



PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL EM RECLUSOS DA INSTITUIÇÃO APAC

Kesley Bertany¹; Samara Garcia²; Sarah Carvalho³; Augusto César Soares⁴;
Andrea Alves de Oliveira⁵; Étore Gomes Mazini⁶; Gederson Câmara Marques⁷;
Márcia Helena de Carvalho⁸; Márcio Rocha Damasceno⁹

¹Discente de Psicologia, kesleybertany@gmail.com

²Discente de Psicologia, samaraleandrogarcia@gmail.com

³Discente de Psicologia, sarah.carvalho.carneiro@gmail.com

⁴Orientador, augusto.cesar@sempre.unifacig.edu.br

⁵Professor UniFacig, andrea.alvesoliveira@sempre.unifacig.edu.br

⁶Professor UniFacig, etore.gomes@sempre.unifacig.edu.br

⁷Professor UniFacig, gederson.marques@sempre.unifacig.edu.br

⁸Professor UniFacig, marciacarvalho@sempre.unifacig.edu.br

⁹Professor UniFacig, marciorocha@sempre.unifacig.edu.br

Introdução

A APAC (Associação de Proteção e Assistência aos Condenados) é uma entidade civil de direito privado, sem fins lucrativos, com patrimônio e personalidade jurídica próprios, surgiu em 1972 na cidade de São José dos Campos – SP através de um grupo de voluntários cristãos, sob a liderança do advogado e jornalista Dr. Mário Ottoboni (TRIBUNAL DE JUSTIÇA - MG – 2011).

Segundo Ferreira *et. al* (2016) o método APAC caracteriza-se pelo estabelecimento de uma disciplina rígida, baseada no respeito, na ordem, no trabalho e no envolvimento da família do recuperando. Objetivando a recuperação do preso, à proteção da sociedade, o socorro às vítimas e a promoção da justiça restaurativa;

Objetivando a valorização da saúde mental dos indivíduos, de forma a trabalhar de maneira técnica e criativa as histórias dos recuperandos, por meio dos processos de autoconhecimento e autoaceitação, utilizando de metodologias variadas, instigando o respeito à própria história, e incitando a elaboração de planos futuros a fim de prestar apoio psicológico diante dos receios envoltos do processo de ressocialização.

Diante dos estudos do processo de reinserção social de reclusos temos algumas ideias relevantes para a discussão, como MOLINA E SILVA (2003) citado por JÚNIOR E MARQUES (s.d.) que exprime a seguinte dissertação:



“O modelo ressocializador propugna, portanto, pela neutralização, na medida do possível, dos efeitos nocivos inerentes ao castigo, por meio de uma melhora substancial ao seu regime de cumprimento e de execução e, sobretudo, sugere uma intervenção positiva no condenado que, longe de estigmatizá-lo com uma marca indelével, o habilite para integrar-se e participar da sociedade, de forma digna e ativa, sem traumas, limitações ou condicionamentos especiais.”

Metodologia

A metodologia escolhida para a realização do Projeto envolveu a revisão bibliográfica de cartilhas e livros que discorrem sobre a instituição APAC, seu método, e sua história, bem como a consulta aos funcionários do local para compreender o funcionamento e regras da instituição em prol de elaborar um projeto que contemplasse a realidade vivenciada pelos reclusos. Após essa etapa realizou-se uma pesquisa por bases teóricas que pautaram a atuação do profissional de psicologia em instituições num contexto de grupo.

Quanto aos encontros foram escolhidos métodos lúdicos como a utilização de dinâmicas, rodas de conversa, músicas, escrita e desenhos para propiciar uma melhor integração entre a equipe e o grupo de recuperandos e auxiliar no intuito do projeto em totalidade.

Foram designados 11 recuperandos voluntários, selecionados pelo setor administrativo do local, com idades variadas entre 25 à 66 anos, sexo masculino, em cumprimento de sentença na instituição e próximos de cumprirem seu tempo de reclusão.

Resultados e discussão

Como apontado anteriormente foram realizados 5 encontros, cada um destes contou com uma metodologia padrão, porém com objetivos próprios, possuindo um segmento linear e temporal para o avanço da proposta, tendo como ponto de partida o passado, seguido do presente e posteriormente o futuro, sendo o futuro trabalhado com maior ênfase visto que os recuperandos selecionados para o projeto se encontravam em fase final de cumprimento da sentença na instituição. O planejamento prévio serviu para nortear cada encontro, porém a partir da troca interativa se deu a execução destas propostas.

No primeiro encontro foram trabalhados principalmente os seguintes temas: autoaceitação e autoconhecimento. Tratando-se de um encontro inicial, tanto a ideia



quanto a execução foram progressivas em fazer uma autoanálise, intitulado “quem eu fui?”, promovendo uma reflexão acerca do passado e quais os impactos causados no presente. Sob uma perspectiva pautada nas contribuições do filósofo Heráclito, o qual afirma que o homem não pode banhar-se duas vezes no mesmo rio, visto que o rio se modifica assim como o próprio homem.

