

Trabalho apresentado no 22º CBCENF

Título: “ESPACO MOMENTO EU” - Relato em um curso de enfermagem

Relatoria: Morgana Cristina Nardi

Daiana Brancalione

Autores: Manuela Marciane Calderan

Marta Kolhs

Modalidade: Pôster

Área: Políticas Públicas, Educação e Gestão

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

Introdução: A transição das fases temporal na vida das pessoas é cercada de mudanças extremamente complexas, cheias de confrontos e enfrentamento. Um dos períodos que isso se acentua é na adolescência/juventude, o qual aqui chamaremos de fase universitária, onde é comum a saída da casa dos pais, ambiente considerado seguro, para morar em outras cidades. O ambiente universitário pode produzir de forma mais intensa as demandas sociais encontradas no dia-a-dia, tais como: trabalho em equipe, interação com colegas, professores com diferentes características sociais e pessoais, fatores estes que podem explicar a formação dos grupos de afinidades¹. Objetivos: Acompanhar as vivências de acadêmicos em uso do ‘espaço momento eu’. Método: Trata-se de um relato de vivência dos bolsistas do programa de extensão Saúde e Equilíbrio que tem como ação o “espaço momento eu” dentro do departamento de enfermagem da Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC). Relato: O “espaço momento eu” surgiu de um projeto de extensão universitária, com intuito de contribuir na saúde mental dos acadêmicos. O espaço está disponível aos acadêmicos de segunda a sexta feira, das 08 às 19 horas, localizado em uma sala dentro da biblioteca do departamento de enfermagem. O espaço foi pensado e criado com o objetivo de acolher a ansiedade, o sofrimento, o medo e transformá-los em reflexões, motivação e autoconhecimento. No ano 2018, ano de sua criação, o espaço foi visitado/utilizado por 126 acadêmicos, os quais o avaliaram positivamente. O ambiente/sala tem uma parede de vidro onde entra luminosidade natural e outra com um painel de uma paisagem; está organizada por almofadas sobre um tapete para sentar; uma fonte com água; e vasos com plantas naturais para deixar o ambiente aconchegante; como um meio para relaxar e diminuindo a tensões. Percebe-se que o espaço, devido sua organização, vem proporcionando a comunidade acadêmica momentos para refletir sobre suas atitudes, escolhas, o autoconhecimento através da meditação, e de expressão de sentimentos. Conforme relato dos acadêmicos o ambiente possibilita o relaxamento como forma de amenizar a ansiedade, insegurança e as tensões do cotidiano. Considerações Finais: O “espaço momento eu” é uma forma que a universidade tem olhado para os acadêmicos, visto que estes vem vivenciando muitas mudanças e desafios. Proporcionando aos acadêmicos o crescimento pessoal e profissional, permitindo auxiliar seus pares e vice-versa.