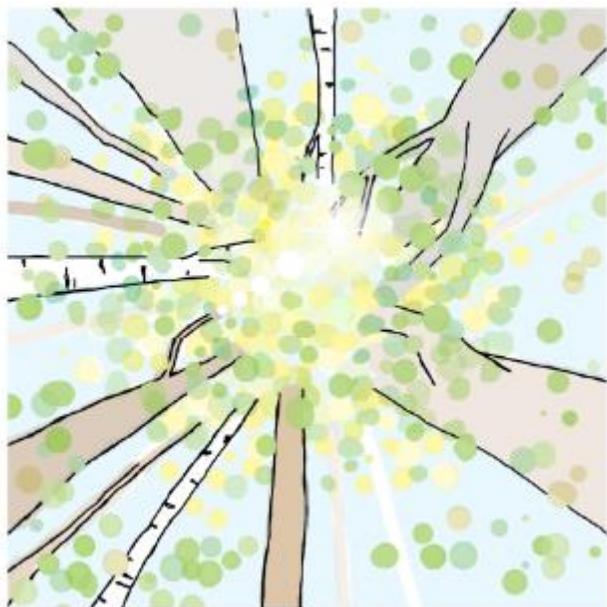


Guia do Usuário da Saúde Mental - GUSM



GUSM

O GUIA DO USUÁRIO DA SAÚDE MENTAL - GUSM

1º PASSO: VENCER A SI MESMO

2º PASSO: NOVOS TEMPOS

3º Passo: O SAMBA DA REFORMA PSIQUIÁTRICA

4º Passo: PORTAS ABERTAS

6º Passo - SUFOCO DA VIDA: FALANDO SOBRE INTERNAÇÃO

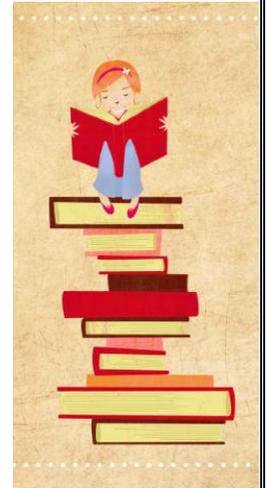
7º PASSO - CONQUISTANDO NOSSOS DIREITOS

8º PASSO: CONSTRUINDO OUTRAS POSSIBILIDADES - O CONTROLE SOCIAL

9º PASSO - AUTONOMIA

10º Passo - AUTONOMIA COLETIVA OU SOCIAL?

11º Passo - A EXPERIÊNCIA GUSM



APRESENTAÇÃO O GUIA DO USUÁRIO DA SAÚDE MENTAL - GUSM

<Apresentação do e combinados do grupo>

Dinâmica “Nossa Identidade”

Roda de Apresentação.



Guia do Usuário de Saúde Mental (GUSM)

O Guia do Usuário da Saúde Mental (GUSM) é um projeto que vem sendo desenvolvido pela Associação Florescendo a Vida de Familiares, Amigos e Usuários dos Serviços de Saúde Mental de Campinas (AFLORE) desde março de 2010. A AFLORE existe desde dois dezembro de 2005 e busca através da realização de ações e atividades educativas, culturais, de reinserção social e capacitações, dar suporte aos usuários da saúde mental, familiares e demais pessoas ou entidades que desenvolvam atividades semelhantes às preconizadas pela associação ou que necessitem de apoio. A Associação surgiu a partir da iniciativa de familiares, usuários e profissionais de serviços da rede de saúde mental, de Campinas (cidade localizada no interior do estado de São Paulo), sensibilizados pela causa e que buscavam novas alternativas e atividades que contemplassem a necessidade dos usuários da saúde mental e suas famílias.

A proposta é de que o GUSM tenha como função nortear grupos compostos por usuários de Centros de Atenção Psicossocial III (CAPS III) de Campinas, tendo como facilitadores os próprios membros da AFLORE, também usuários da saúde mental, e outros integrantes da associação. O objetivo é promover, através de perguntas e pequenos textos disparadores, discussões que **caminhem, coletivamente, para o fortalecimento da autonomia dos usuários participantes a partir do processo de reflexão sobre seu próprio tratamento e do funcionamento do serviço onde fazem o tratamento.** A idéia é que, quanto mais os sujeitos conhecem sobre seu tratamento

e o lugar em que são cuidados, assim como seus direitos e a política dos serviços de saúde em que estão inseridos, mais eles se “empoderarão” da sua condição de cidadãos, a qual necessita, a todo o momento, ser garantida e assumida.

