

OFICINA SOBRE AUTOESTIMA E SAÚDE MENTAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Ednanita Alves Arraes¹

Fabiúla de Sousa Moraes²

Raiane Pereira de Souza³

Rosely Leyliane dos Santos⁴

Socorro Batista de Melo⁵

INTRODUÇÃO: É durante a adolescência que o jovem passa por um período de crise, porém, ocorre de forma construtiva e favorece seu amadurecimento, tanto físico quanto mental. Seria, portanto, um período crucial no desenvolvimento do indivíduo. É nessa fase que as ações educativas e de orientação favorecem a redução de problemas e danos que o adolescente esteja a enfrentar e, assim, atue como suporte nessa fase.

OBJETIVO: Relatar a experiência de aplicação de uma oficina voltada para autoestima e saúde mental com adolescente da rede pública de ensino, no município de Crato-CE.

METODOLOGIA: Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido após aplicação de dinâmicas a uma turma de 1º ano do ensino médio, composta por 45 alunos. As dinâmicas foram aplicadas no dia 08 de maio de 2019, por 4 membros do PENSE (Projeto de Extensão Saúde na Escola), no Colégio Estadual Wilson Gonçalves no período matutino entre as 9:10h e 10:50h, horário disponibilizado pelo Diretor do serviço. Inicialmente a sala foi disposta em círculo afim de organizar os alunos e promover a interação. A primeira dinâmica aplicada foi a “Dinâmica do Espelho,” os participantes receberam uma caixa onde foi dito que dentro dela havia a foto de alguém muito importante para aquele grupo de estudantes e, que quem à abrisse não poderia revelar o que havia dentro da caixa, apenas, descrever características, habilidades ou qualquer outro ponto positivo que a pessoa possuísse, em seguida ela deveria fechar a caixa e passar adiante para o colega. O intuito desta dinâmica consiste na valorização e reconhecimento das características positivas que o indivíduo apresenta como forma de fortalecer sua autoestima. A segunda dinâmica desenvolvida foi “Correio das Frases,” a turma permaneceu disposta em círculo, uma caixa de correio foi passada entre eles para que cada um receba sua correspondência, em seguida cada um deveria refletir e explicar para os demais o que havia entendido sobre a mensagem.

1 Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. edna-arraes@hotmail.com

2 Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. fabiulasousamoraes@gmail.com

3 Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. raianep97@hotmail.com

4 Enfermeira. Docente do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. rosely.enfa@yahoo.com.br

5 Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. socorrobatista64@gmail.com

RESULTADOS: A partir da aplicação dessa oficina foi possível uma aproximação com esses adolescentes, a entrada em seu espaço social e a formação de um ambiente seguro e aberto às suas indagações, possibilitando aos mesmos a retirada de dúvidas e a exposição sobre assuntos que em outros momentos ou com uma outra abordagem não seria possível. Para os membros do projeto, a experiência de contato com esse público tão vulnerável, contribuiu para nossa formação diferencial enquanto futuro profissional, além de possibilitar a participação na construção e modulação das características desses escolares de forma a incentivar e valorizar seus pontos positivos, ressaltando que os mesmo não devem viver em função de padrões impostos pela sociedade e, sim, ressaltar o que há de positivo em cada um. **CONCLUSÃO:** Diante do exposto, podemos ressaltar a importância da realização de atividades desse tipo e nessa faixa etária, pois, permitem ao profissional em formação o contato com a realidade social, o desenvolvimento de habilidades e estratégias para subsidiar sua prática, a construção de um ambiente seguro e dinâmico onde estes adolescentes possam retirar suas dúvidas e expressar suas opiniões e, ainda, fomentar a possibilidade de intervir positivamente na construção e reconstrução da identidade destes escolares, além de promover saúde e prevenir agravos.

PALAVRAS-CHAVE: Autoestima, Adolescência, Saúde Mental.

1 Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. edna-arraes@hotmail.com

2 Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. fabiulasousamoraes@gmail.com

3 Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. raianep97@hotmail.com

4 Enfermeira. Docente do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. rosely.enfa@yahoo.com.br

5 Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. socorrobatista64@gmail.com