

## ESTRATÉGIAS PARA PROPORCIONAR UMA BOA SAÚDE MENTAL PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA E SEUS FAMILIARES.

Alice Souza Magalhães<sup>1</sup>,

<sup>1</sup> Graduada em Pedagogia – UniProjeção; pós-graduada em Educação Especial e Inclusiva e Neuropsicopedagogia – Faculdade FAVENI. *E-mail:* alicemagalhaes2@gmail.com

**RESUMO** – Devido ao grande impacto que a família tem na vida das pessoas com deficiência, é de suma importância que se conscientize dessa influência e impulsione o desenvolvimento e autoestima deles, mas para que isso de fato aconteça é preciso que os familiares e cuidadores estejam bem psicologicamente, tenham uma boa saúde mental para lidar com a estigmatização e preconceito. A fim de atenuar a propagação desses sentimentos, é preciso que se desenvolva uma formação humanista nas escolas com intuito de abranger convívio social respeitoso, saúde mental e um desenvolvimento saudável diante das barreiras atuais da inclusão. Para tal, a metodologia utilizada será a pesquisa bibliográfica.

**PALAVRAS-CHAVE:** Família. Pessoas com deficiência. Saúde mental

**ABSTRACT** – Due to the great impact that the family has on the lives of people with disabilities, it is of paramount importance that we become aware of this influence and boost their development and self-esteem, but for this to actually happen it is necessary that family members and caregivers are well psychologically, have good mental health to deal with stigmatization and prejudice. In order to mitigate the spread of these feelings, it is necessary to develop a humanistic formation in schools in order to encompass respectful social life, mental health and a healthy development in the face of the current barriers of inclusion. For this, the methodology used will be the bibliographic research.

**KEYWORDS:** Family. People with disabilities. Mental health

### INTRODUÇÃO

O contexto histórico das pessoas com deficiência é bastante árduo, no século XVI eles foram retirados do convívio social. Havia pensões e hospedarias específicas para esse público, com o objetivo de removê-los da circulação das ruas e ainda usá-los como objetos de estudo, existia também o Nau dos Loucos, uma embarcação que tinha a finalidade de navegar pelas águas calmas de rios e canais da Europa como um depósito para “loucos” e “leprosos” (FOUCAULT,

1978, apud DUARTE, 2018). Houve também uma demasiada criação de asilos, visados como manicômios. Nesses locais, os tratamentos almejavam à cura e, por conta disso, não mediam esforços para aplicar técnicas, aparelhos e medicações que moldassem os comportamentos dos deficientes, visando a contenção dos sintomas, sem preocupa-se com as singularidades e peculiaridades de cada um (DUARTE, 2018).

Apesar das conquistas e do cenário menos conflituoso acerca do tratamento das pessoas com deficiência, ainda é necessário melhorar muito, essencialmente, na aceitação e inclusão deles, a fim de propiciar o suporte psicológico dos deficientes e suas respectivas famílias.

Diante desse contexto é preciso questionar acerca de como as pessoas com deficiência e seus familiares estão lidando diariamente com o preconceito, estigmatização, discriminação e até a hostilização por conta das manifestações característica de cada deficiência; há amparo e suporte para eles diante de tantas adversidades?

É de extrema importância evidenciar esse tema, pois familiares e cuidadores de pessoas com deficiência precisam deparar-se com a realidade e aceitar a situação, que majoritariamente é tida como frustradora, é um processo árduo. Na maioria das vezes recorre-se as maneiras primitivas para lidarem com a angústia; tentando negar e afastando-se da realidade, como uma tentativa de evitar o sofrimento, buscando refúgio, primeiramente, no mundo da fantasia, seja em sua totalidade ou em parte (FREUD, 1911 apud ALVIM; RODRIGUES, 2015).

Diante disso, o objetivo geral deste artigo é compreender a importância da saúde mental das pessoas com deficiência e seus familiares e os objetivos específicos se baseiam em: evidenciar a importância desse tema e seus impactos de melhora na vida das pessoas com deficiência e seus familiares; mostrar meios de como enfrentar as barreiras da inclusão; auxiliar na prevenção de maiores prejuízos psicológicos na vida adulta das pessoas com deficiência; apresentar a importância do suporte psicológico para os familiares das pessoas com deficiências.

