Grupo terapêutico voltado ao desenvolvimento emocional de servidores municipais teve início nesta quarta

Date : 13-09-2023

O primeiro encontro do Grupo Terapêutico, "Caminhos do Sentir: Aprendendo, Reconhecendo e Convivendo com as Emoções", foi realizado com a presença de cerca de 30 servidores municipais, reunidos na tarde desta quarta-feira (13), no auditório do Núcleo de Atenção à Saúde do Trabalhador (Nast).

A terapia, que terá a duração de 11 encontros, é voltada para o desenvolvimento de competências emocionais, comportamentais e relacionais, através da identificação, compreensão e reflexão das emoções. "Ela visa ajudar os participantes a desenvolver competências para lidar e conviver de forma saudável com suas emoções", explica a psicóloga do Nast, Núcia Maria Normando.

Ainda segundo Núcia, a metodologia aplicada nos encontros, feita por meio de conversas e dinâmicas grupais, favorece, sobretudo, o desenvolvimento de habilidades direcionadas ao bem estar social e melhoria das relações de trabalho. "É fundamental que esta terapia aconteça em grupo, para que haja um compartilhamento das experiências entre os participantes", complementou a psicóloga.

Fabiana Novais, servidora do Centro Integrado da Criança e do Adolescente, relata que espera encontrar na terapia uma maneira de lidar melhor com algumas experiências de trabalho. "Como lido de forma direta com pessoas, sobretudo crianças que passaram por abusos, acabo por ter o emocional impactado. Desde o primeiro encontro já percebo a eficácia e também vejo a iniciativa como uma forma de valorização dos servidores", esclareceu Fabiana.

Os encontros ocorrem semanalmente, sempre às quartas-feiras, é mediado pelos psicólogos Ernandes Mendonça e Núcia Mendonça, e promovido pela Coordenação de Gestão e Pessoas, da Secretaria Municipal de Gestão e Inovação (Semgi).