Caminhos do Sentir inicia 5° edição e promove acolhimento e desenvolvimento emocional de servidores

Date : 03-09-2025

Grupo Terapêutico "Caminhos do Sentir"

A 5ª edição do Grupo Terapêutico “Caminhos do Sentir: Aprendendo, Reconhecendo e Convivendo com as Emoções" teve início na tarde desta quarta-feira (03). A atividade é promovida pelo Núcleo de Atenção à Saúde do Trabalhador (Nast), vinculado à Secretaria Municipal de Gestão e Inovação.

Voltado à psicoeducação, o grupo estimula os participantes a desenvolverem um olhar para dentro de si, com o objetivo de identificar as próprias emoções e aprimorar competências emocionais, comportamentais e relacionais. Ao todo, 15 pessoas estão inscritas nesta edição. Os encontros acontecem sempre às quartas-feiras, das 16h às 17h30, na sede do Nast, localizada na Rua dos Fonsecas, nº 130, Centro.

O primeiro encontro foi mediado pelas psicólogas Isabel de Jesus e Núcia Normando e se destacou pelo clima acolhedor, embalado por músicas relaxantes e motivacionais. Durante a atividade, também foram distribuídos panfletos ilustrados com as emoções retratadas no filme Divertida Mente 2.

Acolhimento

Segundo a psicóloga Isabel de Jesus, serão realizados oito encontros, que envolvem instruções teóricas e vivências práticas. “Uma das maiores demandas do ambiente de trabalho é saber identificar e lidar com as emoções. Nosso objetivo é oferecer esse suporte, para que as pessoas se expressem de forma efetiva e sem causar danos”, explicou.

Isabel de Jesus

Rosi Neri e Priscilla Souza

Para a servidora Priscilla Souza, que atua nos serviços gerais há quatro anos, a experiência contribui diretamente para a gestão emocional. “Lidar com pessoas é difícil, principalmente em escolas, porque encontramos realidades muito diferentes no dia a dia. Aqui eu me sinto acolhida e estou aprendendo a entender o meu lado e o lado do outro também.”

Já a vacinadora Rosi Neri, com 25 anos de atuação, destacou a importância da iniciativa para o fortalecimento da saúde do servidor. “É uma forma de valorizar o servidor. Aqui a gente conhece novas pessoas e compartilha vivências. Minha expectativa é levar essas experiências para o dia a dia no acolhimento aos pacientes, servindo a população com mais qualidade.”