Desse modo, a relevância deste trabalho acadêmico se justifica pela necessidade da família estar bem emocionalmente, consciente da sua importância, para que consiga proporcionar suporte e amparo para as pessoas com deficiência, pois os familiares são os principais no seu convívio social, mas devida a tantas dificuldades, preconceito e exclusão cujo os portadores de deficiência recebem, a vista disso, lidar com todas essas adversidades não é nada fácil, tendenciando que a família adoça mentalmente, ficando sem forças pra instigar o desenvolvimento das pessoas com deficiência, comprometendo tanto o progresso deles e a saúde mental dos familiares, por conta disso esse tema precisa ser evidenciado cada vez mais, oportunizando visibilidade ao seu sofrimento, discussões para possíveis contribuições, desencadeando em amparo, suporte psicológico e intervenções nas escolas a fim de amenizar situações de hostilidades para com eles.

A metodologia utilizada é de natureza básica, de acordo com Prodanov (2013) essa apresenta verdades e interesse universais, proporcionando novos conhecimentos, não tem aplicação prática, a abordagem é a pesquisa exploratória, oportuniza mais informações acerca do assunto na definição e delimitação do tema pesquisado, fixando os objetivos, o procedimento utilizado é a pesquisa bibliográfica, como Prodanov (2013) salienta essa propicia o contato direto com o material já publicado acerca do tema tratado na pesquisa, em fontes confiáveis.

A organização do presente trabalho acadêmico se dá pela divisão em cinco seções teóricas, primeira seção, denominada “O contexto emocional das pessoas com deficiência” apresenta aspectos acerca dos sentimentos e conflitos internos que perpassa aos sujeitos com deficiências, manifestando sua dependência familiar. A segunda seção, denominada “A importância da família

no desenvolvimento das pessoas com deficiência” expõe sobre as dificuldades enfrentadas pelos familiares na adaptação e sua extrema relevância no impulsionamento do desenvolvimento dos portadores de deficiência. A terceira seção denominada “Suporte psicológico para a família das pessoas com deficiência”, evidenciada tal importância desses, neste tópico é enfatizado sobre a necessidade e a magnitude dos familiares em estabelecer uma boa saúde mental. Na quarta seção denominada “Deficiência secundária e o âmbito social” discorre acerca dos impactos que o meio no qual as pessoas com deficiências estão inseridas influencia em seu comportamento e desenvolvimento. Na quinta seção denominada “Acessibilidade atitudinal”, exposto o problema, nesse tópico é evidenciado acerca da importância de uma formação humanista nas escolas que instiga a autoestima e a motivação dos estudantes com deficiências.

## **1 O CONTEXTO EMOCIONAL DAS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA**

Segundo Alvim e Rodrigues (2015), é preciso ir além das definições de enfermidade, pois não é suficiente o fato de somente identificar as modificações dos sinais físicos, as sequelas, prognósticos etc. É imprescindível também, e essencial, oportunizar uma reflexão sobre a mudança de sua identidade e as questões emocionais. É preciso atentar ao fato de que o sujeito está diante de uma enfermidade incapacitante, sendo assim precisa modificar estilos de vida, porém executar essa atitude não é algo simples e fácil, pois nessa troca está a constituição de uma personalidade que será deixada para o resto da vida.

Fica nítido constatar no sujeito estados frequentes de depressão, insatisfação, insegurança, reações de agressividade vinculadas à frustração, bem como reações substitutivas de ansiedade, impaciência, hiperatividade, inveja, vulnerabilidade, mau humor e sentimentos de desvalorização (ALVIM; RODRIGUES, 2015).

Ele busca algumas vezes isolamento, retirando-se do convívio social. Defesas presentes como a negação, compensação, projeção, regressão, formação reativa, evidenciam o excesso de angústia que o ego apresenta, buscando nas defesas uma forma de aliviar a tensão, amenizando o conflito interno (ANGEROMI-CAMOM, 2003, apud ALVIM; RODRIGUES, 2015).

