

Pesquisa Multidisciplinar EM SAÚDE

EDIÇÃO XX

Capítulo 2

SER, SENTIR E RECOMEÇAR: UM RELATO DE CUIDADO, ACOLHIMENTO E RECONEXÃO DIANTE DA VULNERABILIDADE SOCIAL

VIVIANE PEREIRA DE OLIVEIRA¹
ANA MARIA CARVALHO DA CUNHA¹
LAYANNA DE SOUSA BORGES LEAL¹
INGRID AMÁBILE SOUSA LIMA¹
SARA CRISTINY SILVA LEÃO¹
MIKAELY CAVALCANTE DE MOURA CARVALHO¹
ANNA EMANUELLE GOMES AMORIM¹
KAYLLANY LIMA ABAS¹
ÉRIKA GOMES DA SILVEIRA BARBOSA¹
FRANCISCA MARIA DIONÍSIO QUEIROZ¹
PEDRO WILSON RAMOS DA CONCEIÇÃO²

¹Discente - Psicologia pelo Centro Universitário Maurício de Nassau Teresina Sul (UNINASSAU).

²Docente - Universidade Estadual do Maranhão (UEMA).

Palavras-chave: Dependência Química; Intervenção Psicoeducativa; Reinserção Social

DOI

10.59290/2917112270

EP EDITORA
PASTEUR

INTRODUÇÃO

A vulnerabilidade social afeta milhões de pessoas, restringindo o acesso a recursos essenciais e comprometendo o desenvolvimento pessoal e coletivo. Esse cenário atinge de maneira ainda mais intensa indivíduos em situação de dependência química, que enfrentam não apenas os desafios fisiológicos da abstinência, mas também a exclusão social e o estigma. Moraes, Raffaelli e Koller (2012 citado por Scott *et al.*, 2018) explicam que “a vulnerabilidade social pode ser entendida como o resultado negativo da relação entre disponibilidade dos recursos materiais ou simbólicos dos atores, sejam eles indivíduos ou grupos, e o acesso à estrutura de oportunidades sociais, econômicas e culturais oriundas do Estado, do mercado e da sociedade”.

Compreendendo essa realidade, o projeto “Ser, sentir e recomeçar: um relato de cuidado, acolhimento e reconexão diante da vulnerabilidade social” foi desenvolvido com o objetivo de promover ações de escuta, acolhimento e fortalecimento da autoestima junto a um grupo de homens acolhidos em uma comunidade terapêutica. A proposta partiu da compreensão de que o processo de reinserção social desses sujeitos exige mais do que a abstinência: é necessário promover o resgate da identidade, do pertencimento e das habilidades socioemocionais.

A Psicologia, nesse contexto, tem um papel fundamental ao considerar as múltiplas dimensões da experiência humana. Como destacam Scott *et al.* (2018), “a Psicologia como ciência possibilita a compreensão da subjetividade presente nas interações entre os indivíduos e entre o indivíduo e o social, considerando a influência dos comportamentos dos sujeitos sobre os grupos”. Dessa forma, práticas que incentivam o autocuidado, a expressão emocional e o reconhecimento das próprias potencialidades tor-

nam-se essenciais no processo de transformação.

A intervenção foi realizada por estagiárias do curso de Psicologia, vinculadas à disciplina de Estágio Supervisionado II, do Centro Universitário Maurício de Nassau – Teresina Sul. As ações foram organizadas em encontros com foco em rodas de conversa, atividades expressivas e dinâmicas de grupo. Buscou-se, com isso, oferecer suporte emocional, desenvolver estratégias de enfrentamento para momentos de ansiedade e criar um espaço terapêutico de acolhimento e reconstrução de sentidos.

Promover, por meio de atividades reflexivas e dinâmicas, o fortalecimento da autoestima, do autoconhecimento e do autocuidado em homens acolhidos em uma comunidade terapêutica, em situação de vulnerabilidade social e em processo de recuperação da dependência química. Favorecer a resignificação da identidade por meio de práticas que estimulem a expressão emocional e a valorização pessoal; Desenvolver estratégias de enfrentamento voltadas à redução da ansiedade e à construção de uma rotina mais saudável; Estimular o sentimento de pertencimento e a valorização do trabalho coletivo, por meio de dinâmicas em grupo.

O presente trabalho propõe-se a resgatar a valorização do recomeço diante da vulnerabilidade social, por meio de um relato de experiência construído a partir de uma intervenção em uma comunidade terapêutica. Tal iniciativa justifica-se pela recorrência de casos de dependência química associados à moradia precária e à exclusão social, especialmente entre pessoas em situação de rua, evidenciando a urgente necessidade de ações que promovam a ressocialização e o fortalecimento de vínculos comunitários.

