

news letter

i NOVA

FORMAÇÃO, INFORMAÇÃO, MOTIVAÇÃO



Desde janeiro, a Associação Portuguesa dos Profissionais do Sector Funerário (APPSF) conduziu mais de 120 *workshops* em Portugal. Apoiada pela Servilusa, a organização tem levado a diversas instituições a aprendizagem sobre Psicologia do Luto, Stresse, Motivação de Equipas e até Música e Acupuntura. Nesta edição, seguimos viagem com a APPSF pelos caminhos da formação nacional.

OUTUBRO 2015 / SEMESTRAL

#6

HUMANIZAR O PROCESSO DE FIM DE VIDA

A Associação Portuguesa dos Profissionais do Sector Funerário (APPSF) teve sempre como desígnio responder às necessidades formativas, primeiramente, dos profissionais do setor e, mais tarde, de todos os profissionais que se deparam com o processo de luto e de fim de vida. Em 2013, desenvolvemos o modelo de *workshops* em Psicologia do Luto, que rapidamente foi reconhecido pela inovação, pertinência e qualidade. Em 2015, focámo-nos em criar um plano formativo que fosse ao encontro dos desafios lançados pelas instituições desta área – das forças de segurança e proteção civil às redes de apoio social – seja nos temas ou na abrangência territorial.

Neste contexto, diversificámos as temáticas – à Psicologia do Luto juntou-se a Gestão de Conflitos, a Motivação de Equipas e a Gestão de Stresse, por exemplo – e levámos este modelo de sucesso a outras regiões, além da Grande Lisboa, como o Norte, o Sul e o Centro. Para tal, encontramos os parceiros certos em cada região, que passaram por uma avaliação de competências e de perfil criteriosa. Por outro lado, apostámos também, com o apoio da Servilusa, no investimento em infraestruturas capazes de responder às exigências deste modelo formativo, pela sua dinâmica e interação entre o formador e os formandos.

O sucesso desta aposta é inegável e verifica-se não só no número de ações que, em algumas regiões do país duplicou relativamente ao ano anterior, mas essencialmente na qualidade das mesmas. De acordo com a avaliação efetuada pelos formandos, estas ações apresentam uma qualidade média de 3.8 numa escala de 0 a 4.

À DESCOBERTA DO VERDADEIRO "EU"

Outro desafio lançado à APPSF, pelas instituições que lidam com o processo de fim de vida, em 2015, foi a criação de um projeto que envolvesse a população sénior em atividades lúdicas, com vista à promoção do seu bem-estar e ao despertar das suas capacidades e gostos pessoais, muitas vezes, relegados para segundo plano, por força das exigências do quotidiano. Foi assim que desenvolvemos tardes lúdicas que levaram, por exemplo, a música a essas instituições e revelaram, em muitos casos, o verdadeiro "eu" dos seniores residentes.

Por todas estas razões, a APPSF vai continuar, em 2016, a apostar na formação profissional por todo o país, mas também nas atividades lúdicas dirigidas aos seniores. Entendemos que é este o caminho que nos levará à humanização do processo de fim de vida, seja nos hospitais ou nas instituições.

Não nos podemos esquecer de que o processo de luto toca a todos e envolve famílias inteiras, não podendo continuar a ser subvalorizado pelas instituições.



PAULO MONIZ CARREIRA

Presidente da APPSF

A FORMAR PORTUGAL DE NORTE A SUL



Há dois anos, a APPSF encetou um ciclo de *workshops* inovadores sobre Psicologia do Luto, com o patrocínio da Servilusa. O sucesso deste projeto levou-o pelos caminhos de Portugal e atualmente já não se fala apenas de luto. A *Newsletter i-nova* partiu em digressão com a APPSF e ouviu também falar sobre stresse, motivação de equipas e gestão de conflitos.

✂ VANESSA BILRO E RUTE GONÇALVES ✂ CELESTINO SANTOS E PAULO JORGE MAGALHÃES

ESTOJI APRENDE A GERIR CONFLITOS E A MOTIVAR EQUIPAS

"O que é que vos faz feliz?" Foi com esta pergunta que Fernando Castelo, mestre em Psicologia, deu início à formação sobre Motivação de Equipas ministrada pela APPSF, na Unidade de Cuidados Continuados Integrados Milreu (UCCIM), em Estoi. A tarde de 8 de setembro convidava mais a um passeio pelas praias algarvias, mas o formador "agarrou o público" desde o primeiro momento. Os filhos, o marido, o namorado, a família, a profissão, foram algumas das respostas avançadas pelos formandos. "Pois é a isto que temos de ir buscar motivação para o dia a dia", exemplificou o formador em jeito de conclusão para este primeiro exercício que propôs ao grupo (composto por profissionais das áreas da Psicologia, da Sociologia, da Administração e também das forças de segurança, nomeadamente a PSP).

