

REVISTA DIREITOS HUMANOS: PARA QUÊ(M)?

SAÚDE MENTAL EM TEMPOS DE COVID 19: PREVENÇÃO ATRAVÉS DE PROJETO DE EXTENSÃO NA PERSPECTIVA DA LOGOTERAPIA

ESEDH

*Edson Marques Oliveira*¹

O objetivo do presente artigo é apresentar os resultados de um serviço de aconselhamento o ASESE-COVID 19 - Aconselhamento Sócio existencial situacional no enfrentamento do Covid 19, através de um projeto de extensão, denominada de Projeto Garra pela Vida (Grupo de Reação Rápida pela Vida) através de Universidade Estadual com o objetivo de aprimorar ações de prevenção a ideação suicida e sofrimento emocional, aprofundado no contexto da pandemia provocada pelo Covid 19. O serviço teve como referencial teórico, metodológica da Logoterapia e Análise Existencial e elementos da filosofia estoica. Apresentando resultados satisfatórios e potencial de reaplicado como uma ação de prevenção a ideação suicida e o sofrimento emocional.

DESENHO TEÓRICO E METODOLÓGICO DO PROJETO ASESE COVID 19

Partimos da premissa de que a questão emocional, hoje, não se restringe as psiquiatria e psicologia mas a um campo multi-interdisciplinar, como salienta, Illouz, “O afeto é uma entidade psicológica, sem dúvida, mas é também, e talvez até mais, uma entidade cultural e social: através dos afetos nós pomos em prática as definições culturais da individualidade, tal como se expressam em relações concretas e imediatas, mas sempre definidas em termos culturais e sociais.” (ILLOUZ, 2011, p.10).

ESCOLA DE
EDUCAÇÃO EM
DIREITOS
HUMANOS

(41) 3362-9428

¹ Pós-Doutor em Ciências Sociais pela Universidade de Coimbra, Portugal, Pós-doutor em Administração pela UFPR, Doutor, mestre e graduado em Serviço Social, Especialista e Analista Existencial em Logoterapia e Análise Existencial, Coach e Traneircoaching, professor associado do curso de Serviço Social da Unioeste, campus de Toledo, coacholiveira@hotmail.com e edson.oliveira@unioeste.com 45.999413948

A Logoterapia foca o logos (sentido) para ajudar as pessoas para melhoria do seu bem-estar. Nesse sentido a centralidade é a pessoa e não a doença. O isolamento social, aprofunda problemas de saúde mental como tédio, depressão, ansiedade entre outros. Pois esses elementos levam as pessoas a vivenciarem o que Frankl (2001), chama de “tríade trágica”: i) dor (sofrimento) que se experimente em algum momento da vida, ii) a culpa (poderia ter feito algo e não fez) e iii) a morte, ou ainda pior, o medo da morte e a finitude da vida. A questão não é evitar essa tríade ou a infelicidade e os vários tipos de sofrimento e tragédias humanos, mas saber lidar com essa tríade e de outras situações que não estão no nosso controle, pois como nos ensina a filosofia estoica em Epicteto (2007), adoecemos porque queremos controlar o que não está sob nosso controle.

Na logoterapia se compreende que tendo claro o sentido da vida em cada momento, é possível encontrar condições que ajudem a passar pelas crises e o afrontamento adequado as tragédias da vida. Frankl, é possível encontrar sentido mesmo e principalmente em momentos de calamidade como vivemos atualmente para superar esse momento e saímos mais fortalecidos, pois como lembra Frankl, parafraseado Nietzsche: “quem tem um ‘porquê’ de viver pode suportar qualquer como”. Essa foi a base do serviço de aconselhamento, para dar apoio, orientação não diretiva, para o aprimoramento do saber lidar com situações específicas decisão de mudança e atitudes favoráveis ao seu bem-estar. (MAY, 2013, SCHEFFER, 1986).

Os atendimentos foram realizados online, individual, uma vez por semana, duração de 60 minutos. É elaborado com o cliente um Plano de Ação, para o enfrentamento sistematizado das questões que foram trabalhadas no atendimento. Foram realizadas duas avaliações, uma no término das sessões e outra 30 dias após o atendimento final.

ANÁLISE DOS RESULTADOS

Foram realizados 10 cadastros, destes, três pessoas foram atendidas de seguindo o protocolo e metodologia proposto. Foram destinadas cerca de 35hs de atendimento, realizadas em 30 sessões. A partir da avaliação, pode-se afirmar que os objetivos do projeto foram alcançados.

Destaque para a avaliação do sentido de vida, um dos instrumentos utilizados ante e após o atendimento, onde 33% considera totalmente realizado e 67% realizado, 100% afirmaram ter sido profundo e satisfatório o impacto do serviço prestado, e contribuiu para o combate do tédio gerou uma consciência mental preventiva, conforme depoimento: “O projeto ressignificou a minha vida, me fez ampliar os horizontes e olhar os problemas e dificuldades com outra ótica. fez também com que eu compreendesse que não preciso mudar o mundo e sim a forma como eu o encaro”. (sic).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Podemos concluir que os objetivos propostos e o quadro referencial teórico e metodologia, foram satisfatórios. O que comprova a afirmação de Frankl quanto aos impactos do uso da logoterapia e da análise existencial, e seu efeito terapêutico em refletir e encontrar o sentido da e na vida, principalmente em circunstâncias adversa ou seja, “[...] uma vez atingida, a compreensão do caráter de missão da vida tem como consequência que, a rigor, a vida se torna tanto mais plena de sentido quanto mais difícil se torna” (FRANKL, 2016, p. 123). É uma experiência que pode ser reaplicada em larga escala como ação de prevenção contínua.

Referências:

EPICTETO. **A arte de viver**. Tradução de Carlos de Jesus. Lisboa-Portugal, Edições Sílabas, 2007.

FRANKL, Viktor Emil. **A vontade de sentido**: fundamentos e aplicação da logoterapia. São Paulo: Paulus, 2001.

FRANKL, Viktor Emil. **Psicoterapia e sentido da vida**: fundamentos da logoterapia e análise existencial. São Paulo: Quadrante, 2016.

ILLOUZ, Eva. **O amor nos tempos do capitalismo**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2011.

MAY, Rolo. **A arte do aconselhamento psicológico**. Rio de Janeiro: Ed. Vozes, 2013.

SCHEFFER, Ruth. **Teorias de aconselhamento**. São Paulo: Atlas, 1986.

ESEDH