

NOME: Ana Lúcia de Oliveira Araújo

TÍTULO: Doses de saúde mental: Promoção à saúde e espiritualidade no trabalho.

O presente trabalho descreve a fundamentação e os resultados de um projeto de intervenção psicossocial realizado na reitoria de uma instituição pública federal. A iniciativa alinha-se integralmente à Política de Atenção à Saúde do Servidor (PASS) e às diretrizes do Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor Público Federal (SIASS). O aporte legal que sustenta a ação é a Portaria SRH/MP nº 1.261/2010, que normatiza a promoção da saúde e incentiva a criação de espaços terapêuticos e preventivos no ambiente laboral. Adota-se aqui a visão multidimensional da Organização Mundial da Saúde (OMS), que compreende o indivíduo a partir de uma perspectiva biopsicossocial e espiritual. O objetivo geral do projeto é promover o bem-estar integral dos servidores, utilizando tópicos de saúde mental e vivências adaptadas às particularidades do contexto institucional, transpondo a barreira do tecnicismo para alcançar a dimensão humana do trabalhador e promover estratégias de cuidado através das ferramentas da gestaltterapia e da espiritualidade nas organizações, visando à prevenção de adoecimentos mentais e a melhoria no reconhecimento dos processos de saúde mental. A metodologia fundamenta-se na constituição de grupos de encontro de Rogers espaços horizontais de diálogo, fundamentado na experiência direta e no contato autêntico entre os participantes, onde são explorados três eixos centrais: os estudos da Gestalt-terapia, a qualidade de vida nas organizações e a espiritualidade sob a perspectiva da gestão. A abordagem privilegia o processo experiencial, utilizando dinâmicas que estimulam a transição de ajustamentos enrijecidos, caracterizados por rotinas automáticas, alienação e repetição, para ajustamentos criativos. Este movimento permite que o servidor resgate a consciência de suas necessidades e reconheça seus limites éticos e físicos no exercício de suas funções. Sob a lente da Gestalt-terapia, o ambiente de trabalho é compreendido como um campo fenomenológico dinâmico. O servidor não é um mero executor de tarefas, mas um agente que estabelece contatos. A saúde mental, nesta abordagem, é o resultado da capacidade do sujeito de realizar contatos saudáveis, fluidos e nutritivos com o meio, promovendo a *awareness* (autoconfiança e percepção do aqui-agora) e o fortalecimento dos vínculos interpessoais. Ademais, no contexto institucional e da Gestalt-terapia a espiritualidade não se refere a religião ou credos, mas à busca por um sentido, conexão e propósito no ambiente de trabalho (Afonso Murad). Os resultados obtidos, mensurados por meio de instrumentos de avaliação qualitativa e quantitativa, apontam benefícios significativos. Observou-se um crescimento pessoal e o aperfeiçoamento das relações interpessoais, reduzindo conflitos e ruídos comunicacionais, fortalecendo o espírito de solidariedade, pertencimento e formação de vínculos entre colegas de trabalho. A intervenção favoreceu a construção de um clima organizacional pautado na segurança psicológica e na liberdade de expressão, elementos fundamentais para a autorregulação orgânica. Em última análise, o projeto demonstra que, ao valorizar a subjetividade e a espiritualidade na gestão, é possível mitigar o sofrimento mental no serviço público. A relevância desta práxis reside na humanização das instituições, transformando a prática burocrática em um "ser" presente, capaz de integrar produtividade com dignidade e saúde existencial. A relevância deste trabalho para Gestalt-terapia reside na confirmação que o fortalecimento dos vínculos institucionais pode ser realizado através de contatos saudáveis e fluídos com o meio promovendo uma forma de consciência que vai além do intelecto, integrando sensações emocionais, corporais e de pensamento do aqui-agora.

Palavras-chave: Espiritualidade, Gestalt-terapia; Promoção à Saúde; Saúde Mental; Serviço Público.