A autoestima define-se como a avaliação afetiva do valor, apreço ou importância que cada um faz de si mesmo, a autoestima pode associar-se a resultados negativos, quando esta está em falta, tais como ansiedade, depressão e agressão (FREIRE, TERESA E TAVARES, 2011).

O autoconceito ou autoconhecimento, se refere às autopercepções que o sujeito vai formando através de suas experiências com o meio e as interpretações que faz dele, interpretações estas que são influenciadas pelas avaliações, reforços e atribuições de seu comportamento, feitas por pessoas que lhes são mais significativas, o autoconceito se faz útil na predição e explicação dos comportamentos. O autoconceito pode ser positivo ou negativo, de ambas as formas, afeta o comportamento do indivíduo (MONTEIRO, 2012). Assim, subentende-se a necessidade de se tratar tais conceitos com seriedade, visto que são de suma importância no entendimento do comportamento do indivíduo.

O termo autoaceitação por vezes é confundido com termos como autoestima, no entanto, apesar de se conectarem, não são a mesma coisa. Enquanto a autoestima está ligada a imagem que se tem de si próprio, autoaceitação refere-se a um todo, relaciona-se com a aceitação da pessoa que se é, com defeitos, qualidades, com emoções, com traços de personalidade diferentes dos demais, com um passado único.

Barreto (2010) comenta que autoaceitação envolve se perceber com valor próprio. Autoaceitação relaciona-se também com o entendimento de que os erros não podem definir a pessoa que se é, entender esse processo é de suma importância. Vale ressaltar ainda que a autoaceitação não significa amar as imperfeições ou os erros, trata-se apenas de reconhecê-los e entendê-los, sem deixar que isto afete sua conduta, é olhar para isso sem raiva ou discriminação, não se trata de conformismo, trata-se de aceitar a condição de ser imperfeito, não ter



medo dos próprios defeitos e das falhas do passado. Autoconhecimento faz-se necessário nesse processo de auto aceitar-se, o passado que cada um vivência, as histórias, os erros e acertos são o que compõem o homem de hoje. Branden (2002) discute que é muito importante ter consciência do que está por trás dos atos, atos são resultados das reações frente a estímulos sejam eles internos ou externos.

O segundo encontro, cujo tema foi o presente vivenciado pelos recuperandos, teve o intuito de contemplar o processo de reconhecimento pessoal, intitulado “quem eu sou?”, dando ênfase às circunstâncias dos reclusos naquele momento, as emoções sentidas e a forma de lidar com cada uma delas, trazendo ainda a importância de o indivíduo estar em constante processo de conhecer-se, com defeitos e qualidades em toda a subjetividade do indivíduo e em sua constante modificação.

Reações fisiológicas se constituem por meio de expressões emocionais, podendo ocasionar novas reações, tais como angústia, prazer. O excesso de excitação é chamado de cólera, que pode se voltar para o próprio sujeito ou mesmo para o ambiente, quando esta se volta para o sujeito, é dominada pela angústia, causando um temperamento mais impetuoso, visto que pode ocorrer um obscurecimento da percepção e da inteligência, fazendo com que o sujeito não perceba a realidade, ocasionando que o sujeito realize atos dos quais possa vir a se arrepender posteriormente. Quando o sujeito busca definir a causa de suas emoções, suas reações explosivas podem ser minimizadas (ALEXANDROFF, 2012).

A regulação emocional se refere aos processos pelos quais os indivíduos influenciam, quais tipos de emoções possuem, e quando e como estas se manifestam, a regulação emocional envolve modificar o significado de determinada situação, alterando seu impacto emocional. O uso dessa estratégia permite que as emoções sejam experienciadas de maneira mais positiva, diminuindo as emoções negativas, a fim de que haja um melhor funcionamento emocional e interpessoal, maior satisfação com a vida, mais otimismo e autoestima, autoaceitação (FREIRE, TERESA E TAVARES, 2011).

Relativo ao terceiro encontro, que abriu a última etapa do projeto voltada principalmente a tratar do futuro com os reclusos, optou-se por abordar inicialmente as idealizações do sujeito acerca do “depois”, visando intervir nas relações entre



esperança e receio, bem como na diferenciação de sonhos e metas. Para isso utilizou-se técnicas voltadas a demonstrar de maneira aplicável como se realiza a elaboração de uma meta, utilizando a realidade de cada sujeito para auxiliar no vislumbre de um futuro eventualmente distinto do passado e presente. O objetivo principal deste encontro foi de identificar nos indivíduos as ressalvas relacionadas ao “depois”, assim como estimular a elaboração de metas realistas. A frase designada para intitular essa etapa do projeto foi “quem eu quero ser?”.

