

O CONHECIMENTO DE SI COMO POSSIBILIDADE PARA A TRANSFORMAÇÃO DE SI E DO COLETIVO¹

SELF KNOWLEDGE AS A POSSIBILITY TO TRANSFORM ONESELF AND THE COLLECTIVITY

EL CONOCIMIENTO DE SI COMO POSIBILIDAD DE TRANSFORMACIÓN DE SI PROPIO Y DEL COLECTIVO

Rosemary Silva da Silveira²

Valéria Lerch Lunardi³

RESUMO - Para promover a discussão e reflexão em grupo sobre o significado do trabalho da enfermagem numa unidade cirúrgica e diante da constatação da necessidade dos trabalhadores de enfermagem conhecerem-se mais a si e entre si, como participantes e construtores de um trabalho coletivo, implementou-se uma prática, entendida como uma tecnologia do eu, que favorecesse o conhecimento de si e do outro na tentativa de transformar a si e, conseqüentemente, o coletivo. A partir da exposição verbal e individual, ao grupo, da percepção de si, propôs-se o registro escrito de qualidades e conselhos que poderiam ser atribuídos a cada membro da equipe de enfermagem. Sistematizadas as contribuições, cada participante recebeu, individualmente, o conjunto de percepções do grupo sobre si. Tais estratégias constituíram-se em espaços mobilizadores para o diálogo, a reflexão crítica e uma maior aproximação entre os trabalhadores, representando uma possibilidade de cuidado de si e de aperfeiçoamento pessoal e grupal.

PALAVRAS-CHAVE: tecnologias do eu, conhecimento de si, transformação do coletivo, trabalho em equipe, cuidado de si

INTRODUÇÃO

Este trabalho foi desenvolvido junto a um grupo de reflexão e discussão, constituído por enfermeiras e auxiliares de enfermagem, reunidas, inicialmente, para repensar o significado do trabalho, problematizando a sua realidade e o seu concreto profissional. A partir das reflexões sobre o vivido como trabalhadores de enfermagem de uma Unidade de Clínica Cirúrgica (U.C.C.), as participantes do grupo foram apresentando contribuições, bem como as necessidades evidenciadas para (re) significar o cotidiano do seu trabalho.

Neste sentido, no transcorrer do trabalho, foi problematizada a necessidade de maior integração da equipe, a importância do diálogo assim como as dificuldades de relacionamento evidenciadas, buscando-se compreender, concomitantemente, o porquê do desestímulo no trabalho, da não participação e da falta de esperança percebidas no grupo. Deu-se a constatação, então, de que os elementos da equipe pareciam não conversar entre si, expressar suas percepções, tanto positivas como negativas, do trabalho construído coletivamente e da

¹ Prêmio "Jane da Fonseca Proença". 2º lugar. 51 CBEn. Florianópolis, 2000.

² Enfermeira Especialista em Administração em Serviços de Enfermagem- FACES. Mestranda em Assistência de Enfermagem – UFSC. Enfermeira do Hospital Universitário – FURG.

³ Enfermeira. Prof. Adjunto IV- FURG. Doutora em Enfermagem – UFSC. Pesquisadora do CNPq.

participação de cada trabalhadora neste processo.

Compreendeu-se como necessário e mobilizador, para o grupo, o desencadeamento de uma proposta, de modo a se alcançar um maior conhecimento acerca das suas colegas e, também, sobre si, como participantes e construtores do trabalho da enfermagem realizado naquela unidades de internação. Entendeu-se tal iniciativa como uma possibilidade de, numa construção coletiva, além do conhecimento de si, alcançar-se a transformação de si, numa perspectiva de transformação do coletivo e de ressignificação do cotidiano do trabalho de enfermagem.

Para os gregos, conduzir-se bem e exercer sua liberdade como deviam, requeria a realização do cuidado de si, do ocupar-se consigo. O cuidado de si, como trajetória necessária para alcançar o auto-conhecimento, a própria formação de si era entendido como a superação de si mesmo, já que compreendia o domínio e o controle sobre os apetites e os desejos que poderiam dominá-lo. Então, a liberdade individual tinha uma grande importância pois o não ser escravo, seja de si próprio e das suas paixões, era uma preocupação fundamental (Foucault, citado por Lunardi, 1999). Desta questão decorre que, na Antiguidade, a ética como a prática reflexiva da liberdade focalizava e girava "em torno a este imperativo fundamental 'cuida de ti mesmo'" (Foucault, 1987, p. 113).

