

PLANTÃO DE ACOLHIMENTO PSICOLÓGICO: FICÇÕES E REFLEXÕES DE UM PLANTONISTA DO PROJETO DE EXTENSÃO DIZ AÍ

NÍCOLAS CARDOZO BIN¹; MIRIAM CRISTIANE ALVES²;

¹*Universidade Federal de Pelotas – nicolasbin95@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – oba.olorioba@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como objetivo refletir sobre a dinâmica do plantão de acolhimento psicológico do projeto de extensão Diz Aí, seus desafios e contribuições para a saúde mental das pessoas acolhidas. A participação no projeto Diz Aí: Clínica Feminista e Antirracista, como plantonista, tem sido uma experiência deveras enriquecedora para a minha formação em psicologia. Isso porque possibilita uma interação com uma prática clínica contextualizada e voltada à demanda espontânea, onde há encontro com o inesperado, que faz parte dos desafios desse modelo.

Na psicologia contemporânea, o plantão psicológico emerge como uma prática clínica inovadora e essencial. Pensado para oferecer atendimento psicológico imediato e pontual, o plantão psicológico se destaca por sua abordagem focada em questões emergenciais, como crises emocionais, traumas e lutos, proporcionando um espaço de escuta atenta e acolhedora. Ao contrário da psicoterapia tradicional, essa modalidade não requer agendamento prévio ou um compromisso terapêutico de longo prazo, tornando-se acessível em diversos contextos, como hospitais, escolas, empresas e serviços-escola de psicologia. (REBOUÇAS; DUTRA, 2010; SOUZA; SOUZA, 2011).

O projeto de extensão tem possibilitado a seus estudantes o desenvolvimento de habilidades não somente clínicas, como também, éticas e políticas. As supervisões, em conjunto com os Seminários de Métodos e Práticas Profissionais I e II: Psicologia e Processos de Promoção e Prevenção, são fundamentais para se refletir a atuação clínica. A supervisão oferece amparo às experiências de acolhimento e o suporte teórico-prático, enquanto os seminários permitem a discussão e reflexão sobre os conceitos de clínica e sua aplicação prática. A experiência no plantão do Diz Aí, proporciona o desenvolvimento de capacidades essenciais à prática clínica, como a presença, a atenção, o acolhimento e a aceitação. Mas para além disso, o projeto se destaca ao dar enfoque às relações raciais, de gênero e sexualidade, qualificando e dando suporte ao acolhimento das diversidades. Essa escuta atenta a questões tão emergentes é um grande diferencial do projeto. É dessa experiência que trata este estudo.

2. METODOLOGIA

O presente estudo constitui-se como um relato de experiência que se utiliza da narrativa ficcional para pôr em discussão a experiência de um estudante de psicologia no plantão psicológico. Costa (2014), defende que “o uso da ficção como estratégia agenciada à problematização de um campo de pesquisa nos permite a complexificação do “objeto”, dar densidade” e também, que, “a ficção fia mundos onde a confiança ultrapassa a fidedignidade sem perder realidade”.

Assim sendo, a partir de experiências no plantão de acolhimento psicológico, propõe-se criar uma narrativa ficcional, colocando em análise a vivência clínica desde a teoria. A narrativa ficcional se assemelha a uma crônica narrativa, buscando trazer uma aproximação com a experiência vivenciada pelo estudante, destacando a importância da escuta clínica como ferramenta de trabalho.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na sala de acolhimento, o ambiente parecia uma ilha de calmaria, quando chega Carolina. Ela se acomodou na cadeira, o olhar perdido em pensamentos distantes, antes de começar a falar. Carolina inicia associando livremente:

É difícil colocar em palavras, mas sinto como se estivesse presa em um labirinto escuro. Meu último semestre de enfermagem deveria ser um triunfo, mas parece que estou me afundando em um mar de incertezas e ansiedade. Eu acho que tenho depressão.

Meu trabalho de conclusão de curso é como uma sombra sobre mim. Eu deveria estar animada por estar tão perto da formatura, mas a ideia de escolher um tema, fazer pesquisas e escrever tudo me paralisa.

Desde que me mudei para esta cidade para estudar, tenho sentido a falta de um apoio maior. É difícil estar longe da minha família e amigos de longa data. Eu tenho alguns amigos próximos. Eles têm sido como uma âncora para mim. Quando a solidão bate, sei que posso contar com eles. Inclusive, algumas vezes eles tem me acompanhado para ir às aulas, quando não tenho forças para isso.

As vezes sinto como se uma névoa escura estivesse envolvendo tudo. Antes, eu era tão entusiasmada, mas agora mal consigo encontrar a motivação para levantar da cama. Sinto-me culpada por não estar aproveitando essa fase da minha vida ao máximo. Às vezes parece que estou afundando cada vez mais fundo. Sinto que não tenho controle sobre minha própria mente. Eu quero acreditar em uma melhora. Quero me libertar dessa escuridão e recuperar o rumo na minha vida.