Ganhas a atenção dos formandos e a vontade de participar ativamente, Fernando Castelo prosseguiu com outros exemplos, munindo-os de ferramentas que colocam a motivação sempre presente nas suas vidas.

De acordo com a diretora da UCCIM, Sandra Marques, "estes momentos formativos assumem grande importância para os profissionais da instituição e servem para estreitar a parceria com a APPSF, que começou em outubro de 2013, com o *workshop* sobre Psicologia do Luto". Esta parceria espelha, de acordo com Armanda Cercas, coordenadora da Servilusa no Algarve, a realidade desta região no que diz respeito às relações de oferta formativa às instituições locais conduzida pela APPSF.

APOIO AO LUTO EM ALCABIDECHE

Com o à vontade de quem já ministra a formação sobre Apoio ao Luto há três anos e a atenção e perspicácia exigidas pela experiência profissional, Victor Sebastião, mestre em Psicologia Clínica e formador

da APPSF, causa empatia desde o primeiro momento. O grupo de formandos – composto por elementos da área da Psicologia, Sociologia, Geriatria e Administração –, que se deslocou a 18 de setembro ao Centro Funerário Agnus Dei, do grupo Servilusa, em Alcabideche (Cascais), não é indiferente ao sorriso e à simpatia do formador e rapidamente se sente confortável para contar a sua história e a sua experiência profissional.

"A 'fórmula' pode ser a mesma, mas cada formação é única e este modelo é inesgotável, porque cada caso é um caso, particularmente numa área como o luto, que permite uma interação subjetiva", defendeu o formador durante a pausa para o lanche. Os registos de Pedro Costa, responsável pelas relações institucionais da Servilusa, atestam a perceção de Victor Sebastião: "A formação na área do Apoio ao Luto continua a ser a mais solicitada pelas instituições por todo o país, apesar de posteriormente solicitarem outras, que incluímos no nosso plano anual, como a gestão de stresse e a motivação de equipas ou a gestão de conflitos."

Retomados os trabalhos, verificamos que a interação subjetiva de que falava Victor Sebastião é bidirecional. Além dos conhecimentos transmitidos pelo formador, este modelo permite que cada um relate a sua experiência e transmita os seus conhecimentos aos restantes elementos.

Foi o que fez Susana Pedras, diretora das Residências Sol e Mar, que sublinhou: "Estas empresas são mais do que agências funerárias e deparam-se, muitas vezes, com questões semelhantes às do nosso quotidiano nas residências. Se há algo que aprendi no meu dia a dia, é que só há uma linguagem universal – a dos afetos –, que nunca pode ser esquecida."

Também Elisabete Gonçalves, diretora de cliente na Casa Azul, quis partilhar os ensinamentos da sua experiência. "Temos sempre de nos



colocar no lugar do outro, de entendê-lo, de lhe dar conforto e carinho. Muitas vezes, são as únicas coisas que podemos fazer pelos nossos residentes e pelas famílias", concluiu.

A FIGUEIRA SEM STRESSE

Há uma caixa fechada a passar de mão em mão numa das salas do Hospital Distrital da Figueira da Foz. Ninguém sabe o que lá está. A caixa para nas mãos de Isabel, uma dos 23 participantes (entre enfermeiros, médicos, fisioterapeutas) da formação em Gestão do Stresse. "Quer abrir?", pergunta a formadora e *coach* Anabela Oliveira. "Aceito o desafio, desde que não tenha um sapo lá dentro!", responde, inquieta, a profissional de saúde. Descoberto o mistério, afinal, nada mais se mostrou do que um punhado de rebuçados. "Pois é", racionaliza Anabela, "às vezes sofremos por antecipação".