O projeto do GUSM tem como objetivos:

- Dar suporte aos usuários, a partir da participação nos grupos, para adquirirem melhor compreensão sobre seu problema de saúde e condição social.
- Discutir diferentes formas de tratamento em saúde mental, práticas internas e externas às desenvolvidas nos serviços de saúde mental, tais como práticas intersetoriais e de outros serviços da rede de assistência em saúde mental como os Centros de Convivência, Unidades Básicas de Saúde e Oficinas de Geração de Renda.
- Fortalecer, através das discussões nos grupos, o usuário da saúde mental enquanto ator social e agente fundamental para o controle social dos serviços de saúde mental em que estão inseridos e o incentivo para que estes possam também participar de outros fóruns de discussão e controle social da rede municipal saúde.

- Difundir e levar ao conhecimento de um maior número de usuários dos serviços de saúde mental de Campinas a missão e os objetivos da AFLORE, enquanto agente promotor de debates, reflexão, regulação e construção de políticas públicas de saúde mental no município. Contribuindo assim para o reconhecimento das associações de usuários e familiares como um importante canal de diálogo entre os usuários, os espaços de gestão e o controle social dos serviços de saúde mental CAPS III.

- Promover um espaço de avaliação participativa do funcionamento dos CAPS III no município de Campinas, a partir da perspectiva dos usuários, devido ao fato de que a compreensão e experiência pregressas que serão trazidas pelos usuários que irão compor os grupos, acerca do tratamento que realizam e o funcionamento dos serviços onde o fazem, serão fundamentais para discussão e debates realizados nos grupos visando aumentar a compreensão que os mesmos têm sobre o seu tratamento e o funcionamento destes mesmos serviços em que estão inseridos. Sendo assim, estas informações revelarão um dado importante acerca do impacto que às atividades desenvolvidas nos CAPS III tem na população usuária segundo a opinião sobre como ele se sente no serviço.

Aqui você pode se sentir livre para escrever uma música, poesia, desenhar ou, qualquer outra coisa que quiser, sobre o que conversamos no anteriormente.

1º PASSO: VENCER A SI MESMO

<Fortalecendo o vínculo e construindo um ambiente de confiança>

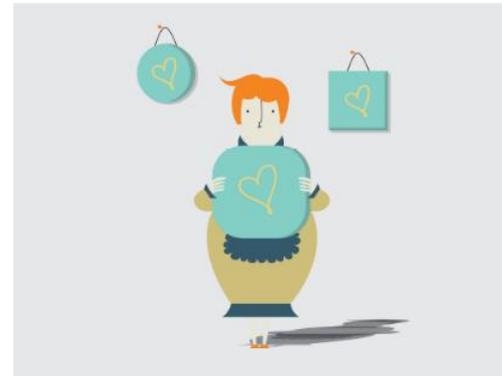
Música:

Sonho Impossível

Composição: Joe Darion, Mitch Leigh (versão em português de Chico Buarque)

Sonhar
Mais um sonho impossível
Lutar
Quando é fácil ceder
Vencer
O inimigo invencível
Negar
Quando a regra é vender
Sofrer
A tortura implacável
Romper
A incabível prisão

Voar
Num limite improvável
Tocar
O inacessível chão
É minha lei, é minha questão
Virar esse mundo
Cravar esse chão
Não me importa saber
Se é terrível demais
Quantas guerras terei que vencer
Por um pouco de paz
E amanhã, se esse chão que eu beijei
For meu leito e perdão
Vou saber que valeu delirar
E morrer de paixão
E assim, seja lá como for
Vai ter fim a infinita aflição
E o mundo vai ver uma flor
Brotar do impossível chão



Como a música tocou o seu coração?

Aqui você pode se sentir livre para escrever uma música, poesia, desenhar ou, qualquer outra coisa que quiser, sobre o que conversamos no passo anterior.

2º PASSO: NOVOS TEMPOS

<Trazer o olhar para os sonhos próprios e como eles podem ajudar a nos despertar para transformações>

Música:

VERDE

Composição: Eduardo Gudim/Costa Netto

Quem pergunta por mim

Já deve saber

Do riso no fim

De tanto sofrer

Que eu não desisti

Das minhas bandeiras

Caminho, trincheiras, da noite

Eu, que sempre apostei

Na minha paixão

Guardei um país no meu coração

Um foco de luz, seduz a razão

De repente a visão da esperança

Quis esse sonhador

Aprendiz de tanto suor

Ser feliz num gesto de amor

Meu país acendeu a cor

Verde, as matas no olhar, ver de perto

Ver de novo um lugar, ver adiante

Sede de navegar, verdejantes tempos

Mudança dos ventos no meu coração

Verdejantes tempos

Mudança dos ventos no meu coração

A história dessa música fala de alguém que superou os desafios da vida cotidiana, através da paixão que lhe deu esperança para viver.

