

ESPERANÇA E PROJETO DE VIDA NO CAPS AD: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE INTERVENÇÕES EM GRUPO

Ana Luísa Rodrigues Caetano¹

Maria Cecília Oliveira Pimentel Ferreira¹

Conceição de Maria Castro de Aragão²

RESUMO

O artigo consiste em um relato de experiência desenvolvido durante o Estágio do núcleo comum III – Promoção e Prevenção à Saúde, realizado no CAPS AD no município de Piripiri-PI. O trabalho teve como objetivo fortalecer a esperança e as perspectivas de futuro dos usuários por meio de intervenções grupais. Durante dez semanas, foram realizadas atividades grupais, oficinas, visitas domiciliares, registros em prontuários e ações de matriciamento. Destacaram-se as intervenções “Janela do Futuro” e “O que ainda é possível?”, que estimularam a expressão de sonhos, reflexão sobre escolhas e estratégias de enfrentamento. A experiência contribuiu para a aplicação dos conhecimentos teóricos e para o desenvolvimento de habilidades como escuta qualificada, acolhimento, planejamento, condução de grupos, fortalecimento de vínculos e atuação humanizada.

Palavras-chave: CAPS AD. Esperança. Psicologia. Humanização

¹ Graduando em Psicologia – Centro Universitário Chrisfapi.

² Mestre - Docente do curso de Bacharelado em Psicologia - Centro Universitário Chrisfapi

1 INTRODUÇÃO

Este artigo consiste em um relato de experiência decorrente do Estágio do Núcleo Comum III – Promoção e Prevenção à Saúde, realizado no Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas (CAPS AD), no município de Piripiri-PI. A vivência possibilitou a aproximação com o campo da saúde mental, permitindo conhecer a dinâmica institucional, as demandas dos usuários e as estratégias de cuidado desenvolvidas no serviço. A saúde mental tem ocupado espaço significativo nas discussões sobre saúde pública, especialmente diante dos impactos do sofrimento psíquico e do uso abusivo de álcool e outras drogas na qualidade de vida dos indivíduos e de seus familiares.

Nesse contexto, a Reforma Psiquiátrica Brasileira promoveu mudanças significativas no modelo de atenção à saúde mental, substituindo gradualmente a lógica hospitalocêntrica por uma abordagem humanizada, comunitária e em liberdade. Esse processo foi fortalecido por legislações como a Lei nº 10.216/2001, que redirecionou o modelo assistencial e assegurou direitos às pessoas com transtornos mentais (Berlinck; Magtaz; Teixeira, 2008). A partir dessa perspectiva, a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) passou a articular diferentes serviços destinados ao cuidado integral de pessoas em sofrimento psíquico e com demandas relacionadas ao uso de álcool e outras drogas (Radis; Stevanim, 2025).

Como integrante da Rede de Atenção Psicossocial, o CAPS AD de Piripiri-PI, implantado em 2008, conta com uma equipe multiprofissional e desenvolve diferentes estratégias terapêuticas, incluindo oficinas, atendimentos individuais e grupais e acompanhamento médico. De acordo com as observações realizadas, durante a permanência no CAPS AD, foi possível identificar a necessidade de promover momentos de reflexão acerca do futuro e da esperança, considerando a importância de criar espaços que favoreçam a reflexão sobre expectativas, objetivos e possibilidades futuras, contribuindo para a construção de novos significados e perspectivas de vida. A experiência de estágio possibilitou a realização de atividades voltadas à reflexão sobre projetos de vida e perspectivas futuras, favorecendo a expressão de desejos, expectativas e objetivos dos usuários. Essas ações contribuíram para o reconhecimento de recursos pessoais, a ampliação das perspectivas em relação ao futuro e a reflexão sobre diferentes possibilidades, fortalecendo aspectos relacionados à esperança e ao processo de cuidado psicossocial.

2 OBJETIVOS

Objetivo Geral:

analisar, a partir de um relato de experiência, as possibilidades de intervenções grupais voltadas à promoção da esperança e projetos de vida entre usuários do CAPS AD.