Uma das principais dificuldades que estão sujeitos a enfrentar é a crise de identidade. Por haver perdas de referenciais significativos para as pessoas com deficiência, como sua rotina de vida, autonomia etc. A dificuldade em relação a autonomia, acontece por conta de ter que depender do outro para concluir determinadas atividades, pode desencadear nas pessoas com deficiências sentimentos de desconfiança em relação ao meio externo, as pessoas que o cercam. Seu espaço vital não é algo que depende apenas de si, de sua escolha, persuadindo o sentimento de dependência e isso por sua vez pode afastá-lo das oportunidades normais de realização, uma vez que a incapacidade exprime limites de ação e de expansão pessoal (ALVIM; RODRIGUES, 2015).

Portanto, a convivência social acaba tornando-se difícil para a pessoa com deficiência, por conta disso acaba restringindo-se à família, é uma maneira de se sentir protegido deste mundo que agora lhe parece tão diferente. A família, neste processo, desempenha um papel primordial, uma vez que ela pode ser tanto um facilitador para a reabilitação, a reintegração social e para o reconhecimento de sua limitação, como também um agente de doença à medida que não aceita a

situação e desencadeia um processo que vai da culpabilização à superproteção, acarretando hesitações do indivíduo para lidar com o seu novo estado físico (ALVIM; RODRIGUES, 2015).

### **1.1 A importância da família no desenvolvimento das pessoas com deficiência.**

A família é o primeiro grupo social do qual fazemos parte, portanto, será pela e na família que o sujeito começará a ter seu primeiro convívio social e, além disso, dará início a sua aprendizagem e consequentemente começará a se desenvolver (VYGOTSKY, 2010 apud SILVA et al, 2018). Essa primeira socialização desencadeia a produção de muitos elementos da personalidade de cada um, abrindo possibilidade para a formação de uma consciência individual e autônoma (CHEROGLU; MAGALHÃES, 2016 apud SILVA et al, 2018).

As pessoas com deficiências não nascem sabendo que são deficientes ou que têm alguma dificuldade, seja em qual dimensão for. Esse autorreconhecimento irá acontecer no decorrer do tempo, a partir da exposição cultural; aprendendo os referenciais de normalidade que são ditos como soberanos. Assim, podemos desprender que em nossa sociedade há um “padrão” de normalidade culturalmente estabelecido, gerando a estigmatização, o que pode desencadear nos demais que não se esquadram nesse padrão à discriminação e exclusão. As famílias que têm um membro com algum tipo de deficiência, seja ela física ou de outra ordem, estão aptos a sofrerem junto com seu familiar deficiente, os efeitos do processo de estigmatização, discriminação e exclusão. Por conta disso, os autores definem algumas etapas enfrentadas pelos pais desde a descoberta de que o filho apresenta alguma deficiência até a possível adaptação familiar: Choque inicial de descoberta; Não aceitação do diagnóstico; Procura por “curas milagrosas”; Luto; Depressão; Aceitação e Adaptação (GLAT, 2004 apud SILVA et al, 2018).

A vivência de cada uma dessas fases é atravessada por conflitos, contradições, sentimentos ambivalentes e dificuldades nos pais, evidenciando obstáculos que se interpõem ao atendimento das necessidades especiais da criança com deficiência no que concerne ao seu desenvolvimento físico, psicológico, afetivo e social (SILVA et al, 2018).

Infelizmente há muitos casos em que a própria família contribui para a instalação de deficiências secundárias, não permitindo que o mecanismo de compensação aconteça. Para isso seja revertido, é preciso desenvolver uma abordagem que não negue o quadro do paciente, mas que impulse e possibilite o desenvolvimento de suas potencialidades, ainda que as deficiências existam (SILVA et al, 2018).