Quais são suas paixões? E seus sonhos? Como eles lhes ajudam a superar os desafios do cotidiano?



Música:

Novo Tempo

Composição : Ivan Lins / Vitor Martins

No novo tempo, apesar dos castigos

Estamos crescidos, estamos atentos,
estamos mais vivos

Pra nos socorrer, pra nos socorrer, pra nos
socorrer

No novo tempo, apesar dos perigos

Da força mais bruta, da noite que assusta,
estamos na luta

Pra sobreviver, pra sobreviver, pra
sobreviver

Pra que nossa esperança seja mais que a
vingança

Seja sempre um caminho que se deixa de
herança

No novo tempo, apesar dos castigos
De toda fadiga, de toda injustiça, estamos
na briga

Pra nos socorrer, pra nos socorrer, pra
nos socorrer

No novo tempo, apesar dos perigos
De todos os pecados, de todos enganos,
estamos marcados

Pra sobreviver, pra sobreviver, pra
sobreviver

No novo tempo, apesar dos castigos
Estamos em cena, estamos nas ruas,
quebrando as algemas

Pra nos socorrer, pra nos socorrer, pra
nos socorrer

No novo tempo, apesar dos perigos
A gente se encontra cantando na praça,
fazendo pirraça

Aqui você pode se sentir livre para escrever uma música, poesia, desenhar ou, qualquer outra coisa que quiser, sobre o que conversamos no passo anterior.

3º Passo: O SAMBA DA REFORMA PSIQUIÁTRICA

<Refletir sobre a história da Reforma Psiquiátrica e da exclusão>

Poesia:

Rumo em direção ao SUS

Rumo em direção à saúde mental

Esperança da vida

Esperança de amanhã ser melhor.

(Fernando Medeiros)

Vamos conversar sobre a Reforma Psiquiátrica?

Texto à Reforma psiquiátrica

A Reforma Psiquiátrica começou em 1987, na cidade de Bauru. A Reforma veio para ficar! No passado era camisa de força, sossega leão, eletro-choque, manicômios. Hoje a Reforma acabou com os manicômios, por serviços substitutivos como os CAPS e Centros de Convivência e muito mais. Hoje, os usuários têm autonomia, uma nova vida e um novo tratamento digno para o cidadão.

(Luciano Lira)

⇒ Roda de conversa



Música:

Samba do Crioulo Doido

Demônios da Garoa

Composição : Stanislav Ponte Preta
(Sérgio Porto)

Foi em Diamantina
Onde nasceu JK
Que a Princesa Leopoldina
Arresolveu se casá
Mas Chica da Silva
Tinha outros pretendentes
E obrigou a princesa
A se casar com Tiradentes

Lá iá lá iá lá ia
O bode que deu vou te contar
Lá iá lá iá lá iá
O bode que deu vou te contar

Joaquim José
Que também é
Da Silva Xavier
Queria ser dono do mundo
E se elegeu Pedro II
Das estradas de Minas
Seguiu pra São Paulo
E falou com Anchieta
O vigário dos índios
Aliou-se a Dom Pedro
E acabou com a falseta

Da união deles dois
Ficou resolvida a questão
E foi proclamada a escravidão
E foi proclamada a escravidão
Assim se conta essa história
Que é dos dois a maior glória
Da Leopoldina virou trem
E D. Pedro é uma estação também

O, ô , ô, ô, ô, ô
O trem tá atrasado ou já passou

Como você acha que a música se identifica com a Reforma Psiquiátrica?

Aqui você pode se sentir livre para escrever uma música, poesia, desenhar ou, qualquer outra coisa que quiser, sobre o que conversamos no passo anterior.

4º Passo: PORTAS ABERTAS

<Conhecer a dinâmica do serviço e refletir sobre o sentido das portas abertas>

O seu CAPS tem portas abertas? Por que?



Como funciona? Ou não funciona?

Como você chegou ao CAPS pela primeira vez?

Música:

SAMBA do ZAN

compositor Zan

É o samba
É o Samba
É o samba
É o samba
Do Zambeteiro
Do Zam
É o Samba
Do louco
Do Zam
É o Zamba
Do louco,loke
Like lokoluke

É o samba
Que canta o louco
É o louco
Que samba
É o samba
Da dor
É o samba da voz
Da voz, de quem não tem voz
É o samba Da Exclusão
De quem não tem Amor
E coração É o samba do administrador e do
gestor



Aqui você pode se sentir livre para escrever uma música, poesia, desenhar ou, qualquer outra coisa que quiser, sobre o que conversamos no passo anterior.