As práticas de cuidado de si e de conhecimento de si podem ser compreendidas como tecnologias do eu, ou seja, são tecnologias que "permitem aos indivíduos efetuarem, por conta própria ou com a ajuda de outros, um certo número de operações sobre seu corpo e sua alma, pensamentos, conduta, ou qualquer forma de ser, obtendo assim uma transformação de si mesmos com o fim de alcançarem certo estado de felicidade, pureza, sabedoria ou imortalidade" (Foucault, 1990, p. 48). Este trabalho, portanto, propõe-se a relatar uma prática, entendida como uma tecnologia do eu, que oportunizou a realização do cuidado de si das participantes de uma equipe de enfermagem, de modo a ampliarem o seu auto-conhecimento, enquanto trabalhadoras, sendo utilizada, também, como uma estratégia para a transformação de si e do coletivo.

O conhecimento de si vem sempre acompanhado de uma exigência, que é o ocupar-se de si, não se constituindo simplesmente numa condição necessária para ascender a uma vida filosófica, mas sim como uma nova maneira de ver a vida, regida por um princípio da racionalidade moral, uma atitude ou um determinado modo de enfrentar-se com o mundo, um modo de comportar-se e de estabelecer relações com os outros (Foucault, 1987). Este prática desenvolveu-se, num primeiro momento, estimulando-se o olhar de cada participante para si, para o seu modo de ser e de fazer, mediante uma questão desencadeadora: como eu sou?

COMO EU SOU?

Nesta etapa, cada profissional participante, assumindo-se como pessoa, individualmente, mas, também, como um ser de relações, numa tentativa de responder à questão proposta, identificou-se para o grupo, falando de si, de como se percebia, seus aspectos positivos, as características que reconhecia como facilitadoras ou não para a construção de um trabalho coletivo. As percepções expressas foram entendidas como manifestações decorrentes do crescimento e amadurecimento de um grupo que já vinha interagindo e discutindo, entre si, o significado do trabalho de enfermagem por eles construído:

"Sou bastante rancorosa, sou, eu fico furiosa por pouca coisa (...) mas procuro fazer sempre o meu serviço bem feito (...) se me ajudam, eu ajudo; se não ajudam,

eu não ajudo. Se estou errada é só me dizer, eu até peço desculpas."(ÁGATA)⁴
"Eu sou uma pessoa que vive atrasada, não consigo andar no horário, eu reconheço isso, gurias, sei que é um defeito muito grande (...) Aceito crítica, aceito, sei que estou errada."(QUARTZO VERDE)
"Eu sou uma pessoa reservada, mas impulsiva. Quando tenho que estourar, estouro na hora. Sei que, às vezes, até me excedo na minha forma de proceder, mas sou assim. Aceito críticas, acho que a crítica é construtiva. Gosto de ajudar."(HEMATITA)

Para Foucault (1987), existe uma aproximação entre o conhecimento de si mesmo e o cuidado de si mesmo, não se podendo desprezar nenhum desses elementos em benefício do outro; para se ocupar de si mesmo é necessário conhecer-se a si mesmo e, para que ocorra esse processo, a sabedoria, o conhecimento e o diálogo fazem-se necessários. O cuidado de si mesmo, intimamente relacionado à autonomia, pode levar o sujeito a buscar novas formas de atuar, até mesmo transformando seu modo de ser:

"El proceso del conocimiento de uno mismo conduce a la sabiduría. A partir de este movimiento el alma se verá dotada de sabiduría, podrá distinguir lo verdadero de lo falso, sabrá cómo hay que comportar-se correctamente, y de esta forma estará capacitada para gobernar. Ocuparse de uno mismo y ocuparse de la justicia viene a ser lo mismo" (Foucault, 1987, p.52).

Percebemos, então, que, a partir deste momento, os sujeitos não só falaram de si, de sua forma de ser, como, também, questionaram-se em relação a sua situação frente ao outro, desencadeando-se um processo de reflexão sobre si, como um ser em relação com outros seres. Permitiram-se buscar o conhecimento de si e do outro, em que cada sujeito, individualmente e no coletivo, parece ampliar a compreensão da valorização e importância de si próprio, expondo preocupações, limitações e possibilidades.