Objetivos Específicos:

- descrever as intervenções grupais desenvolvidas com os usuários.
- desenvolver a percepção de múltiplas possibilidades de ação diante de situações cotidianas.
- refletir sobre as contribuições das intervenções grupais para o cuidado psicossocial no CAPS AD

3 MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo e reflexivo, desenvolvido a partir das vivências realizadas durante o Estágio do Núcleo Comum III – Promoção e Prevenção à Saúde, realizado no Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas (CAPS AD), no município de Piripiri-PI, durante dez semanas, com encontros semanais, as intervenções ocorreram com a participação voluntária dos usuários, contando com aproximadamente 13 pessoas, sendo em sua maioria homens adultos. O estágio, teve como propósito principal colaborar para articulação do aprendizado, entre os conhecimentos teóricos adquiridos durante a formação acadêmica e a experiência real, permitindo maior articulação entre teoria e prática no âmbito da saúde mental

Ao longo do período, aconteceram diferentes atividades desenvolvidas pelo CAPS AD, incluindo visitas domiciliares, registros em prontuários, participação em matriciamento, busca ativa, atividades e intervenções grupais. Desenvolvendo um olhar mais amplo e crítico sobre a atuação profissional, diante de acontecimentos reais, permitindo compreender as demandas dos usuários e a relevância do trabalho da equipe multiprofissional no processo de adoecimento e os impactos na vida de cada usuário.

As experiências foram seguidas por meio da observação e participação das ações propostas pela instituição. As vivências de estágio foram registradas em diários de campo. Os registros apresentavam as atividades realizadas, as dúvidas durante as vivências, os

aprendizados construídos e as reflexões acerca das experiências. Os diários serviam como suporte nos momentos de orientação de estágio, contribuindo para as discussões, a articulação entre teoria e prática e o acompanhamento do processo formativo. Os diários de campo foram utilizados para sistematizar a experiência vivenciada no campo de estágio. Desse modo, as estagiárias além de viverem cada experiência, puderam desenvolver suas próprias opiniões, e aprender sobre a realidade em diversos contextos e situações.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

No contexto dos serviços ofertados pelo Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas (CAPS-AD), a experiência de estágio possibilitou a aproximação com diferentes estratégias de cuidado desenvolvidas no serviço e permitiu observar demandas relacionadas às condições de vida, aos vínculos familiares, às dificuldades decorrentes do uso de substâncias psicoativas e às perspectivas dos usuários em relação ao futuro. Durante as vivências, foi possível observar que, para além dos atendimentos e das atividades desenvolvidas pela instituição, aspectos relacionados aos desejos, às expectativas e às perspectivas de futuro também estiveram presentes nas interações com os usuários.

Ao longo das dez semanas de acompanhamento, houve contato direto com os participantes e a oportunidade de conhecer suas histórias, demandas e processos de cuidado. Foram realizadas atividades grupais, oficinas, visitas domiciliares, registros em prontuários, busca ativa, participação em ações de matriciamento e atividades de produção artística, nas quais foi possível observar o papel da arte como instrumento de expressão e promoção do bem-estar. Todas as vivências foram imprescindíveis para a compreensão da complexidade do cuidado em saúde mental e para a percepção de que o cuidado em saúde mental está além das demandas relacionadas ao uso de substâncias psicoativas, sendo fundamental um olhar ampliado para os desejos, vínculos e possibilidades na trajetória de vida de cada usuário. O preenchimento de prontuários permitiu compreender a importância da documentação adequada, das informações referentes ao acompanhamento dos usuários, contribuindo para a organização do serviço e a comunicação entre os profissionais da equipe.

Dentre todas as experiências vivenciadas, as visitas domiciliares ocuparam um lugar de grande relevância. Ao todo, foram acompanhadas sete visitas, que proporcionaram uma compreensão mais ampla da realidade enfrentada pelos usuários e seus familiares. Durante

esses momentos, foi possível observar situações de vulnerabilidade social, dificuldades econômicas, isolamento, fragilidade dos vínculos familiares e os impactos decorrentes do uso de substâncias psicoativas. Por outro lado, as visitas também evidenciaram a presença de esperança, apoio familiar e desejo de mudança. Houve, ainda, contato com familiares empenhados em oferecer suporte às pessoas próximas e com usuários que demonstravam esforço para reconstruir suas vidas, apesar dos desafios enfrentados. Muitos relataram as perdas e sofrimentos decorrentes do uso de substâncias, bem como as dificuldades encontradas para manter a abstinência e lidar com episódios de recaída.