5º PASSO: BÚSSOLA DA MENTE

<Conhecer o projeto terapêutico individual do CAPS e refletir sobre o seu projeto de vida, como ele te orienta (bússola) e ajuda a enfrentar desafios e/ou fazer se sentir bem>

Você sabe o que é um projeto terapêutico individual?



O SEU PROJETO TERAPÊUTICO INDIVIDUAL

REMÉDIO, ESPORTE, OFICINA DE GERAÇÃO DE RENDA, LEITURA,

CENTRO DE CONVIVÊNCIA, ASSEMBLÉIA, CONSELHO LOCAL,

OFICINAS DE CULINÁRIA, GRUPO DE REFERÊNCIA,

GRUPO DE MEDICAÇÃO, GRUPO DE TERAPIA, OFICINA DE HORTA,

VIDA FAMILIAR, OFICINA DE MÚSICAS, OFICINA DE JORNAL,

OFICINA DE RÁDIO, ATENDIMENTO INDIVIDUAL E TERAPÊUTICO,

OFICINA DE TEATRO, VIAGENS, PASSEIOS, OUTROS...

Você participou da construção do seu projeto terapêutico individual? Como?

Você tem um projeto individual no seu dia-a-dia (projeto de vida)? Como ele te ajuda?

Poesia:

Bússola da vida

*Bússola da mente
A mente pode turvar-se
Mas, temos de nos ocupar.
Participar da ação de cidadania.
Que é tratar de nossos problemas.
Nos orientar pela estrela guia
Que nos ilumina.
Aquém do preconceito
Aquém da opressão
Que nos mutila
Que nos aniquila.
Bússola da mente
Pela orientação em nossos serviços
Em nossos ofícios.*

(Fernando Medeiros)



O que você pensou/sentiu com a poesia?

Aqui você pode se sentir livre para escrever uma música, poesia, desenhar ou, qualquer outra coisa que quiser, sobre o que conversamos no passo anterior.

Estrada Nova

Oswaldo Montenegro

Eu conheço o medo de ir embora
Não saber o que fazer com a mão
Gritar pro mundo e saber
Que o mundo não presta atenção
Eu conheço o medo de ir embora
Embora não pareça, a dor vai passar
Lembra se puder
Se não der, esqueça
De algum jeito vai passar
O sol já nasceu na estrada nova
E mesmo que eu impeça, ele vai brilhar
Lembra se puder
Se não der esqueça
De algum jeito vai passar
Eu conheço o medo de ir embora
O futuro agarra a sua mão
Será que é o trem que passou
Ou passou quem fica na estação?
Eu conheço o medo de ir embora
E nada que interessa se pode guardar
Lembra se puder
Se não der esqueça
De algum jeito vai passar



6º Passo - SUFOCO DA VIDA: FALANDO SOBRE INTERNAÇÃO

<Falar sobre possibilidades de quando não está bem e conhecer e refletir sobre os direitos relacionados com a internação>

Música:

Sufoco da Vida

Harmonia Enlouquece

Composição : Hamilton de Jesus /

Alexandre Machado

Estou vivendo

No mundo do hospital

Tomando remédios

De psiquiatria mental

Estou vivendo

No mundo do hospital

Tomando remédios

De psiquiatria mental

Haldol, Diazepam

Rohypnol, Prometazina

Meu médico não sabe

Como me tornar

Um cara normal

Me amarram, me aplicam

Me sufocam

Num quarto trancado

Socorro

Sou um cara normal

Asfixiado

Minha mãe, meu irmão

Minha tia, minha tia

Me encheram de drogas

De levomepromazina

Ai, ai, ai

Que sufoco da vida

Sufoco louco

Tô cansado

De tanta

Levomepromazina

Ai, ai, ai

Que sufoco da vida

Sufoco louco

Tô cansado

De tanta

Levomepromazina

(Repete letra)

Pode ser internado por vontade própria, quando você não está se sentindo bem, neste caso você pode conversar com um trabalhador da saúde mental

Pode ser que haja a internação compulsória, quando se põe em risco a própria pessoa, ou outros.

Tem a internação involuntária, voluntária e compulsória. Se pode internar no CAPS, em hospitais psiquiátricos e hospitais gerais (ala psiquiátrica).

Tem que haver a possibilidade de atividades, quando a pessoa desejar fazer alguma atividade.

