Caminhos do Sentir: Nast oferece suporte psicológico em forma de terapia coletiva para servidores

Date : 20-03-2024

A segunda edição do grupo terapêutico "Caminhos do Sentir" teve início nesta quarta-feira (20), no auditório do Núcleo de Atenção à Saúde e Segurança do Trabalho (Nast). O grupo oferece suporte psicológico em forma de terapia coletiva para 30 servidores municipais.

O "Caminhos do Sentir" integra uma série de grupos terapêuticos oferecidos pelo Nast ao longo do ano. Durante as sessões que acontecem sempre às quartas, os participantes terão a oportunidade de compartilhar suas experiências, desafios e emoções, além de receber orientações e o acompanhamento dos psicólogos Ernandes Mendonça e Núcia Normando.

Uma das participantes é Iara Teles, servidora da Secretaria Municipal de Saúde (SMS). Ela relata que, após ter participado de outro grupo terapêutico oferecido pelo Nast, foi recomendada a participar. “Acho muito importante ter um espaço para cuidar da saúde mental e emocional”, salientou Iara.

Segundo Ernandes, o grupo Caminhos do Sentir, assim como os demais grupos, possui abordagem específica para atender às necessidades dos participantes. “Após um processo de triagem, identificamos, entre os servidores, o público-alvo adequado para cada grupo, garantindo que as pessoas certas se beneficiem das atividades propostas”, destacou o psicólogo.

Além do "Caminhos do Sentir", estão em atividade no Nast os grupos: " Vivência em Mindfulness", “MoviMente” e, em comemoração ao mês da mulher, o "Mulheres de Fibra". “São ações fundamentais para promover um ambiente de trabalho saudável e contribuir para o equilíbrio emocional dos profissionais”, ressaltou Ernandes.