A relevância deste momento e de como o grupo engajou-se na proposta, aceitando parar para pensar, para olhar para si, para a sua forma de ser e de se relacionar, foi reconhecida como uma oportunidade e uma possibilidade de mudança e transformação, talvez, do que vem sendo vivenciado no cotidiano do trabalho: *Só de pensar, de crer que a cirúrgica vai mudar, tem que mudar, estamos fazendo tudo isso juntos (...) oportunidade até para a gente se conhecer e conversar mais, até agora não havíamos encontrado tempo para isso.* (CITRINO)

Apesar das dificuldades e dos possíveis obstáculos, falar de si e expor-se, conhecer-se através da reflexão sobre seus atos, de como se percebe na sua relação com o outro, constituiu-se na descoberta e na construção de um caminho, não apenas para o conhecimento de si, mas para a possibilidade de (re) construção de si e, também, do coletivo: "el conocimiento útil, el conocimiento en el que la existencia humana está en cuestion, es un modo de conocimiento relacional a la vez asertivo y prescriptivo, capaz de producir un cambio en el modo de ser del sujeto" (Foucault, 1987, p. 78).

Dando continuidade ao trabalho, propôs-se, então, uma dinâmica em que cada participante sugeriu, por escrito, três qualidades e três conselhos a cada um dos elementos do grupo, na

⁴ No início dos trabalhos, solicitou-se, formalmente, às auxiliares de enfermagem e enfermeiras participantes do grupo de reflexão e discussão, o seu Consentimento Livre e Esclarecido. Apresentou-se, também, pequenas pedras preciosas, de diferentes tipos, identificando-as com o nome. Utilizou-se das pedras com a finalidade de, em princípio, criar um momento lúdico, afirmando que estas nos trariam muita energia para este novo caminho que pretendíamos construir. Cada participante escolheu uma pedra para si, assumindo ficticiamente o nome da pedra escolhida, o que favoreceu o anonimato dos sujeitos participantes e o respeito a identificação dos seus nomes, passando a ser conhecidos, apenas, entre seus membros.

tentativa de expressar a sua percepção sobre o outro e, concomitantemente, conhecer a percepção que os outros tinham de si, num entendimento da crítica como um processo de ajuda para si e, também, para o outro, bem como, uma necessidade para alcançar a transformação desejada: "el cuidado de uno mismo, por tanto, precisa la presencia, la inserción, la intervención del outro" (Foucault, 1987, p. 61).

QUALIDADES E CONSELHOS PARA MEU COLEGA

Cada participante recebeu uma folha e, ali, registrou as qualidades e conselhos que entendia como pertinentes atribuir às suas colegas. Percebeu-se este momento revestido, a princípio, não só de ludicidade e uma certa ansiedade, mas permeado por uma relação de autonomia e liberdade, já que em uma proposta em que qualidades e conselhos seriam atribuídos às colegas, na verdade, constituía-se em um processo de avaliação do modo de ser do outro. Parecia haver uma preocupação, no grupo, em participar desta atividade de um modo construtivo e que se caracterizasse, também, como uma manifestação de cuidado do outro. À medida que iam finalizando a tarefa, recolhiam-se as folhas, sem mostrar os registros nelas contidos.

Em outro momento, agruparam-se, em folhas individuais, as qualidades e os conselhos atribuídos a cada participante, ocultando-se a autoria do escrito. Pretendeu-se que as participantes, ao receberem as contribuições das colegas, pudessem confrontar o texto com a percepção das colegas sobre si com a sua própria percepção sobre si, o que, novamente, propiciou um processo reflexivo no grupo. O cuidado de si designa também um determinado modo de atuar, uma maneira de comportar-se, através da qual o homem toma consciência de si mesmo, modifica-se, purifica-se, transforma-se e transcende-se, podendo ser praticado através do exame da consciência em relação a sua forma de ser e também através da reflexão (Foucault, 1987).

Sugeriu-se que cada integrante lesse o conteúdo do texto recebido, refletisse a respeito e que, se quisesse, poderiam divulgar para o grupo. As participantes mostraram-se surpresas frente à contribuição e à disponibilidade das colegas para consigo.