[painel para colocar as experiências]

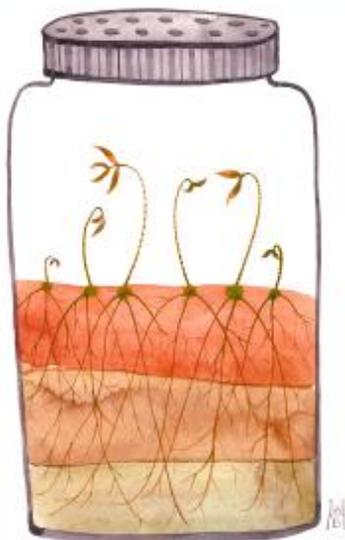
Você já foi internado? Como foi? Onde?

Internação existe no hospital, nos CAPS, clínica de repouso.

A crise é quando se perde a noção de realidade ou quando se está em um grande sofrimento mental, por isso é muito difícil quando a pessoa precisa ser internada.

Como você avalia esta experiência? A internação te ajudou, ou não? Por quê?

Aqui você pode se sentir livre para escrever uma música, poesia, desenhar ou, qualquer outra coisa que quiser, sobre o que conversamos no passo anterior.



7º PASSO – CONQUISTANDO NOSSOS DIREITOS <Conhecer seus direitos (leis) dentro e fora da saúde mental e refletir sobre a necessidade de lutar por esses direitos>

Pra Não Dizer Que Não Falei Das

Flores

Geraldo Vandré

Composição : Geraldo Vandré

Caminhando e cantando

E seguindo a canção

Somos todos iguais

Braços dados ou não

Nas escolas, nas ruas

Campos, construções

Caminhando e cantando

E seguindo a canção...

Vem, vamos embora

Que esperar não é saber

Quem sabe faz a hora

Não espera acontecer...(2x)

Pelos campos há fome

Em grandes plantações

Pelas ruas marchando

Indecisos cordões

Ainda fazem da flor

Seu mais forte refrão

E acreditam nas flores

Vencendo o canhão...

Vem, vamos embora

Que esperar não é saber

Quem sabe faz a hora

Não espera acontecer...(2x)

Há soldados armados

Amados ou não

Quase todos perdidos

De armas na mão

Nos quartéis lhes ensinam

Uma antiga lição:

De morrer pela pátria

E viver sem razão...

Vem, vamos embora

Que esperar não é saber

Quem sabe faz a hora

Não espera acontecer...(2x)

Nas escolas, nas ruas Campos,
construções

Somos todos soldados

Armados ou não

Caminhando e cantando

E seguindo a canção

Somos todos iguais

Braços dados ou não...

Os amores na mente

As flores no chão

A certeza na frente

A história na mão

Caminhando e cantando

E seguindo a canção

Aprendendo e ensinando

Uma nova lição...

Vem, vamos embora

Que esperar não é saber

Quem sabe faz a hora

Não espera acontecer...(4x)



Também é direito de ir e vir, poder entrar e sair do CAPS e outros lugares sem sofrer preconceito ou discriminação.

- Na música, Geraldo Vandré fala: “*Vem, vamos embora que esperar não é saber. Quem sabe faz a hora não espera acontecer*”.

- Você sabe como essa música influenciou a época em que foi gravada?

Esta música mostra a situação de épocas atrás, quando acontecia o festival de música.

Naquela época, prevalecia o poder aquisitivo não importando de onde vinha esta tal fortuna; prevalecia o poder. Por isso, quando almejamos algo, devemos lutar - contanto que não à custa dos outros - todos nós somos responsáveis por nossas atitudes *nas escolas, ruas, campos e construções*.

- E você acha que isso tem alguma relação com os seus direitos hoje?

Você conhece os seus direitos? Quais?

Como você acha que eles podem ser garantidos?

Vamos falar sobre alguns direitos?

O cidadão tem direito a ter um atendimento de qualidade humanizado e sem discriminação. Como ler seu próprio prontuário onde é atendido seja no CAPS ou Hospital, direito ao SUS (sistema único de saúde) que é a universalidade, é tratamento para todos.

Outro princípio importante é o da integralidade, ser tratado como todos, seja portador de doença mental ou física, equidade sem discriminação de origem econômica e social.

Ainda falando dos direitos, um deles é o direito ao transporte gratuito para fazer seu tratamento de saúde e remédios também gratuitos.

O INSS, o benefício financeiro, ter direito a participar de uma oficina de geração de renda e poder frequentar o CAPS e o Centro de Convivência, etc.

LEI Nº 10.216, DE 6 DE ABRIL DE 2001.

Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental.