Obrigada por me ouvir. Às vezes, só falar sobre isso já me faz sentir um pouco melhor. Agradeço por esse momento.

Carolina compartilhou sua situação atual marcada por muito sofrimento e com a sensação de estar presa em um labirinto de incertezas. Ela descreveu como a solidão e a falta de apoio podem ser esmagadoras, mas também reconheceu o valor da amizade como uma potencialidade em sua vida. Através do acolhimento, ela encontrou um alívio momentâneo e a capacidade de falar sobre suas preocupações, dando um passo em direção a uma possível melhora.

O acolhimento abre a possibilidade para a pessoa falar do que ela quiser e o plantonista precisa estar atento para acolher essa pessoa e todas suas singularidades. Para SOUZA e SOUZA (2011), o plantonista deve basear suas ações em atitudes facilitadoras, e suas intervenções devem se adaptar às necessidades e à motivação internas da pessoa que está sendo atendida, para, em conjunto com o plantonista, explorar a vivência imediata da pessoa, em busca de potencialidades a serem desenvolvidas. A escuta e atenção do plantonista são fundamentais para criar um ambiente de segurança, no qual a pessoa sinte-se acolhida e compreendida.

Na sala do plantão, o ambiente tranquilo proporcionou a Marina um breve alívio do turbilhão emocional que dominava sua vida. Ela se acomodou na poltrona,

olhar marcado pela tristeza, antes de começar a falar. Marina inicia associando livremente:

É difícil encontrar as palavras para expressar o que tenho enfrentado desde a perda do meu irmão. O luto é um peso que carrego todos os dias. É um desafio. Ele se foi por suicídio. E saber que não pude fazer nada é devastador. Eu sei de forma racional que não tenho culpa. Mas meu coração não entende. E agora, com minhas filhas pequenas para cuidar, me falta energia. Meu marido tem sido meu grande apoio. Sem ele, não sei como enfrentaria tudo isso.

É como estar presa em um ciclo de tristeza e vazio. A dor afeta tudo. Até as coisas que costumavam me alegrar. Eu só queria encontrar um pouco de paz e alegria novamente. Às vezes, é difícil acreditar que a vida possa melhorar. Mas preciso acreditar, por mim e por minhas filhas. Eu espero que haja uma solução. Eu quero muito recuperar o ânimo. Pelas minhas filhas, por mim e por meu marido. As vezes sinto que preciso ser forte e não deixar que vejam minha dor, é bom poder compartilhar isso. Agradeço por ser ouvida e por estar aqui. Bem... acho que já falei tudo o que eu tinha em mente por hoje. Obrigada...

Marina compartilhou o profundo luto que sente pela perda de seu irmão. Ela descreveu como o peso dessa perda afeta todos os aspectos de sua vida e acarreta sentimentos de culpa. No entanto, ela também expressou a esperança de encontrar paz e alegria novamente, mesmo que isso pareça difícil. O atendimento proporcionou a ela a oportunidade de compartilhar sua dor, se escutar e elaborar uma possibilidade de melhora.

O plantão de acolhimento psicológico proporciona um encontro com o outro, uma possibilidade de compartilhar sofrimentos que muitas vezes as pessoas não querem demonstrar, que guardam para si. Para REBOUÇAS e DUTRA (2010), o objetivo do plantão psicológico é receber a pessoa e criar um ambiente onde ela possa expressar seu sofrimento e tomar decisões sobre o tipo de suporte que deseja, seja aconselhamento, orientação ou psicoterapia. O plantonista, ao acolher, tem a oportunidade de explorar não apenas a queixa inicial, mas também outras possibilidades de entendimento dessa queixa. O acolhimento psicológico é caracterizado pela disponibilidade e flexibilidade em oferecer diferentes opções de ajuda e a prática do psicológico se define pela abertura do terapeuta em acolher qualquer necessidade que surja.

4. CONCLUSÕES

Pode-se concluir que o plantão psicológico é um modelo de atendimento voltado ao acolhimento e a escuta terapêutica do sofrimento do outro. Tanto Carolina quanto Marina encontraram no plantão um espaço seguro para compartilhar seus embates emocionais. Carolina atravessa uma fase de incertezas em relação à sua formação e sintomas depressivos, enquanto Marina lida com o luto pela perda de seu irmão. Ambas destacam como o apoio e a oportunidade de falar sobre suas preocupações foram essenciais.

5.REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

COSTA, L. A.. O corpo das nuvens: uso da ficção na Psicologia Social. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 26, n. spe, p. 551–576, 2014. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1984-0292/1317>>.

REBOUCAS, Melina Séfora Souza; DUTRA, Elza. Plantão psicológico: uma prática clínica da contemporaneidade. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia , v. 16, n. 1, p. 19-28, jun. 2010 . Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672010000100004&lng=pt&nrm=iso>.

SOUZA, B. N. DE .; SOUZA, A. M. DE .. Plantão psicológico no Brasil (1997-2009): saberes e práticas compartilhados. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 28, n. 2, p. 241–249, abr. 2011. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-166X2011000200011>>.