Este foi um dos exercícios da formação de 22 de setembro, ministrada pela APPSF. O primeiro objetivo foi tentar definir o que é o stresse; depois, dedilharam-se as circunstâncias pessoais e profissionais nas quais esta situação ocorre – "a falta de tempo", "a morte" ou "a preguiça dos filhos em estudar" foram exemplos partilhados. Por fim, enumeraram-se e experimentaram-se estratégias para aliviar o stresse.

Da "bancada", Luís Matos Cabo e Luís Pinto, responsáveis pelas relações institucionais da Servilusa na zona Centro, observam o diálogo. O primeiro explica que a relação de proximidade com o "muito bem referenciado" hospital é de longa data. "Normalmente os formandos gostam muito, não só pela formação como pela oportunidade de conviver", complementa Anabela Oliveira. Assim se viu no final, quando os participantes sorriam de olhos fechados. ■





TOCAR NO CORAÇÃO PARA DESPERTAR A ALMA

As áreas da música, arranjos florais e acupuntura são também apostas formativas da APPSF. Fomos a Cascais ouvir cantar as “Rosas” e “Júlias” das canções, e perceber como se afina um lar.

✍ INÉS RAMOS 📷 CELESTINO SANTOS

A melodia do alaúde entrou de mansinho no Lar de São Vicente, em Alcabideche (Cascais). Na sala de convívio – com lotação esgotada – espreitam sobrolhos desconfiados e sorrisos tímidos. Há um mundo fechado em cada um destes rostos à espera de um momento que lhes desperte a alma. É então que a voz doce de Diana ganha terreno à solidão, fazendo acreditar que há um futuro que pode ser vivido com alegria.

“O objetivo destas intervenções é trazer bem-estar às pessoas, ajudando-as a sair da rotina e criando um espaço onde se possam expressar e interagir”, explica Diana Matos, da Associação Portuguesa de Música nos Hospitais e Instituições e Solidarietà. A missão destes profissionais é contribuir para a humanização das instituições, trazendo alegria aos rostos de quem tem muitas vezes a solidão como única companhia. Foi o que aconteceu no dia 17 de setembro, durante o *Workshop* de Música promovido pela APPSF, com o patrocínio da Servilusa e da Agnus Dei.

TRABALHAR COM A VIDA

Embalado por um reportório de época – ao som de um alaúde renascentista –, o grupo volta a franzir a testa quando soam os primeiros acordes de “Olhos Castanhos”, os tais de encantos tamanhos.

O coro começa tímido, mas assim que entram a “Rosinha dos Limões” e a “Júlia Florista”, perde a vergonha e deixa-se levar por memórias já esquecidas. Por instantes, regressam à juventude, aos namoricos e às aulas de costura.

“A música toca-nos cá dentro. E hoje vi pessoas que normalmente se fecham no seu mundo a cantar sem receios. Há uma senhora invisual que eu nem imaginava que gostava de cantar, porque passa os dias chorosa.” Maria do Rosário Reis é técnica superior de Serviço Social no Lar de São Vicente e não hesitou quando a APPSF lhe bateu à porta. “A APPSF e as agências funerárias não trabalham só a morte. Trabalham com a família e os amigos; com afetos e emoções. E a música desperta esses sentimentos, faz parte da vida.”

A ideia de organizar estes *workshops* – serão oito até ao final do ano – partiu dos técnicos de relações institucionais da Servilusa e foi imediatamente apadrinhada pela APPSF. Na opinião de Vítor Sebastião, psicólogo clínico e formador da Associação, estas iniciativas são uma forma de fazer “mudanças positivas” na vida das pessoas. “Hoje houve uma grande transmissão de harmonia, conforto e acima de tudo alegria. Foi isso que a Diana conseguiu transmitir na voz, no som do alaúde e também na honestidade do olhar e do toque.” ■



PROPRIEDADE

Associação Portuguesa dos Profissionais do Sector Funerário

APPSF

Edifício Santa Teresa, Rua Luís de Camões, n.º 27
2610-105 Amadora
Tel.: (+351) 214 706 420 Fax: (+351) 214 706 499
E-mail: direcao@assppsf.com

EDIÇÃO



Conteúdos Criativos, Lda.

Travessa da Palma, n.º 14, 2705-859 Terrugem SNT
Tel.: (+351) 912 359 837
E-mail: geral@ccriativos.pt

PATROCÍNIO

 **Servilusa**
Agências funerárias
800 204 222
servilusa@servilusa.pt