O PRESIDENTE DA REPÚBLICA Faço saber que o Congresso Nacional decreta e eu sanciono a seguinte Lei:

Art. 1º Os direitos e a proteção das pessoas acometidas de transtorno mental, de que trata esta Lei, são assegurados sem qualquer forma de discriminação quanto à raça, cor, sexo, orientação sexual, religião, opção política, nacionalidade, idade, família, recursos econômicos e ao grau de gravidade ou tempo de evolução de seu transtorno, ou qualquer outra.

Art. 2º Nos atendimentos em saúde mental, de qualquer natureza, a pessoa e seus familiares ou responsáveis serão formalmente cientificados dos direitos enumerados no parágrafo único deste artigo.

Parágrafo único. São direitos da pessoa portadora de transtorno mental:

I - ter acesso ao melhor tratamento do sistema de saúde, consentâneo às suas necessidades;

II - ser tratada com humanidade e respeito e no interesse exclusivo de beneficiar sua saúde, visando alcançar sua recuperação pela inserção na família, no trabalho e na comunidade;

III - ser protegida contra qualquer forma de abuso e exploração;

IV - ter garantia de sigilo nas informações prestadas;

V - ter direito à presença médica, em qualquer tempo, para esclarecer a necessidade ou não de sua hospitalização involuntária;

VI - ter livre acesso aos meios de comunicação disponíveis;

VII - receber o maior número de informações a respeito de sua doença e de seu tratamento;

VIII - ser tratada em ambiente terapêutico pelos meios menos invasivos possíveis;

IX - ser tratada, preferencialmente, em serviços comunitários de saúde mental.

Art. 3º É responsabilidade do Estado o desenvolvimento da política de saúde mental, a assistência e a promoção de ações de saúde aos portadores de transtornos mentais, com a devida participação da sociedade e da família, a qual será prestada em estabelecimento de saúde mental, assim entendidas as instituições ou unidades que ofereçam assistência em saúde aos portadores de transtornos mentais.

Art. 4º A internação, em qualquer de suas modalidades, só será indicada quando os recursos extra-hospitalares se mostrarem insuficientes.

§ 1º O tratamento visará, como finalidade permanente, a reinserção social do paciente em seu meio.

§ 2º O tratamento em regime de internação será estruturado de forma a oferecer assistência integral à pessoa portadora de transtornos mentais, incluindo serviços médicos, de assistência social, psicológicos, ocupacionais, de lazer, e outros.

§ 3º É vedada a internação de pacientes portadores de transtornos mentais em instituições com características asilares, ou seja, aquelas desprovidas dos recursos mencionados no § 2º e que não assegurem aos pacientes os direitos enumerados no parágrafo único do art. 2º.

Art. 5º O paciente há longo tempo hospitalizado ou para o qual se caracterize situação de grave dependência institucional, decorrente de seu quadro clínico ou de ausência de suporte social, será objeto de política específica de alta planejada e reabilitação psicossocial assistida, sob responsabilidade da autoridade sanitária competente e supervisão de instância a ser definida pelo Poder Executivo, assegurada a continuidade do tratamento, quando necessário.

Art. 6º A internação psiquiátrica somente será realizada mediante laudo médico circunstanciado que caracterize os seus motivos.

Parágrafo único. São considerados os seguintes tipos de internação psiquiátrica:

I - internação voluntária: aquela que se dá com o consentimento do usuário;

II - internação involuntária: aquela que se dá sem o consentimento do usuário e a pedido de terceiro; e

III - internação compulsória: aquela determinada pela Justiça.

Art. 7º A pessoa que solicita voluntariamente sua internação, ou que a consente, deve assinar, no momento da admissão, uma declaração de que optou por esse regime de tratamento.

Parágrafo único. O término da internação voluntária dar-se-á por solicitação escrita do paciente ou por determinação do médico assistente.

Art. 8º A internação voluntária ou involuntária somente será autorizada por médico devidamente registrado no Conselho Regional de Medicina - CRM do Estado onde se localize o estabelecimento.

§ 1º A internação psiquiátrica involuntária deverá, no prazo de setenta e duas horas, ser comunicada ao Ministério Público Estadual pelo responsável técnico do estabelecimento no qual tenha ocorrido, devendo esse mesmo procedimento ser adotado quando da respectiva alta.

§ 2º O término da internação involuntária dar-se-á por solicitação escrita do familiar, ou responsável legal, ou quando estabelecido pelo especialista responsável pelo tratamento.

Art. 9º A internação compulsória é determinada, de acordo com a legislação vigente, pelo juiz competente, que levará em conta as condições de segurança do estabelecimento, quanto à salvaguarda do paciente, dos demais internados e funcionários.