Segundo Sólcia (2004) não é fácil a adaptação familiar em relação a nova rotina de cuidados que uma pessoa com deficiência exige, devido ao fato de existir uma série de afetos contraditórios em relação às expectativas e ideais frustrados, acarretando num processo de luto e desafiando tal família a lidar da melhor forma possível com as adversidades. Há períodos de imensa satisfação por conta das conquistas (que para muitos pais passam despercebidos, porém para pais de pessoas com deficiência são verdadeiras vitórias) e grandes períodos de tristeza e frustração.

Familiares e cuidadores devem ser considerados como peça fundamental no desenvolvimento e tratamento psicológico de tais pacientes; a forma como agem em seus cuidados agregando ou não autonomia, a maneira como viabilizam a estimulação adequada, a

forma como reagem emocionalmente com as dificuldades e com a pessoa com deficiência são elementos primordiais que devem ser refletidos e orientados a fim de evitar a propagação de sentimentos como de inadequação, a exclusão social, a demasiada dependência, a escassez de consciência acerca das reais dificuldades e possibilidades (SÓLCIA, 2004).

## 1.2 Suporte psicológico para a família das pessoas com deficiência

O fechamento do diagnóstico acarreta o processo de luto pelo filho idealizado (sem deficiência), pelo fato de existir uma enorme expectativa dos pais para com os filhos, supervalorizando-os até mesmo antes de tê-los. A reação dos pais normalmente é a descrença no primeiro momento, continuando nos primeiros meses acrescidos por confusão, incerteza e até hostilidade contra o mundo e a situação emergente. De acordo com o desenvolvimento da criança aparece a esperança e o interesse por ela, sendo facilitado caso tenha-se o apoio da família e de amigos. Muitas surpresas e inseguranças acontecem conforme os novos problemas podem advirem, à vista disso, é preciso compreender que os pais precisam adquirir apoio constante do mundo a sua volta (SÓLCIA, 2004).

É imprescindível enfatizar a importância de desenvolver a consciência dos responsáveis em romperem com condutas de superproteção, pois isso poderá prejudicar o desenvolvimento, como também limitar a criança em certas vivências. Dessa forma, é importante destacar algumas formas de atuação do psicólogo no acolhimento e orientação familiar: buscar compreender como os familiares significam a deficiência; Pádua (2013 apud SILVA et al, 2018) alerta para que o profissional da Psicologia inteirasse acerca da dinâmica familiar. É importante salientar que o profissional deva ter a sensibilidade de perceber os sentidos atribuídos para cada um em particular do que é conviver com uma pessoa com deficiência, pois irá esclarecer as angústias e potencialidades que os familiares terão, proporcionar atenção a esse tipo de percepção dos familiares é preciso por ser um processo que influenciará na convivência familiar, assim como nos vínculos.

É importante também que o psicólogo identifique suas histórias de vida, principalmente a história da relação familiar, pois cada família é única assim como 45 cada sujeito, dessa maneira nestes casos o suporte psicológico tem como essência a compreensão do profissional para com a história de cada família, considerando o ambiente, a cultura, os afetos, a motivação, dentre outros (PADUA, 2013 apud SILVA et al, 2018).

É fundamental incitar o suporte psicológico, pois irá ajudar no esclarecimento de dúvidas sobre as limitações e possibilidades de desenvolvimento da criança com deficiência; auxiliar na ressignificação da família quanto à possível estigmatização; na orientação das condutas com o objetivo de promover o desenvolvimento da autonomia, autoconfiança e a independência da criança com o intuito de desenvolver suas capacidades e será pautado na responsabilidade de promover uma visão transformadora acerca das condições objetivas da criança (SILVA et al, 2018). Glat (1999 apud SILVA et al, 2018) considera importante que:

O profissional também oriente as famílias sobre outras alternativas de atendimentos adequados a depender da queixa do sujeito. Deve ressaltar também a relevância da inclusão da criança, principalmente nos âmbitos sociais, escola e família, pois são as instituições que contribuem para o desenvolvimento global saudável.