A escolha do relato de experiência como metodologia amplia o alcance da proposta, ao

permitir a disseminação de estratégias de intervenção com linguagem acessível e significativa para diferentes públicos. Nesse sentido, este trabalho configura-se como um instrumento relevante para a socialização de saberes sobre a vulnerabilidade social, ao oferecer suporte emocional, promover a escuta e fortalecer a autoestima — aspectos frequentemente negligenciados por abordagens tradicionais centradas no diagnóstico e na patologia.

No campo acadêmico, a intervenção contribui para o fortalecimento da Psicologia Social e Comunitária, evidenciando a importância de práticas que integrem teoria e realidade concreta. Diversos estudos indicam que a vulnerabilidade não pode ser compreendida apenas sob uma perspectiva individual, mas precisa ser analisada à luz das condições estruturais que atravessam e moldam as trajetórias dos sujeitos. Assim, este trabalho reforça o compromisso ético da Psicologia com a promoção de mudanças significativas na vida das pessoas, alinhando-se aos princípios de responsabilidade social, justiça e transformação coletiva.

O objetivo deste estudo foi promover o fortalecimento da autoestima, do autoconhecimento e do autocuidado em homens em situação de vulnerabilidade social e em processo de recuperação da dependência química, por meio de atividades reflexivas e dinâmicas que incentivem a ressignificação da identidade e a construção de novas perspectivas de vida.

MÉTODO

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão narrativa da literatura, de natureza qualitativa e descritiva, com o objetivo de fundamentar, sistematizar e organizar práticas interventivas em Psicologia Social e Comunitária voltadas à promoção do autocuidado, da expressão emocional e do fortalecimento de vín-

culos interpessoais em contextos de vulnerabilidade social, especialmente no âmbito da reabilitação da dependência química. A escolha pela revisão narrativa justifica-se por permitir uma análise ampla e integrativa de diferentes referenciais teóricos e experiências práticas, favorecendo a construção de uma proposta interventiva alinhada às evidências científicas e à complexidade dos contextos comunitários.

A busca bibliográfica foi realizada no período de março a junho de 2025, por meio das bases de dados SciELO, PePSIC, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Acadêmico. Foram utilizados, de forma combinada, os seguintes descritores: Psicologia Social, Psicologia Comunitária, dependência química, intervenções grupais, arteterapia, autocuidado, vulnerabilidade social e promoção da saúde mental.

Os critérios de inclusão adotados foram: artigos disponíveis na íntegra; publicados nos idiomas português, inglês ou espanhol; no período de 2010 a 2024; e que abordassem intervenções psicossociais, práticas grupais, estratégias expressivas e ações comunitárias no contexto da dependência química e da vulnerabilidade social. Foram excluídos artigos duplicados, estudos apresentados apenas na forma de resumo, produções que não dialogavam diretamente com a temática proposta e textos sem fundamentação teórica consistente.

Após a aplicação dos critérios de seleção, os estudos incluídos foram submetidos à leitura analítica e interpretativa, possibilitando a identificação de eixos temáticos centrais, tais como: fortalecimento de vínculos interpessoais, expressão simbólica das emoções, promoção do autocuidado, escuta grupal qualificada e construção de projetos de vida. A partir desses eixos, foi elaborada uma síntese aplicada da literatura, traduzida na organização de atividades inter-

ventivas fundamentadas teoricamente e estruturadas de modo a possibilitar sua reprodução em contextos institucionais semelhantes.

Como produto da revisão, foi sistematizada uma proposta de intervenção psicossocial desenvolvida em dois encontros grupais, posteriormente aplicada em uma comunidade terapêutica localizada em Teresina (PI), no contexto das atividades do Estágio Supervisionado II do

curso de Psicologia. As atividades interventivas foram organizadas em dois encontros consecutivos, conforme apresentado na tabela (**Tabela 2.1**), estruturados a partir de eixos teóricos da Psicologia Social e Comunitária e de abordagens expressivas, visando à promoção do autocuidado, da expressão emocional e do fortalecimento dos vínculos interpessoais.