Em continuidade à temática proposta, no quarto encontro buscou-se refletir e identificar as visões subjetivas dos participantes do projeto acerca de si mesmos em um futuro próximo e distante. A escolha de trabalhar os estereótipos masculinos em meio às suas perspectivas futuras objetivou verificar as possíveis autocobranças e a partir destas propor reflexões sobre a importância de se autoconhecer no processo de uma reconstrução do ser.

Estereótipos de gêneros são conjuntos de crenças acerca de atributos pessoais adequados a homens e mulheres, tais características são atribuídas a estes constantemente, para ambos os gêneros, tem se atualmente um ideal, sendo para mulheres uma dimensão expressividade-afeição, devem ser emocionais, gentis, compreensivas e dedicadas, e os homens devem ser ativos, competitivos, independentes, provedores, autoconfiantes e decididos (D'AMORIM, 1997). Tratando especificamente de homens, que foram os participantes deste trabalho, foi percebido como tais estereótipos vivenciados afetaram e ainda afetam nas vidas dos mesmos, que as possuem como uma obrigação, ou um pré-requisito para ser homem, provocando crenças de insuficiência, inutilidade quando não cumpridas.

Referente ao quinto e último encontro, foi realizada a etapa final da temática de futuro, possuindo como objetivo principal trabalhar a esperança nesses sujeitos, promovendo a saúde mental e a aplicação prática de todos os assuntos trabalhados no decorrer da trajetória de projeto com aqueles indivíduos. Este último encontro contou com um apanhado de todas as temáticas desde o primeiro, bem como a visão dos recuperandos acerca de cada um dos temas trabalhados, apesar de ter-se feito a checagem no andamento do projeto e o delineamento prévio dos conteúdos e técnicas utilizadas conforme as trocas obtidas, o último encontro contou com uma maior clareza e participação ativa dos participantes ao relatarem os aprendizados



obtidos, assuntos que já possuíam alguma familiaridade, amadurecimento de ideias e ideais, além de outras perspectivas subjetivas. Após os momentos de trocas, utilizando-se de recursos visuais a equipe responsável pelo projeto demonstrou através de fotos de momentos vivenciados pelo grupo toda a trajetória e execução da proposta, o vislumbre visual de toda a vivência foi utilizado como ferramenta para demonstrar de maneira empírica o progresso obtido. Voltados a prevenção de recaídas foi utilizado o ato de plantar uma árvore como metáfora para o desenvolvimento dos recuperandos, partindo de contribuições tanto da equipe local quanto da equipe do projeto juntamente com os recuperandos, construiu-se a reflexão sobre a importância do autocuidado, de uma rede de apoio, de considerar fatores internos e externos, entre muitas outras contribuições agregadoras.

Ao delimitar o público-alvo e iniciar-se a escolha das temáticas houve o desafio de delinear um projeto que seria útil para a promover a saúde mental no meio em que os recuperandos estavam inseridos, de maneira aplicável e com técnicas assertivas. Principalmente as técnicas de dinâmicas de grupo foram imprescindíveis para a execução do trabalho realizado de forma que sem estas o processo de estabelecimento de vínculo e de rompimento de barreiras de resistência estaria comprometido.

A ênfase no futuro se deu pela necessidade de se trabalhar as ansiedades nos sujeitos inseridos no projeto, considerando o contexto de estarem no estágio final do cumprimento de suas penas na instituição. Adaptar técnicas considerando o contexto e a subjetividade dos indivíduos, suas identidades de grupo e individuais não foi somente útil, mas essencial.

Conclusão

Defronte as ações reflexivas e interventivas propostas neste trabalho realizado com os reclusos da APAC, conclui-se que os resultados deste corroborou para um avanço significativo do processo de entendimento quanto aos desafios que os recuperandos irão enfrentar no contexto de ressocialização e reinserção na sociedade pós reclusão, auxiliando-os a realizarem de forma exitosa esse decurso.

Ao intervir em um contexto onde as vivências e situações passadas culminam no momento presente, se faz necessário trabalhar de forma psicoeducativa o passado, não desconsiderando os erros cometidos, e sim os aceitando e



entendendo a forma como estes corroboraram para que o atual momento esteja sendo vivenciado, considerando-os como uma oportunidade de aprendizado e crescimento pessoal, trazendo à tona um amadurecimento que ampliam os horizontes rumo a novas perspectivas futuras, isso, sendo possível através de práticas reflexivas de autoconhecimento e autoaceitação.

Desta forma, entende-se que o modelo de ressocialização é importante para contribuir para que o recluso possa, após o cumprimento de sua sentença, voltar a integrar a sociedade de maneira ativa, porém, é importante levar em consideração o fato de que esse processo de ressocialização não consiste em um condicionamento comportamental que conduz o indivíduo a agir da maneira que os detentores do poder julgam adequadas mas através de mecanismos e condições favoráveis à promoção dessa reinserção, o recluso possa voltar a sociedade e assumir o curso de uma vida normal, assim como as afirmações trazidas por Shecaira e Côrrea Junior (1995) que corroboram essa ideia.

Contudo, fica perceptível que ao atuar de maneira empática e reflexiva no contexto citado anteriormente, é de exímia importância, pois a partir disso, os sujeitos são vistos como agentes possuidores de direitos e deveres e que estão inseridos em uma sociedade. Ao olhar os reclusos com olhos acolhedores, afirma-se a ciência de que todo ser humano carrega consigo uma bagagem sócio-histórica e cultural que não deve ser descartada, visto que o indivíduo revelará quem de fato é, e as potencialidades de quem pode vir a ser.

Neste contexto, relacionou-se os conceitos acima com a integridade dos indivíduos ao qual ocorreu a intervenção, os conhecendo como um todo. RUIZ; MUZZETI; MÚRCIA; FARIA; FREITAS E SOUZA (2016), definem integridade como sendo a integração dos ideais, das convicções, dos critérios, das crenças e dos comportamentos. É a junção dos atos. Sendo assim, é ter autoconhecimento, autorresponsabilidade, e autoaceitação, é ser verdadeiro consigo mesmo, admitindo as falhas, sem culpar a terceiros, reconhecer os erros e buscar reparar os danos causados, através do comprometimento de agir de forma diferente.

Em suma, quando Sócrates disse a expressão conhece-te a ti mesmo, famosa no ramo da Filosofia, ele convida o indivíduo a fazer uma investigação profunda sobre si, de modo que possa lidar melhor com suas atitudes e com o



mundo ao seu redor. Pois, seguindo ainda essa linha de raciocínio do filósofo, nenhum ser humano conscientemente é capaz de agir com maldade, se o faz é por puro desconhecimento de si.

Palavras-Chave: Autoaceitação, autoconhecimento, emoções, saúde mental, APAC.

Referências Bibliográficas

MINAS GERAIS. TRIBUNAL DE JUSTIÇA. Cartilha APAC: Programa Novos Rumos. 2011. Disponível em: . Acesso em: 21 maio. 2022.

FERREIRA, Valdeci. Método APAC: sistematização de processos / Valdeci Ferreira [e] Mário Ottoboni ; colaboração de: Maria Solange Rosalem Senese et al. -- Belo Horizonte: Tribunal de Justiça do Estado de Minas Gerais, Programa Novos Rumos, 2016.

ALEXANDROFF, Marlene Coelho. O Papel das emoções na constituição do sujeito. **Constr. psicopedag.**, São Paulo , v. 20, n. 20, p. 35-56, 2012 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-69542012000100005&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 08 maio 2022.

Freire, Teresa e Tavares, Dionísia. Influência da autoestima, da regulação emocional e do gênero no bem-estar subjetivo e psicológico de adolescentes. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)* [online]. 2011, v. 38, n. 5 [Acessado 15 Outubro 2022] , pp. 184-188. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-60832011000500003>>. Epub 14 Out 2011. ISSN 1806-938X. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832011000500003>.

BRANDEN, N. Autoestima e os seus seis pilares. Tradução de Vera Caputo. 7. ed. São Paulo: Saraiva, 2002.

BARRETO, A. Manual: cuidando do cuidador-resgate da autoestima na comunidade. Fortaleza: [s.n.], 2010.

RUIZ, J. E. L.; MUZZETI, L. R.; MÚRCIA, M.; FARIA, P. S. P.; FREITAS, S. F. de; SOUZA, T. B. de. Os seis pilares da autoestima e a integração corpo e mente. *Temas em Educação e Saúde* , Araraquara, v. 11, 2016. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/tes/article/view/9167>. Acesso em: 24 maio. 2022.

Monteiro, Vera. Promoção do autoconceito e auto estima através de um programa de leitura a par. *Psicologia: Reflexão e Crítica* [online]. 2012, v. 25, n. 1 [Acessado 15 Outubro 2022] , pp. 147-155. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-79722012000100018>>. Epub 04 Maio 2012. ISSN 1678-7153. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722012000100018>.

D'AMORIM, Maria Alice. Estereótipos de gênero e atitudes acerca da sexualidade em estudos sobre jovens brasileiros. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto , v. 5, n. 3, p. 121-134, dez. 1997 . Disponível em



II Congresso INTERNACIONAL
Psicologia
FACULDADE AMÉRICA

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X1997000300010&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 04 maio 2022.

SHECAIRA, Sergio Salomão; CORRÊA JUNIOR, Alceu. Pena e Constituição. Aspectos Relevantes Para Sua Aplicação e Execução. São Paulo: Editora Revista dos Tribunais, 1995.