Art. 10. Evasão, transferência, acidente, intercorrência clínica grave e falecimento serão comunicados pela direção do estabelecimento de saúde mental aos familiares, ou ao representante legal do paciente, bem como à autoridade sanitária responsável, no prazo máximo de vinte e quatro horas da data da ocorrência.

Art. 11. Pesquisas científicas para fins diagnósticos ou terapêuticos não poderão ser realizadas sem o consentimento expresso do paciente, ou de seu representante legal, e sem a devida comunicação aos conselhos profissionais competentes e ao Conselho Nacional de Saúde.

Art. 12. O Conselho Nacional de Saúde, no âmbito de sua atuação, criará comissão nacional para acompanhar a implementação desta Lei.

Art. 13. Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

Brasília, 6 de abril de 2001; 180º da Independência e 113º da República.

FERNANDO HENRIQUE CARDOSO

Jose Gregori

José Serra

Roberto Brant

O CAPS lhe ajuda a conquistar e manter seus direitos? Como?

Conte uma experiência em que seus direitos foram negados, ou mantidos?

Aqui você pode se sentir livre para escrever uma música, poesia, desenhar ou, qualquer outra coisa que quiser, sobre o que conversamos no passo anterior.



8º PASSO: CONSTRUINDO OUTRAS POSSIBILIDADES - O CONTROLE

SOCIAL <Refletir sobre nossa responsabilidade nos espaços sociais e como os transformamos, coletivamente, pelo diálogo>

Diz o ditado que a minha liberdade começa onde termina a do outro. Devemos nos melhorar internamente o máximo possível para sermos seres construtivos no controle social.

O indivíduo deve cultivar os valores de solidariedade e coletividade do ser humano para votar e fazer parte conscientemente, não de modo hostil e nocivo dentro do controle social.

Quais são os espaços em que você convive com outras pessoas?

Descreva alguns acordos e regras que existem nesses espaços?

Como você busca mudanças nesses espaços?

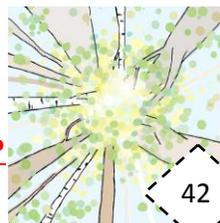
E o que tudo isso tem a ver com “controle social”?

Os espaços de controle social têm uma grande importância para o Usuário da saúde mental.

Eles são espaços que, depois das crises, das terapias e dos medicamentos, é de suma importância para um novo encontro social. Este novo encontro social serve para testar o “eu”, o “eu” sujeito e o Mundo, servindo para quebrar o medo de estar juntos com os outros que deixaram de ser parte da vida do usuário em crise.

O controle social pode se dar através do voto, nos conselhos (locais, municipais, estaduais e nacional), assembleias, associações e sindicato, por exemplo.

Será que temos que nos unir para transformar realidades?



Até Quando?

Gabriel O Pensador

Composição : Gabriel o Pensador; Itaal Shur;
Tiago Mocotó

Não adianta olhar pro céu com muita fé e pouca luta
Levanta aí que você tem muito protesto pra fazer e muita greve
Você pode e você deve, pode crer
Não adianta olhar pro chão, virar a cara pra não ver
Se liga aí que te botaram numa cruz e só porque Jesus sofreu
Num quer dizer que você tenha que sofrer
Até quando você vai ficar usando rédea
Rindo da própria tragédia?
Até quando você vai ficar usando rédea
Pobre, rico ou classe média?
Até quando você vai levar cascudo mudo?
Muda, muda essa postura
Até quando você vai ficando mudo?
Muda que o medo é um modo de fazer censura
(Refrão)
Até quando você vai levando porrada, porrada?
Até quando vai ficar sem fazer nada?
Até quando você vai levando porrada, porrada?
Até quando vai ser saco de pancada?
(Repete refrão)
Você tenta ser feliz, não vê que é deprimente
Seu filho sem escola, seu velho tá sem dente
Você tenta ser contente, não vê que é revoltante
Você tá sem emprego e sua filha tá gestante
Você se faz de surdo, não vê que é absurdo
Você que é inocente foi preso em flagrante
É tudo flagrante
(Refrão x2)
A polícia matou o estudante
Falou que era bandido, chamou de traficante
A justiça prendeu o pé-rapado

Soltou o deputado e absolveu os PM's de Vigário

(Refrão x2)