Tabela 2.1 Organização da proposta interventiva por encontros

Encontro	Atividades desenvolvidas	Objetivos psicológicos	Eixos teóricos
Encontro 1	Dinâmica do Pirulito; pintura da árvore com digitais; pintura coletiva livre; técnica de relaxamento guiado	Estimular cooperação, pertencimento, expressão emocional, criatividade e autorregulação emocional	Psicologia Social e Comunitária; Arteterapia; Psicologia Humanista
Encontro 2	Dinâmica do balão; roda de conversa; carta para o futuro (cápsula do tempo); entrega de materiais educativos e caixa motivacional	Trabalhar medos e bloqueios emocionais, fortalecer vínculos, promover reflexão, projeto de vida e autocuidado contínuo	Psicologia Comunitária; Psicologia Simbólica; Psicologia Positiva

As atividades apresentadas na tabela (**Tabela 2.1**) foram estruturadas de forma progressiva e complementar, respeitando a lógica do trabalho grupal e os princípios da Psicologia Social e Comunitária. A organização em dois encontros consecutivos possibilitou a construção gradual de um ambiente de acolhimento, confiança e pertencimento, favorecendo, inicialmente, a integração do grupo e a expressão simbólica das emoções, e, posteriormente, o aprofundamento das reflexões individuais e coletivas. As estratégias utilizadas priorizaram metodologias participativas e expressivas, reconhecendo os participantes como sujeitos ativos no processo de cuidado, capazes de elaborar sentidos, compartilhar experiências e fortalecer recursos internos e relacionais. Dessa forma, a proposta interventiva fundamentada na literatura buscou promover não apenas momentos pontuais de reflexão, mas também estimular práticas contínuas de autocuidado e ressignificação de trajetórias de vida em contextos de vulnerabilidade social.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A intervenção foi realizada em uma Comunidade Terapêutica (CT) situada em Teresina (PI), espaço institucional voltado ao acolhimento e cuidado de indivíduos em situação de vulnerabilidade social. Conforme destaca o Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD, 2016), tais ambientes enfrentam a complexidade das relações sociais impactadas pela pobreza, desigualdade e fragilidade das redes de apoio. Nesse sentido, Montero (2011) ressalta a importância do acolhimento e da construção de vínculos terapêuticos em espaços comunitários como estratégias essenciais para a promoção da resiliência e do cuidado integral, sobretudo entre populações com histórico de dependência química e rupturas sociais.

A intervenção envolveu 61 homens, com idades entre 18 e 60 anos, todos residentes da instituição. Foi observado um aumento progressivo na adesão dos participantes às atividades propostas — como rodas de conversa e oficinas de pintura — acompanhado por uma maior a-

bertura para o diálogo e a expressão emocional. As dinâmicas grupais contribuíram para o fortalecimento das relações interpessoais e para a ampliação da coesão social entre os residentes. As atividades desenvolvidas possuíam caráter qualitativo e interventivo, direcionadas a usuários cujas trajetórias são marcadas pela dependência química, desemprego, descontinuidade das redes de suporte e outras condições de exclusão social.

A análise dos dados evidenciou a eficácia das ações propostas, pautadas em objetivos claros: promover a ressignificação da identidade por meio da expressão emocional e valorização pessoal; desenvolver estratégias de enfrentamento para a redução da ansiedade e a construção de rotinas saudáveis; e estimular o sentimento de pertencimento e a valorização do trabalho coletivo. O engajamento médio alcançado foi de 90%, refletindo um alto comprometimento dos participantes. Além disso, verificou-se um incremento significativo na manifestação emocional, evidenciado pela maior externalização dos sentimentos e pela reflexão crítica sobre as experiências subjetivas, especialmente durante os momentos dedicados à escuta e ao acolhimento.

Constatou-se o fortalecimento da coesão grupal e dos vínculos interpessoais, caracterizados por relações pautadas na confiança mútua, empatia e escuta ativa — elementos imprescindíveis para a constituição de um ambiente seguro e respeitoso. Relatos espontâneos e produções gráficas indicaram um processo de reconstrução simbólica da autoimagem e de ressignificação da identidade masculina, mesmo diante das vulnerabilidades decorrentes da dependência química e da exclusão social. Esse ambiente de segurança relacional favoreceu o surgimento de narrativas que articulam vulnerabilidade e desejo de transformação.

Dentre os efeitos subjetivos mais significativos observados ao longo da intervenção, destaca-se a ampliação da percepção de acolhimento institucional, evidenciada por relatos de participantes que reconheceram a valorização de sua singularidade, o que potencializou a restauração da autoestima e o fortalecimento do autocuidado. Esses resultados reforçam o potencial transformador de práticas terapêuticas integrativas, fundamentadas na arte, na escuta ativa e na valorização da subjetividade.