Apresentam-se, a seguir, a síntese das qualidades e conselhos atribuídos pelo grupo a Hematita, Ágata e Quartzo Verde:

HEMATITA

QUALIDADES: responsável, profissional, amiga, colega, guerreira, sempre disposta a ajudar, muito interessada pela unidade, comprometida com o andamento da unidade, demonstra simplicidade, compreensão.

CONSELHOS: ser menos brava e menos gritona; continuar amiga e compreensiva; ser menos rebelde; saber ouvir mais, ser menos "pavio curto".

ÁGATA

QUALIDADES: amiga, sincera, leal, responsável, cooperativa, emotiva, sempre disposta a ajudar, competente, pontual, compreensiva.

CONSELHOS: não se estressar tanto, nem correr tanto; deixar-se ajudar; procurar manter-se mais calma; ser menos crítica e menos ansiosa; ter mais calma em relação à doença na família; continuar sendo esforçada como é; não se impressionar muito com as coisas da vida, as coisas não muito boas, também nos ajudam; força, coragem.

QUARTZO VERDE

QUALIDADES: desligada, amiga, sincera, devagar, colega, atrasadona, despreocupada, alegre, discreta, humana, tranqüila, saber reconhecer suas falhas, amável com os pacientes.

CONSELHOS: ser mais pontual e responsável; orientar-se mais; estressar-se somente um pouquinho com os acontecimentos da unidade; correr um pouco

mais; continuar leal como sempre foi; ser menos desligada, pois certamente as outras pessoas enxergarão as tuas qualidades com mais facilidade, pois esta é tão forte, que ofusca as outras, pense nisto.

Percebeu-se um clima agradável no ar. As participantes leram e pareciam gostar do que leram. Algumas sorriam, quase entre lágrimas; outras agradecem, controlam a sua emoção; refletem, com as colegas, o texto recebido. O parar para pensar como percebemos o outro, suas qualidades e possíveis contribuições que poderiam ser apresentadas ao seu modo de ser e de relacionar-se, significou, também, uma ação de compromisso diante do outro: O que devo valorizar no meu colega? O que devo sugerir ao meu colega? O cuidado de si, na verdade, "implica também una relación com el outro en la medida que, para ocuparse bien de sí, es preciso escuchar las lecciones de un maestro. Uno tiene necesidad de un guía, de un consejero, de un amigo, de alguien que nos diga la verdad. De este modo el problema de las relaciones com los demás está presente a lo largo de todo este desarrollo del cuidado de sí" (Foucault, 1987, p.116-117).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As participantes do grupo verbalizaram positivamente suas percepções acerca da prática proposta e construída, reconhecendo que oportunizou a reflexão sobre a sua necessária participação em um trabalho que se pretende de equipe, a possibilidade de exercer sua liberdade e, concomitantemente, respeitar o outro, pensar e criticar o seu próprio modo de ser e de fazer, assim como o do seu colega de trabalho. Este processo demonstrou que um grupo se fortalece, como grupo, quando se dispõe e aprende a respeitar as opiniões dos demais; está aberto para receber sugestões, expondo-se, até, às divergências de posições. As atividades desenvolvidas constituíram-se em espaços mobilizadores para o diálogo, a troca, o lúdico, a manifestação de afetos, a reflexão crítica e uma maior aproximação entre as trabalhadoras, dentre outros.

É importante ressaltar que muitas colegas receberam como conselhos que deixassem de ofuscar suas qualidades, expressando e demonstrando um modo de ser que vinha se mantendo culto, por serem tão fortes outras características. Para *Alvárez-Uría* (1987, p.30), a ontologia crítica de nós mesmos "debe de ser concebida como una actitud, un ethos, una vida filosófica en la que la crítica de lo que somos sea al mismo tiempo análisis histórico de los límites que se nos imponen, y experimentación de la posibilidad de transgredirlos".

Considerando-se a importância que a comunicação e o diálogo tem no relacionamento entre as pessoas, em especial na enfermagem, acredita-se que estas habilidades devam ser mais enfatizadas junto à equipe. Nestes encontros, muitas profissionais reconheceram suas dificuldades para se comunicar e dialogar e, a partir desta aprendizagem conjunta, pareciam mais mobilizadas para a busca de novas possibilidades. Compreende-se que as trabalhadoras de enfermagem para cuidarem dos clientes, primeiramente, precisam cuidar de si mesmos, como pessoas, de modo a poderem relacionar-se melhor, enxergar e cuidar dos clientes, também, como pessoas. Entendemos que este processo atendeu a uma necessidade de cuidado de si da equipe, de encontro consigo mesmo. Apesar de se reconhecer que sua construção, mesmo que não tenha sido expresso, possa ter desencadeado algum sofrimento pelo exercício da autonomia e da liberdade e pela necessidade de superar limitações próprias, representou uma possibilidade de crescimento e aperfeiçoamento individual e grupal.