A polícia só existe pra manter você na lei
Lei do silêncio, lei do mais fraco:
Ou aceita ser um saco de pancada ou vai pro saco
A programação existe pra manter você na frente
Na frente da TV, que é pra te entreter
Que pra você não ver que programado é você
Acordo num tenho trabalho, procuro trabalho, quero trabalhar
O cara me pede diploma, num tenho diploma, num pude estudar
E querem que eu seja educado, que eu ande arrumado que eu saiba falar
Aquilo que o mundo me pede não é o que o mundo me dá
Consigo emprego, começo o emprego, me mato de tanto ralar
Acordo bem cedo, não tenho sossego nem tempo pra raciocinar
Não peço arrego mas na hora que chego só fico no mesmo lugar
Brinquedo que o filho me pede num tenho dinheiro pra dar
Escola, esmola
Favela, cadeia
Sem terra, enterra
Sem renda, se renda. Não, não
(Refrão x2)
Muda, que quando a gente muda o mundo muda com a gente
A gente muda o mundo na mudança da mente
E quando a mente muda a gente anda pra frente
E quando a gente manda ninguém manda na gente
Na mudança de atitude não há mal que não se mude nem doença sem cura
Na mudança de postura a gente fica mais seguro
Na mudança do presente a gente molda o futuro
(Refrão)

Aqui você pode se sentir livre para escrever uma música, poesia, desenhar ou, qualquer outra coisa que quiser, sobre o que conversamos no passo anterior.

9º PASSO - AUTONOMIA

<Refletir sobre o significado de autonomia, pensar sobre seus limites e potências e como desenvolvê-los>

O que você entende por autonomia?

Como você constrói sua autonomia?

- No tratamento?

- Financeira?

- Com a família?

- Na cultura e no lazer?

- Em outros aspectos de sua vida?



Aqui você pode se sentir livre para escrever uma música, poesia, desenhar ou, qualquer outra coisa que quiser, sobre o que conversamos no passo anterior.

10º Passo – AUTONOMIA COLETIVA OU SOCIAL?

<Reflexão e discussão sobre a vida social, grupos e pessoas e como essas situações ajudam ou impedem você a alcançar a “real” ou “falsa” autonomia>

No passo anterior falamos de autonomia, vamos lembrar nossa conversa!!!

Classe Operária

Composição : (Tom Zé)

Sobe no palco o cantor engajado Tom Zé,
que vai defender a classe operária,
salvar a classe operária
e cantar o que é bom para a classe
operária.

Nenhum operário foi consultado
não há nenhum operário no palco
talvez nem mesmo na platéia,
mas Tom Zé sabe o que é bom para os
operários.

Os operários que se calem,
que procurem seu lugar, com sua
ignorância,
porque Tom Zé e seus amigos
estão falando do dia que virá
e na felicidade dos operários.
Se continuarem assim,
todos os operários vão ser demitidos,
talvez até presos,
porque ficam atrapalhando
Tom Zé e o seu público, que estão
cuidando
do paraíso da classe operária.

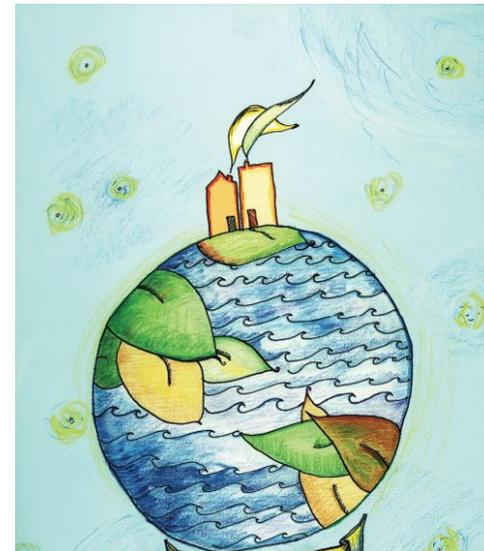


Distante e bondoso, Deus cuida de suas
ovelhas,
mesmo que elas não entendam seus
designios.
E assim,, depois de determinar
qual é a política conveniente para a classe
operária,
Tom Zé e o seu público se sentem
reconfortados e felizes
e com o sentimento de culpa aliviado.

O que a letra da música tem a ver com autonomia?

Conte alguma situação em que você teve ajuda para alcançar sua “verdadeira” autonomia ou “falsa” autonomia?

O que **você** pode fazer para transformar essa realidade? E o que **nós** podemos fazer para transformar essa realidade?



Aqui você pode se sentir livre para escrever uma música, poesia, desenhar ou, qualquer outra coisa que quiser, sobre o que conversamos no passo anterior.

11º Passo - A EXPERIÊNCIA GUSM <Falar sobre a experiência do GUSM e seus efeitos e construir, coletivamente, o último passo>

Conte sobre a experiência GUSM e os efeitos em sua vida:
