

# GRUPOS PSICOLÓGICOS E CUIDADO EM SAÚDE MENTAL DO SERVIDOR NA UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ

## IV Encontro de Produção de Pesquisa Científica de Servidores Docentes e Técnicos-Administrativos da UFC

Ana Carolina da Costa Araujo, Carolina Carneiro Rocha

Durante anos, o foco da Psicologia do Trabalho manteve-se distante da relação entre trabalho e saúde, voltando-se à obtenção da produtividade em detrimento do interesse pela atividade e pelo discurso do trabalhador. Com o surgimento de uma nova vertente, mais focada nos problemas sociais e humanos presentes dentro e fora dos espaços organizacionais, o olhar do psicólogo tornou-se mais atento aos processos de trabalho que podem ter consequências negativas para a saúde física e mental dos trabalhadores. A realização de atividades coletivas em saúde mental vira uma alternativa para a estruturação e o fortalecimento de vínculos, para a segurança e proteção social do servidor, bem como para promover a construção coletiva de soluções aos problemas enfrentados na relação sujeito-trabalho. Neste contexto, objetiva-se apresentar os resultados iniciais das experiências de cuidado em grupo realizadas pelo Serviço de Psicologia da CPASE a servidores da UFC, através da metodologia de relato de experiência. Foram realizados dois trabalhos grupais: o primeiro com uma categoria profissional específica, de demanda livre e caráter terapêutico, e o outro com a equipe de um mesmo setor, partindo de objetivos pré-definidos e baseado no campo da saúde do trabalhador. Em ambos, houve forte engajamento dos participantes, aprofundamento do relacionamento entre colegas, aumento da sensação de apoio e observação coletiva dos desafios enfrentados. Percebe-se que o grupo de saúde do trabalhador resultou em impactos mais concretos na rotina da equipe, enquanto o de enfoque terapêutico provocou reflexões pessoais e profissionais mais aprofundadas que não se esgotaram no período do grupo e se desdobraram em buscas individualizadas por assistência psicológica. Conclui-se que ambos os modelos trazem benefícios para a saúde dos servidores e atendem aos objetivos do Serviço de Psicologia, sendo necessário, contudo, que se atente às diferenças de objetivos e adequação do público em cada proposta.

Palavras-chave: Grupos psicológicos. Saúde Mental do trabalhador. Qualidade de vida no trabalho.