No decorrer das reflexões, muitos elementos foram considerados importantes, tais como: a conscientização individual e coletiva da importância do valor de cada um para um trabalho em equipe, da força do grupo e da sua participação para a construção de um trabalho coletivo; o conhecer-se a si e ao outro; o diálogo entre os membros da equipe; a necessidade de respeito, tanto pelas colegas como pelos clientes; a necessidade de espaços, preferentemente grupais, para reflexão, interação e cuidado entre os participantes; a descontração oportunizada; o desejo

e a solicitação para que estes momentos servissem como motivadores para muitos outros, reconhecendo que, através da nossa participação, das nossas decisões e ações, poder-se-ia alcançar transformações não só no nosso trabalho, mas no nosso modo de viver. Alguns destes elementos foram expressos nestas falas:

Eu acho que o que fica mais é a reflexão, a necessidade de favorecer este tipo de coisas em termos de relacionamento interpessoal (...) acho que favoreceu uma abertura de olho nesse sentido; foi o que propiciou; acho que, nesse sentido, me alterou. (AMETISTA)

É a primeira vez que eu participo de um trabalho assim, e confesso o seguinte, que no começo fiquei pensando que isso aí não vai dar em nada, vai ser uma reunião e deu. E, no entanto, acho que está sendo muito bom, porque é um trabalho que estamos trabalhando conosco mesmo (...) é algo realmente muito bom. (HEMATITA)

ABSTRACT – In order to encourage a discussion and a team reflection on the meaning of the nursing work in a surgical unit, and considering that nursing workers need to develop self knowledge as participants and constructors of a collective work, a practice, known as technique of the self, was implemented. The objective of this practice was to promote the individual's self knowledge and consequently transform the collectivity. The practice consisted of oral and individual presentations in which each participant talked about his/her perception of him/herself to the group. A written record showing the qualities and advice which could be attributed to each member of the nursing team was made. As these contributions were systematized, each participant received a set of perceptions from the group about him/herself. Such strategies have established opportunities for the dialogue, critical reflection, and closeness among the workers, as well as propitiated personal and team growth.

KEYWORDS – techniques of the self, self knowledge, transformation of the collectivity, team work, care of the self

RESUMEN: Para promover la discusión en grupo sobre el significado del trabajo de enfermería en una unidad quirúrgica y ante la constatación de que es necesario que los trabajadores de enfermería se conozcan más a sí mismos y entre sí, como participes y constructores de un trabajo colectivo, se optó por implementar una práctica entendida como una tecnología del yo y favoreciera el conocimiento de sí mismo y del otro para intentar transformar a sí, y - en consecuencia- el colectivo. A partir de la exposición verbal e individual al grupo de la percepción de sí, se propuso un registro escrito de las cualidades y consejos que se podrían atribuir a cada miembro del equipo de enfermería. Sistematizadas las contribuciones, cada participante recibió individualmente el conjunto de percepciones del grupo sobre sí. Tales estrategias se constituyeron en espacios mobilizadores para el diálogo, para la reflexión crítica y una mayor aproximación entre los trabajadores, representando una posibilidad de cuidado de sí y de aprimoramiento personal y grupal.

PALABRAS CLAVE: tecnologías del yo, conocimiento de sí mismo, transformación del colectivo, trabajo en equipo, cuidado de sí

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALVAREZ-URÍA, F. Prologo. In: FOUCAULT, M. *Hermenéutica del sujeto*. Madrid: La Piqueta, 1987.
- FOUCAULT, M. *Hermenéutica del sujeto*. Madrid: La Piqueta, 1987.
- _____. *Tecnologías del yo* y otros textos afines. Barcelona: Paidós, 1990.
- LUNARDI, Valéria L. *A ética como o cuidado de si e o poder pastoral na enfermagem*. Pelotas: Editora Universitária, 1999.