Dentre as intervenções realizadas em grupo destacam-se: “Janela do Futuro” e “O que ainda é possível?” A compreensão das intervenções desenvolvidas foi orientada pela Teoria da Esperança de Snyder (1995), segundo a qual a esperança pode ser entendida como um processo cognitivo que envolve não apenas o estabelecimento de objetivos, mas também a motivação para os alcançar e a capacidade de traçar caminhos viáveis para isso. Nesse sentido, a esperança deixa de ser vista como algo abstrato ou puramente emocional e passa a ser compreendida como um processo que envolve objetivos, percepção de caminhos possíveis e motivação para a ação.

No contexto do CAPS AD, essa perspectiva é especialmente relevante, considerando que muitos usuários vivenciam situações de vulnerabilidade, marcadas por rupturas de projetos de vida e dificuldades em visualizar possibilidades futuras. Assim, trabalhar a construção de objetivos realistas, bem como fortalecer a percepção de caminhos possíveis, pode contribuir diretamente para o processo de cuidado e reabilitação psicossocial.

A Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) é constituída por diferentes serviços e dispositivos de saúde que atuam de forma articulada no cuidado às pessoas em sofrimento mental e àquelas que apresentam necessidades relacionadas ao uso de álcool e outras drogas. Essa organização busca favorecer um cuidado integral, considerando as diferentes necessidades dos usuários e a importância da articulação entre os serviços da rede (Brasil, 2026). Durante a experiência de estágio, foi possível perceber, na prática, a importância da articulação entre os diferentes dispositivos que compõem a RAPS.

Essa articulação em rede, em busca de um cuidado integral, culminou na realização da primeira intervenção, denominada “Janela do Futuro”, que ocorreu no dia 22 de maio de 2026 e contou com a participação de 13 pessoas. Teve como objetivo estimular a esperança, a construção de perspectivas futuras e a expressão subjetiva dos participantes. Inicialmente, foi

realizada uma breve contextualização sobre a importância da esperança e da reflexão sobre o futuro. Em seguida, os participantes construíram uma “janela” simbólica utilizando materiais expressivos para representar seus desejos, sonhos, objetivos e expectativas para o futuro por meio de desenhos, colagens e palavras. Ao final da atividade, foi realizado um momento de compartilhamento voluntário das produções, seguido de uma reflexão coletiva.

A atividade possibilitou aos participantes refletirem sobre o que desejam para o futuro. Essa experiência pode ser relacionada à Teoria da Esperança de Snyder (1995), que explica o conceito de esperança, vista como a capacidade do indivíduo de trilhar caminhos que levam ao destino desejado, ajudando as pessoas a terem algo para se sentirem motivadas a trilhar esse caminho. Além disso, Snyder explica que esse processo de esperança precisa de três componentes: que a pessoa tenha pensamentos focados, que desenvolva estratégias com antecedência para conseguir atingir o objetivo e que a pessoa precisa estar motivada para realizar um esforço necessário para alcançar o objetivo. Dessa forma, a teoria da Esperança pode ser associada à intervenção "Janela do Futuro", uma vez que tem a identificação e a representação dos objetivos e sonhos que os usuários desejam alcançar, gerando uma motivação para atingir essa meta no futuro.

A segunda intervenção, denominada “O que ainda é possível?”, realizada no dia 29 de maio de 2026, também contou com 13 participantes. A proposta buscou promover a flexibilidade cognitiva, estimular a percepção de possibilidades e fortalecer a esperança como um processo ativo. A atividade foi conduzida por meio da apresentação de situações cotidianas que incentivaram os participantes a pensarem e verbalizarem diferentes formas de agir diante de cada contexto. Durante a discussão, foram realizadas perguntas mediadoras que favoreceram a reflexão sobre alternativas, escolhas e estratégias de enfrentamento. Ao final, foi realizada uma reflexão coletiva sobre a existência de diferentes possibilidades diante das dificuldades vivenciadas.