A proposta “Ser, sentir e recomeçar” promoveu um percurso terapêutico coletivo que articulou cuidado, acolhimento e reconexão subjetiva. As atividades aplicadas durante a intervenção — Cápsula do tempo, Pintura, Dinâmica do Pirulito, Dinâmica do Balão e Técnica de Relaxamento — possibilitaram experiências sensíveis e transformadoras, nas quais os participantes puderam resgatar memórias, elaborar sentimentos e projetar novas formas de existência. Assim, as práticas de intervenção revelaram-se fundamentais tanto para o cuidado em saúde mental quanto para a formação profissional, ao estabelecerem uma ponte concreta entre os saberes teóricos e a prática cotidiana.

A atividade da Cápsula do Tempo possibilitou aos participantes revisitar suas histórias de vida, elaborando memórias não como simples reviviscências do passado, mas como reconstruções subjetivas mediadas pelo presente. Ao escreverem mensagens para si mesmos no futuro, os sujeitos ativam lembranças marcadas por dor, perda e arrependimento, mas também por esperança e desejo de transformação. Tal vivência corrobora a perspectiva de Bosi (1994), que afirma que a memória não é uma repetição fiel do que foi vivido, mas uma reconstrução feita com os materiais disponíveis no presente — um trabalho ativo de reorganização da experiência. Nesse sentido, a lembrança

torna-se ferramenta de ressignificação, contribuindo para o fortalecimento da identidade e a construção de novos sentidos de si, essenciais nos processos de cuidado e reintegração social.

O relato de experiência em arteterapia na comunidade terapêutica segue a abordagem de Margaret Naumburg, que compreende a arte como uma linguagem simbólica capaz de expressar emoções difíceis de verbalizar. A oficina de pintura ofereceu um espaço para que os participantes externalizassem sentimentos, elaborassem traumas e reconstruíssem suas narrativas, revelando o potencial terapêutico da arte no cuidado psicossocial (**Figura 2.1 e 2.2**). Nise da Silveira reforça que a arte permite a expressão de vivências inconscientes, cabendo ao terapeuta acolher e conectar essas imagens ao estado emocional do indivíduo.

Figura 2.1 Imagem da produção artística concluída de forma coletiva durante arteterapia no primeiro encontro em 2025



Legenda: Imagem obtida no mês de Maio. **Fonte:** OLIVEIRA *et al.*, 2025

As dinâmicas do Pirulito e do Balão favoreceram o fortalecimento dos vínculos grupais, por meio de vivências lúdicas e simbólicas de confiança, cuidado mútuo e escuta ativa. Tais aspectos são discutidos por Bock *et al.* (2016), que destacam o grupo como espaço privilegiado para a construção do pertencimento, da empatia e da reconstrução da identidade.

A técnica de relaxamento, por sua vez, teve papel relevante no enfrentamento da ansiedade e no favorecimento do autocuidado, promovendo a consciência corporal e o alívio das tensões emocionais. Isso está em consonância com estudos da psicologia corporal e das práticas integrativas em saúde, como apontam Nogueira & Barbosa (2018), ao descreverem o relaxamento como uma ferramenta potente na redução do estresse e no fortalecimento do bem-estar emocional.

Figura 2.2 Mural motivacional com arte colaborativa produzida no primeiro encontro em 2025



Fonte: Imagem obtida no mês de Maio. **Fonte:** OLIVEIRA *et al.*, 2025

Em síntese, os resultados da intervenção apontam para a importância de práticas psicossociais que valorizem o sujeito em sua totalidade, considerando sua história, suas dores e suas potencialidades. O trabalho desenvolvido reafirma o papel da Psicologia como ciência comprometida com a escuta, a transformação e o cuidado ético nas múltiplas dimensões da existência humana.

CONCLUSÃO

A intervenção “Ser, sentir e recomeçar” teve como objetivo valorizar a subjetividade e criar espaços de escuta e expressão para pessoas em reabilitação por dependência química. A ex-

periência demonstrou que o cuidado psicológico ultrapassa a técnica, exigindo escuta ética, vínculo e reconhecimento das histórias de vida. As atividades grupais favoreceram a expressão de sentimentos anteriormente silenciados e o fortalecimento identitário, evidenciando o grupo como um espaço de acolhimento, apoio mútuo e reconstrução subjetiva, reafirmando a relevância das ações psicossociais na promoção da esperança e da inclusão social no contexto de vulnerabilidade social.

Ao longo da execução, foi possível constatar que os objetivos inicialmente propostos não apenas foram alcançados, mas ganharam novos contornos a partir da realidade viva do grupo. A construção de um espaço horizontal, de confiança e acolhimento, permitiu que os participantes acessassem sentimentos muitas vezes silenciados — como dor, saudade, esperança e orgulho — e os expressassem por meio da arte, da escrita, da fala e até mesmo do silêncio compartilhado.