As pessoas com deficiência que adoecem e se fragilizam, tem chances de acabar sendo o depositário encobridor dos defeitos e culpas não assumidos, proporcionando sentimentos de impotência, incapacidade e mazelas dos constituintes da família. Dessa forma, a terapia familiar agrega momentos com a finalidade que a família reconheça e analise seus comportamentos omitidos acerca de conteúdos desconhecidos e rejeitados. Sendo esse o espaço essencial de fazê-los perceber, aceitar e integrar seus conteúdos inconscientes. Porém, para que o processo terapêutico de fato seja efetivado, é necessário que a família reconheça suas dificuldades, almejando encontrar uma solução. O psicólogo não recomenda uma solução pronta, nem sequer esta é sua função. O papel do psicólogo está em elevar o grupo em suas reais capacidades, e ajudá-los a alcançar a solução pela procura dos recursos emocionais. (VIZZOTTO e GOMES, 2009).

A família detém de uma demasiada relevância social, por conta do seu papel fundamental no desenvolvimento da sociabilidade, afetividade e bem-estar físico dos sujeitos, essencialmente na fase da infância e adolescência. Diante disso, é coerente afirmar que o psicólogo visualiza na família uma alternativa de intervenção para proporcionar uma melhora na qualidade de vida da pessoa com deficiência, devido ao fato de a psicoterapia familiar evitar que somente a criança seja responsabilizada ou culpada pela patologia ou deficiência, além disso também oportuniza uma modalidade preventiva de saúde mental e física pelas orientações apoio recebido. (VIZZOTTO e GOMES, 2009).

## 2 DEFICIÊNCIA SECUNDÁRIA E O ÂMBITO SOCIAL

A deficiência secundária, de acordo com Vygotsky (1997 apud SILVA et al, 2018) é compreendida como uma produção social que inferioriza, estigmatiza, marginaliza, exclui e, logo, acarreta impedimentos para a promoção do desenvolvimento. O âmbito social abrange ações que podem incapacitar, de diferentes formas as pessoas com deficiência, sendo assim os aspectos sociais podem ser mais limitantes do que os aspectos genéticos e fisiológicos.

Vygotsky (1997 apud SILVA et al, 2018) destaca às possibilidades de aprendizagem e desenvolvimento, afirma que mesmo existindo uma deficiência primária, desenvolve a ideia de compensação, conceito essencial, que evidencia a reorganização da pessoa numa determinada limitação, de maneira que o seu desenvolvimento continue acontecendo e que tenham assegurado a sua constituição como sujeito ativo no mundo. Essa reorganização interna acontece através dos estímulos sociais.

De acordo com Silva et al (2018), o âmbito social possibilita intensas limitações para o desenvolvimento das pessoas que possuem algum tipo de deficiência, o que contempla a deficiência secundária. Isso leva a refletir no quanto a sociedade precisa ser repensada e transformada de modo a garantir o desenvolvimento de todos, sem discriminação. Caso a deficiência secundária seja ressaltada, é provável que a compensação das limitações não aconteça.

## 2.1 Acessibilidade Atitudinal

Uma das maiores necessidades de intervenção presentes no atual cenário da educação é a consolidação de uma cultura curricular comprometida com a ética e o respeito aos direitos humanos. De acordo com Sasaki (2009), a acessibilidade atitudinal é percebida na maneira como a instituição educacional oportuniza a construção dessa cultura. Dessa forma, é importante que o currículo escolar abrange a formação humanista, através de abordagem de conteúdos atitudinais, passíveis a combater a discriminação e o preconceito, assim como valorizar e evidenciar atitudes mais inclusivas e abertas ao acolhimento da diversidade em todas as suas formas de expressão.

De acordo com Sasaki (2009) para promover uma acessibilidade atitudinal nas escolas é preciso concretizar atividades de sensibilização e conscientização, incitadas dentro e fora da escola com o intuito de eliminar preconceitos, estigmas e estereótipos, e incentivar a convivência respeitosa com alunos que tenham as mais diversas características atípicas (deficiência, síndrome, etnia, condição social etc.) perpetuando a todos o ensinamento de evitar comportamentos discriminatórios. Um ambiente escolar (e familiar, comunitário etc.) que não incita o preconceito melhora a autoestima dos alunos e isto facilita para que eles realmente aprendam em menos tempo e com mais alegria, mais motivação, mais cooperação, mais amizade e mais felicidade. Proporcionando pessoas capacitadas em atitudes inclusivas adaptadas ao atendimento de usuários com deficiência de qualquer tipo.