Essa atividade ampliou as discussões realizadas na intervenção anterior, pois, além de pensarem sobre o futuro, os usuários participantes foram convidados a refletirem sobre os possíveis caminhos diante das dificuldades. Apresentando relação com a Teoria da Esperança, proposta por Snyder (1995), ao considerar que a esperança envolve não apenas o desejo de alcançar determinado objetivo, mas também a capacidade de identificar caminhos e estratégias para concretizá-lo, mesmo diante de possíveis obstáculos. Nesse sentido, a atividade buscou

estimular os participantes a reconhecer diferentes possibilidades de ação e refletir sobre estratégias para lidar com as situações apresentadas, favorecendo a construção de perspectivas futuras e o fortalecimento da esperança.

As duas intervenções contaram com a participação ativa dos usuários, proporcionando momentos de reflexão e compartilhamento de experiências. As atividades evidenciaram a importância do espaço grupal como possibilidade de expressão, interação e compartilhamento de experiências, favoreceram também discussões sobre sonhos, projetos de vida, tomada de decisões e possibilidades de mudança, contribuindo para o fortalecimento da esperança e para a valorização das potencialidades individuais dos participantes. Ademais, as atividades grupais, oficinas e visitas domiciliares contribuíram para ampliar a compreensão das demandas dos usuários e para fortalecer vínculos interpessoais, aspectos fundamentais no processo de cuidado em saúde mental.

A experiência de estágio possibilitou o desenvolvimento de competências essenciais à formação em Psicologia, como escuta qualificada, observação, comunicação interpessoal, planejamento e condução de intervenções grupais. O contato direto com os usuários, familiares e equipe multiprofissional favoreceu a compreensão da atuação do psicólogo no contexto da atenção psicossocial e do trabalho em rede. Além disso, as visitas domiciliares e a participação nas atividades do serviço contribuíram para o desenvolvimento de uma postura ética, crítica e sensível diante das diferentes realidades e demandas apresentadas pelos usuários.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando as experiências vivenciadas, o estágio no CAPS AD constituiu uma importante oportunidade de aprendizagem e desenvolvimento profissional, possibilitando articulação entre teoria e prática. As intervenções desenvolvidas, especialmente as visitas domiciliares e a participação nos registros de prontuários, contribuíram para a ampliação da compreensão do papel do(a) psicólogo(a) nesse campo, assim como a importância do trabalho multiprofissional e da continuidade do acompanhamento dos usuários. Destaca-se, ainda, a relevância do CAPS AD enquanto espaço de cuidado, acolhimento e construção de conhecimento, favorecendo ao longo de todo o estágio a aproximação com a prática pautada na ética, na escuta e no respeito à singularidade dos usuários.

Além disso, o estágio proporcionou o desenvolvimento de habilidades essenciais para a formação acadêmica e profissional, como a escuta qualificada, o trabalho em equipe, a empatia e a compreensão das demandas relacionadas ao cuidado em saúde mental. A vivência prática possibilitou a articulação entre os conhecimentos teóricos e a realidade dos serviços de saúde, contribuindo para uma formação mais humanizada. Também possibilitou compreender a importância da Rede de Atenção Psicossocial na oferta de um cuidado articulado entre os diferentes serviços, bem como a relevância do cuidado em liberdade, favorecendo a inclusão social e o fortalecimento de vínculos familiares.

REFERÊNCIAS

- BERLINCK, M. T.; MAGTAZ, A. C.; TEIXEIRA, M. A Reforma Psiquiátrica Brasileira: perspectivas e problemas. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, v. 11, n. 1, p. 21–28, mar. 2008.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Psicossocial. **Rede de atenção psicossocial**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/desmad/raps>. Acesso em: 01 de setembro de 2026.
- MULDER, Patty. Snyder's Hope Theory: the basics and elements. **Toolshero**, 2020. Disponível em: <https://www.toolshero.com/personal-development/snyders-hope-theory/>. Acesso em: 3 maio 2026.
- RADIS; LUIZ FELIPE STEVANIM. **Entenda a Rede de Atenção Psicossocial (Raps) – Saúde Mental**. Disponível em: <https://radis.ensp.fiocruz.br/reportagem/saude-mental-reportagem/entenda-a-rede-de-atencao-psicossocial-raps/>. Acesso em: 2 de maio 2026.
- SNYDER, C. Rick. Conceptualizing, measuring, and nurturing hope. **Journal of Counseling & Development**, v. 73, n. 3, p. 355-360, 1995. Acesso em: 4 maio 2026.