A comparação entre o projeto e a prática mostra que, embora o planejamento tenha sido essencial como guia, foi a vivência com o grupo que revelou a potência real da intervenção. A proposta de utilizar a dinâmica da carta como cápsula do tempo, por exemplo, ganhou um valor ainda maior quando, no momento da escrita, os participantes expressaram que jamais haviam se dirigido a si mesmos com respeito e cuidado. Da mesma forma, a atividade artística com digitais, pensada como um gesto simbólico de pertencimento, tornou-se uma manifestação coletiva de identidade e união.

Essa experiência evidenciou que a teoria da Psicologia Social e Comunitária se materializa na prática quando há escuta, afeto e compromisso ético com as histórias dos sujeitos. A realidade da comunidade terapêutica revelou que, mais

do que abstinência, os acolhidos necessitam de sentido, de um lugar onde suas dores sejam reconhecidas, mas também onde suas potências possam emergir. A prática reafirmou a relevância da intervenção grupal como estratégia terapêutica essencial. As rodas de conversa, as dinâmicas simbólicas e a partilha de experiências criaram um espaço de apoio mútuo, no qual o grupo atuou como um reflexo das vivências individuais, permitindo que cada participante se reconhecesse nas experiências do outro. Esse movimento favoreceu a criação de um ambiente acolhedor, que funcionou como continente emocional — capaz de conter angústias e medos e como rede de sustentação afetiva. Conforme previsto no projeto, o grupo foi vivenciado não apenas como um recurso técnico, mas como um espaço de reconstrução subjetiva, fortalecimento identitário e resgate da esperança.

Do ponto de vista formativo, esta vivência permitiu exercitar habilidades fundamentais para a atuação psicológica: empatia, manejo de grupo, leitura de processos emocionais e capacidade de adaptação às necessidades reais dos sujeitos. Ela também reafirmou o compromisso da Psicologia com a promoção de justiça social, a luta contra o estigma e a valorização das narrativas silenciadas pela exclusão.

Conclui-se, portanto, que ações psicossociais como a desenvolvida neste projeto têm um impacto real e simbólico na vida dos acolhidos, especialmente quando se articulam teoria, sensibilidade e presença ética. Projetos como este devem ser incentivados e replicados, adaptando-se às realidades locais e às necessidades dos sujeitos, pois contribuem não apenas para a transformação individual, mas também para a construção de uma Psicologia mais crítica, inclusiva e fundamentada em princípios éticos e sociais.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOCK, A. M. M. *et al.* Psicologias: uma introdução ao estudo de psicologia. 14. ed. São Paulo: Saraiva, 2016.

BOSI, E. Memória e Sociedade: lembranças de velhos. 4. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 1994.

MONTERO, M. Introdução à psicologia comunitária. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2011.

NAUMBURG, M. Dynamically oriented art therapy: its principles and practice. New York: Grune & Stratton, 1966.

NOGUEIRA, M. M. & BARBOSA, P. P. S. A Técnica de Relaxamento como Recurso de Cuidado à Saúde Mental. *Revista Psicologia em Pesquisa, Juiz de Fora*, v. 12, n. 1, p. 69–77, 2018. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?lng=pt&pid=198212472018000>. Acesso em: 11 jun. 2025.

PNUD – Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento. Relatório de Desenvolvimento Humano Nacional: movimento é vida: atividades físicas e esportivas para todas as pessoas. Brasília: PNUD Brasil, 2016. Disponível em: <https://www.undp.org/pt/brazil/publications/relatorio-de-desenvolvimento-humano-nacional-2016>. Acesso em: 11 jun. 2025.

SCOTT, A. B.; LIMA, F. T.; PEREIRA, M. C. O Conceito de Vulnerabilidade Social no Âmbito da Psicologia no Brasil: Uma Revisão Sistemática da Literatura. *Revista Brasileira de Psicologia*, v. 12, n. 2, p. 600–615, 2018. DOI: 10.5752/P.1678-9563.2018v24n2p600-615.

SCOTT, L.; RAFFAELLI, M.; KOLLER, S. H. Psicologia e Vulnerabilidade Social: Fundamentos e Perspectivas. *Revista Brasileira de Psicologia*, São Paulo, v. 7, n. 2, p. 609–622, 2018.

SILVEIRA, N. O mundo das imagens. 2. ed. São Paulo: Ática, 2001.