## 3 CONCLUSÃO

Portanto, é imprescritível que tenhamos compreensão acerca do contexto emocional que os portadores de deficiência enfrentam, para que venhamos nos sensibilizar e ajudá-los, em vez de simplesmente julgá-los e instigar a criação de estigmas, é preciso enxergar além de sua patologia e reconhecê-lo de forma integral, contemplando suas questões emocionais, suas frustrações, inseguranças, vulnerabilidade, enfim os seus conflitos internos.

Infelizmente, a realidade social na qual nos encontramos ainda não é propícia para proporcionar um ambiente social acolhedor que otimize a autoestima e impulse o desenvolvimento das pessoas com deficiência. Isso faz com a família sofra ao perceber essa realidade conflituosa e nada motivadora. Por conta da forte influência familiar, se tem outro desafio, o de como incentivar avanços diante de tantas adversidades, deixando a incógnita de estar forte e bem mentalmente diante de tantas dificuldades e ainda prestar uma excelente estimulação aos portadores de deficiência.

Nesse contexto, os familiares precisam desenvolver e cuidar da sua saúde mental, para que todo o processo de adaptação ocorra sem que aconteça a exaustão emocional em ambas as partes. É necessário também que a família se aproprie acerca das potencialidades que são possíveis de serem alcançadas, com intuito de não criem expectativas absurdas, culpando e frustrando as pessoas com deficiência pela não execução de determinadas atitudes. É pertinente que se tenha as terapias familiares para melhorar relacionamentos e comportamentos, instigando a aceitação da situação e tentando melhorá-la.

O meio social influencia demasiadamente o progresso, autoestima e a saúde mental das pessoas com deficiência, sendo de extrema importância que nestes espaços, enfatizando as escolas, aconteça a inclusão e motivação, os estímulos sociais devem potencializar o desenvolvimento global saudável, para que se sintam participante do mundo a sua volta, mas para que isso ocorra é preciso concretizar uma educação voltada ao respeito as diferenças, abrangendo uma formação humanista, ofertando conteúdos e práticas que abrange acerca da educação inclusiva.

#### 4 REFERÊNCIAS

ALVIM, Joselene Lopes; RODRIGUES, Valdecir Cahoni. **A relevância dos aspectos emocionais do deficiente físico para a inclusão no ambiente de trabalho.** [S. l.], p. 153-162, out. 2015.

DUARTE, Daiane. **Psicologia e a pessoa com deficiência: O conceito de deficiência.** [S. l.], p. 15, jul. 2018.

Prodanov, Cleber Cristiano. Metodologia do trabalho científico [recurso eletrônico] : métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico / Cleber Cristiano Prodanov, Ernani Cesar de Freitas. – 2. ed. – Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

SASSAKI, Romeu Kazumi. **Inclusão: acessibilidade no lazer, trabalho e educação.** Revista Nacional de Reabilitação (Reação), São Paulo, Ano XII, mar./abr. 2009, p. 10-16. Disponível em: <[SASSAKI - Acessibilidade.pdf \(ufg.br\)](#)>. Acesso em: 23 jan. 2023.

SILVA, Matheus Rodrigues da et al. **Psicologia escolar e a educação inclusiva: Da formação à atuação profissional.** São Paulo, p. 12, 2018.

SÓLCIA, I. V. **Âmbito familiar: a reação da família frente a notícia da deficiência dos filhos.** Monografia apresentada na Universidade Estadual do Norte do Paraná. 2004.

VIZZOTTO, M.M.; GOMES, R.A. **Descrição de queixas e indicadores diagnósticos de famílias atendidas em psicoterapia domiciliar.** São Paulo Instituto Metodista de Ensino Superior. Psicologia Informação: Ano13, n.13, jan./dez. 2009.