfermagem envolve dificuldades não somente técnicas, mas inclui também a necessidade de lidar com aspectos emocionais, com a dor mental do Eu e do paciente, e descortina a necessidade de criar, cada vez mais, espaços de compartilhamento e trocas que ajudam a reduzir as angústias e propiciam estabelecer o melhor, enquanto no papel profissional que lida e cuida de gente, pois o caminhar com o sofrimento do outro envolve sentir.

A experiência permitiu verificar que, quando o estudante aceitou e se entregou ao caminho do autoconhecimento, o desfecho promoveu o encontro consigo e com o outro e proporcionou a oportunidade de refletir sobre as vulnerabilidades humanas. Vivenciar o sofrimento do outro amplia o autoconhecimento, a visão de mundo e possibilita o amadurecimento pessoal, identificados aqui como oportunidade de aprendizado. E mais, observou-se uma disposição para promover a saúde e o cuidado integral, independentemente das dificuldades, fragilidades, angústias e temores compreendidos e que estão ligados ao exercício profissional. Dessa forma, o jogo dramático se manifesta como um instrumento pedagógico de grande valor por proporcionar uma forma de repensar a prática profissional, enquanto estudantes.

Referências

- ARAÚJO, M. S. et al. Análise das normativas orientadoras da prática do técnico de enfermagem no Brasil. **Rev. Bras. Enferm.**, Brasília, v.73, n. 3, 2020. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0322> Disponível em: https://www.scielo.br/pdf/reben/v73n3/pt_0034-7167-reben-73-03-e20180322.pdf. Acesso em: 08 out. 2020.
- CAPELLINI, V. L. M. F.; BELLIDO, L. P. O que os professores pensam sobre os jogos dramáticos? **Olhar de professor**, Ponta Grossa, v. 11, n. 2, p. 383-401, 2008. Disponível em: <http://www.uepg.br/olhardeprofessor>. Acesso em: 08 out. 2020.
- ELIAS, M. A.; NAVARRO, V. L. A relação entre o trabalho, a saúde e as condições devida: negatividade e positividade no trabalho das profissionais de enfermagem de um hospital escola. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 14, n. 4, p. 517-525, ago. 2006. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692006000400008&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 06 out. 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692006000400008>.

- FERREIRA, M. M.; FERREIRA, C. Carga mental e carga psíquica em profissionais de enfermagem. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, Porto, n. esp. 1, p. 47-52, abr. 2014. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S164721602014000100008&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 06 out. 2020.
- FONSECA, J. **Psicodrama da loucura**. 7. ed. São Paulo: Ágora, 2008.
- FURTADO, J. P. et al. A elaboração participativa de indicadores para a avaliação em saúde mental. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 1, p. 102-110, jan. 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2013000100012&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 06 out. 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2013000100012>.
- MORENO, J. L. **Psicodrama**. São Paulo: Cultrix, 1978.
- MOURA, A. S. et al. Jogo dramático e a saúde mental do docente. **Com. Ciências Saúde**, v. 29, n. 4, p. 265-272, 2018a. Disponível em: <http://www.escs.edu.br/revistaccs/index.php/comunicacaoemcienciasdasaude/article/view/330>. Acesso em: 30 set. 2020.
- MOURA, A. S. et al. O estudante de graduação e a vivência em rodas de Terapia Comunitária. **Com. Ciências Saúde**, v. 29, n. 4, p. 255-264, 2018b. Disponível em: <http://www.escs.edu.br/revistaccs/index.php/comunicacaoemcienciasdasaude/article/view/345>. Acesso em: 30 set. 2020.
- OMS. **Saúde mental: fortalecendo nossa resposta**. Organização Mundial da Saúde. 2018. Disponível em: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Acesso em: 22 set. 2020.
- PAULA, G. S.; FONTES-REIS, J.; CONCEIÇÃO-DIAS, L.; DAMÁSIO-DUTRA, V. F.; SOUZA-BRAGA, A. L.; ANTUNES-CORTEZ, E. O sofrimento psíquico do profissional de enfermagem da unidade hospitalar. **Aquichan**, Colômbia, ano 10, v. 10, n. 3, dez. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/pdf/aqui/v10n3/v10n3a08.pdf>. Acesso em: 06 out. 2020.
- RODRIGUES, E. P. et al. Prevalência de transtornos mentais comuns em trabalhadores de enfermagem em um hospital da Bahia. **Rev. bras. enferm.**, Brasília, v. 67, n. 2, p. 296-301, abr. 2014. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003471672014000200296&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 06 out. 2020. <http://dx.doi.org/10.5935/0034-7167.20140040>.
- SILVA, L.K. C.; SILVA, E. A. Psicodrama e atividades lúdicas na promoção e prevenção da saúde mental infantil. **Rev. NUFEN**, Belém, v. 11 n. 1, p. 215-231, abr. 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S217525912019000100014&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 06 out. 2020. <http://dx.doi.org/10.26823/RevistadoNUFEN.vol11.nº01rex26>.
- SOUZA, I. A. S. et al. Processo de trabalho e seu impacto nos profissionais de enfermagem em serviço de saúde mental. **Acta paul. enferm.** [online], v.28, n.5, p.447-453, 2015. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0194201500075>.
- YOZO, R. Y. K. **100 jogos para grupos: uma abordagem psicodramática para empresas, escolas e clínicas**. São Paulo: Ágora, 1996.