

PROJETO “CUIDANDO DE QUEM CUIDA”

“Cuidar é mais que um ato; é uma atitude. Portanto abrange mais que um momento de atenção, zelo e desvelo. Representa uma atitude de ocupação, preocupação, responsabilidade e envolvimento afetivo com o outro”.
(Leonardo Boff)¹

Nós acreditamos que nas sociedades humanas todos os talentos são indispensáveis para o bem-estar do todo. Na natureza, a diversidade é a fonte da força. Interdependência é essencial para a sobrevivência. É assim que acontece na natureza. Cada célula de nosso corpo é diferenciada para desempenhar uma função especializada que contribui para o todo. Isso é tão verdadeiro para as famílias como o é para as organizações. Pessoas diferentes são necessárias, porque pessoas diferentes veem e fazem coisas de forma distinta. Nós precisamos da contribuição de talentos diversos, personalidades distintas e perspectivas diferentes para encontrar soluções criativas e inovadoras para atender às nossas necessidades.

Estabelecer a prática do Círculo inicia com o comprometimento dos líderes da Secretaria de Saúde quando do contato com esta experiência apresentada pelo Programa Municipal de Pacificação Restaurativa – Petrópolis da Paz.

O Círculo é um meio de promover esse ambiente. Pelo fato de a prática do Círculo ser diferente da maior parte de nossas rotinas de encontros. Sentar-se em Círculo, de frente para outros, pode ser uma experiência inquietante; usar o objeto da palavra exige prática para escutar pacientemente e para resistir à tentação de interromper ou de comentar sobre o que está sendo dito; falar em Círculo com todos os olhos fixos na pessoa que está falando também pode ser uma experiência pouco familiar. Aprender a estar em Círculo requer prática.

¹ Fonte: <https://www.casadocuidar.org.br/projetos/cuidando-de-quem-cuida/>, acessado em 29 de nov de 2019.

“A prática dos Círculos é útil na construção e na manutenção de uma comunidade saudável, na qual todos os membros se sintam conectados e respeitados” (Watson e Pranis, 2015; p.3).

Não existe uma maneira única de integrar Círculos em uma comunidade ou instituição: cada comunidade deverá incorporar o Círculo do seu próprio jeito para atender as suas necessidades específicas.

Acreditamos que são necessárias práticas que nos ajudem a nos conectar com nosso eu verdadeiro, de modo que possamos viver alinhados com nossos valores e que possamos construir relacionamentos saudáveis nas instituições. E, o tipo de relacionamento é uma questão de intenção: se nós escolhermos nutrir relacionamentos positivos, eles vão prosperar.

O projeto “Cuidando de Quem Cuida” tem como objetivo disponibilizar para as equipes da saúde, um espaço seguro, através da utilização dos processos circulares para falar e ser ouvido, para refinar relacionamentos, para busca de soluções positivas e prospectivas para o coletivo.

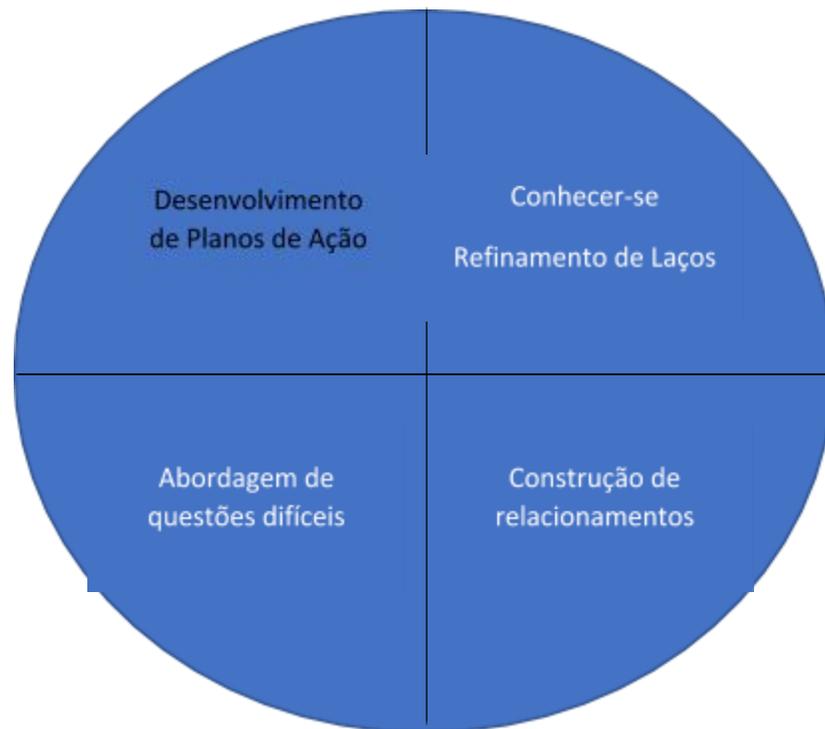
O termo “saúde” designa muito mais do que “ausência de doenças”, promover saúde e proporcionar qualidade de vida e um olhar atento para todas as questões que circundam os seres humanos, para além do físico. É um consenso que somos fruto das interações sociais para muito além de nossa construção biológica.

Na língua inglesa, “health” (saúde) e “whole” (inteiro) são palavras derivadas, desta forma percebemos que para estarmos de fato saudáveis é necessário que além de nossa condição física íntegra, nossas emoções, sentimentos e mente estão alinhados e em consonância com o propósito de crescimento que buscamos dia a dia. De fato, ter saúde é estar inteiro, completo, alinhado.

O processo circular promove a saúde do grupo pois pratica o respeito, igualdade, solução de problemas, responsabilidade, autocontrole, autoconscientização e liderança compartilhada, envolvendo o grupo e criando maneiras de tornar o ambiente bem-sucedido no que diz respeito as relações humanas.

“O Círculo é uma prática de democracia fundamental na qual todas as vozes são ouvidas e todos os interesses devem ser tratados com dignidade” (Watson e Pranis, 2015; p.24).

O processo circular está dividido em quatro partes iguais, baseado na Roda da Medicina, a qual é muito usada pelos povos indígenas. Uma das lições da Roda da Medicina é que as quatro partes devem operar em equilíbrio. Isso significa que, no diálogo do Círculo, no total, deve-se investir tanto tempo em conhecer-se e construir relacionamentos quanto se investe em abordar as questões difíceis e em desenvolver planos².



“Quando sentamos em Círculo, nós estamos “nadando contra a corrente” das rotinas inconscientes agregadas na própria estrutura do dia” (Kay Pranis).

“Expressar a nossa vulnerabilidade pode ajudar a resolver conflitos” (Marshall B. Rosenberg) O processo Circular tem como pressuposto básico o não julgamento e não hierarquização das relações. Para que o Círculo ocorra, é necessário que o grupo construa um ambiente seguro e tenha a certeza que se trata de um local protegido para que assim possam se expressar realizando a manutenção da saúde individual e coletiva.

² Fonte: WATSON, B. C.; PRANIS, K. **Círculos em movimento: Construindo uma Comunidade Escolar Restaurativa**. 2015.

Os profissionais que lidam com a promoção de saúde e prevenção, seja ela psíquica ou física, merecem um olhar atento de toda a sociedade, visto que para promover o cuidado com o outro se faz necessário que esse esteja saudável de maneira global, ou que pelo menos tenha a consciência do que lhe adoecer e de tudo aquilo que fere suas esferas bio-psico-sociais.

O mais importante é a busca pelo equilíbrio e a separação do que alheio, do que é próprio e do que é do grupo. Os profissionais de saúde lidam diariamente com a dor, e essa dor se entranha nas mais diversas faces da construção pessoal de cada um. Ter a chance de poder ser ouvido, com uma escuta de qualidade e sobretudo a oportunidade de encontrar, em consonância com o grupo, ferramentas que busquem soluções para as questões diárias daquele ambiente é, sem dúvida, a chave para a consolidação da promoção de saúde para a equipe, como profissionais e como seres humanos.

O Círculo é um processo de comunicação estruturado e simples que ajuda os participantes a se reconectarem com a valorização deles mesmos e dos outros de maneira harmoniosa e respeitosa. Foi elaborado para criar um espaço seguro, a fim de que todas as vozes sejam ouvidas e para encorajar cada participante a caminhar em direção ao seu melhor como ser humano. Os Círculos são relevantes para todos os grupos etários. A linguagem poderá variar para que seja adequada à etapa de desenvolvimento, mas conversar em Círculo é igualmente benéfico para todos os membros da instituição. Nós acreditamos que a prática de Círculos seja útil para construir e para manter uma comunidade saudável, na qual todos os membros se sintam conectados e respeitados.

“No início, os círculos podem ser usados para identificar o que as pessoas precisam para dar o seu melhor e assim se tornam uma maneira das pessoas refletirem sobre o impacto de seu próprio comportamento nas outras pessoas presentes. Isso ajuda no desenvolvimento da empatia, respeito mútuo e responsabilidade coletiva.” (Hopkins, 2013; p.11).

A saúde, especialmente na esfera do poder público, é uma questão delicada, visto que muitas vezes a demanda é maior do que as possibilidades de atendimento, as questões

de infraestrutura, a formação de profissionais, a qualificação frente as mudanças sociais, questões práticas em relação aos materiais necessários e disponíveis para o desenvolvimento do trabalho diário desses profissionais, são assuntos corriqueiros e cotidianos nos locais que oferecem atendimento á população. No entanto, o objetivo da aplicação dos Círculos em cada um dos locais por onde o projeto “Cuidar de quem cuida” passar está para além de propiciar um local seguro de fala para esses profissionais, e sim para dar poder ao grupo de encontrar as soluções possíveis, se não para curar “o sistema” para observarem a sua própria dor e a dor do outro e quem sabe, através das ferramentas que um processo restaurativo dispõe, escuta ativa, o olhar atento, o respeito, a empatia, o não julgamento, uma maneira de fazer com que o dia a dia com aquele grupo possa se tornar o mais proveitoso possível, sabendo que:

“Tudo que fizermos agora deve ser feito de maneira sagrada e em celebração. Nós somos aqueles por quem estávamos esperando”. (Anciãos Hopi).

7. REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

FISHER, R.; URY, W.; PATTON, B. **Como chegar ao sim**: como negociar acordos sem fazer concessões. Tradução de Ricardo Vasques Vieira. 3ª. ed. [S.l.]: Solomon, 2015.

HOPKINGS, B. **Práticas Restaurativas na Sala de Aula**. 2013

PREFEITURA DE PETRÓPOLIS.<<http://www.petropolis.rj.gov.br/pmp/index.php/servicos-na-web/informacoes/diario-oficial/finish/216-agosto/4064-5256-sexta-feira-18-de-agosto-de-2017.html>.

ROSENBERG, B. M. **Comunicação não violenta: Técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais**. Ed: Ágora. São Paulo, 2006.

WATSON, B. C.; PRANIS, K. **Círculos em movimento: Construindo uma Comunidade Escolar Restaurativa**. 2015.

