

**DA DOR AO APRENDIZADO, DO MEDO À RECONSTRUÇÃO DO *ETHOS*:
métodos e técnicas de cuidados humanescentes**
**FROM PAIN TO LEARNING, FROM FEAR TO RECONSTRUCTION OF
ETHOS: HUMANESCENT CARE METHODS AND TECHNIQUES**

Leonardo Magela Lopes Matoso¹

RESUMO

Este estudo se propôs discutir experiências vivenciadas na retomada das aulas pós-pandemia de COVID-19. A ideia foi tentar reconstruir o *Ethos* dos/as alunes que apresentavam sintomas de ansiedade e medo, onde foram submetidos a métodos e abordagens de cuidados humanescentes. Assim, este ensaio teórico-prático-reflexivo foi pautado na escrita assinada, de cunho descritivo e qualitativo, vivido com 23 alunes em uma Universidade do Interior do Nordeste entre 2022 e 2023. Foi utilizada abordagem da Tenda do Conto, Espaço da Palavra e Caderno e Caixa Recanto das Emoções como forma de resgatar o *Ethos*, humanizar e sociabilizar as/os alunes ao processo de ensino-aprendizado. Observou-se que tais abordagens auxiliaram na participação, dinâmica e questionamento dos conteúdos em sala, utilizando o *smartphone* como complementar durante as discussões e não mais como um objeto de disputa de atenção. Além disso, notou-se uma melhor segurança dos/das alunes quanto à autonomia e cuidado de si.

Palavras-chave: espaço da palavra; tenda do conto; aprendizado; *Ethos*; saúde mental.

1 Contextualizando as dores e angústias

Quando se propõe a ser professor, os desafios são inúmeros e atravessados por uma série de indicadores sociais deficitários. O próprio processo de ensino-aprendizagem deve levar em consideração as potencialidades e dificuldades de todos os envolvidos no curso acadêmico, promovendo, assim, uma perspectiva equitativa e acolhedora.

No entanto, além dos desafios cognitivos de cada alune e das barreiras sociais e psicológicas de acesso, que os tornam propensos a transtornos mentais, experienciou-se um mal circulante na vida acadêmica nos últimos três anos: o aumento exponencial da ansiedade. Intensificada pela COVID-19, a ansiedade tem acarretado mudanças significativas no mundo acadêmico e exigido adaptações no processo de aprendizagem.

O construto "ansiedade" pode apresentar uma série de definições e significados. Os dicionários de Língua Portuguesa Aurélio (2010) e Houaiss (2009) referem-se à ansiedade

¹ Doutorando em Estudos da Mídia pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). Drag da Psicanálise, Psicolinguística, Enfermagem e Jornalismo. Bolsista da CAPES/CNPq. Membro do Grupo de Pesquisa CORPOLÍTICA: Grupo de Estudos Interdisciplinares, Práticas Discursivas e Política dos Corpos da UFRN. E-mail: leonardo.l.matoso@gmail.com.

como sendo aflição, angústia, medo excessivo, perturbação do espírito causada pela incerteza e pensamentos futuros sobre algo que não aconteceu, entre outras definições. Sua etimologia é oriunda do grego *aghko* (ἄγγω) e refere-se a “estrangulamento, uma forma de sufoco ou opressão sentida por determinado sujeito”, como aponta o pesquisador Geilson Fernandes de Oliveira (2021). Para este, a ansiedade e o medo são inerentes ao ser humano e ambos fazem parte de um sistema complexo que visa, sobretudo, à sobrevivência da espécie humana.

No entanto, para efeito deste estudo, cuja proposta é construir tecituras do tipo ensaio-prático-reflexivo, a ansiedade foi definida segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM 5 (American Psychiatric Association, 2014). Assim, a ansiedade é apreendida como um comportamento intenso de preocupação persistente acerca de vários campos sociais como trabalho, família, escola e outros, nos quais o indivíduo possui dificuldades de controle e adaptação desse comportamento, desencadeando sinais e sintomas em nível sistêmico.

Com base nisso, este ensaio-prático-reflexivo recorreu, numa perspectiva de estudo de caso, às experiências enquanto docente do ensino superior, quando, ao entrar em sala de aula no final do semestre de 2022 e início de 2023, percebeu-se que a ansiedade e o medo nos alunes eram sensações recorrentes. Estes estampavam na face a ideia de não serem capazes de lidar com a volta às aulas presenciais. Era uma marca vista na pele e refletida no olhar de cada alune em sala de aula. Isso me moveu para a construção e ressignificação dos métodos e técnicas de ensino-aprendizagem, potencializando não apenas a subjetividade de cada um, mas também reconstruindo um *Ethos* que havia sido fragmentado desde o começo da pandemia de COVID-19.

A construção teórica embasada neste estudo acerca do *Ethos* recai na compreensão de hábito, reforçada pela ideia de Michel Foucault (2004) ao entender que as práticas de cuidado de si de cada indivíduo se entrelaçam com processos de subjetivação que migram para movimentos intrínsecos à condição da própria existência.

Na *Hermenêutica do sujeito*, Foucault (2004, p. 389-394) defende como atributos da vida filosófica e construção de si, os formuladores do *Ethos*² constituídos pelo

² Optou-se por abordar individualmente os constituintes do *Ethos* (*parástema*, *paraskéue* e *parresia*), considerando uma melhor trajetória didática às explicitações dos enunciados.

*parástema*³, *paraskeuê*⁴ e *parresía*⁵. Esses três constituintes são impulsionados pela força do indivíduo frente à relação de poder, em que um não existe sem o outro.

Dito isso, a premissa deste estudo foi tentar reconstruir despretensiosamente o *Ethos* dos alunes na sala de aula, ao passo de conseguirem falar ou lidar com sentimentos de ansiedade por meio de métodos e abordagem de cuidados humanescentes. Esse tipo de cuidado pode ser entendido como uma abordagem cuja finalidade é a construção e consolidação do Eu enquanto sujeito inerente ao próprio processo de adoecimento. Além disso, é um resgate da humanização e do cuidado de si, fazendo com que se compreendam os mecanismos de angústias e a responsabilidade que cada indivíduo tem na desordem que carregam.

Portanto, enquanto método, este foi um estudo descritivo e qualitativo, pautado nos pressupostos de Maria Cecília Minayo (2016). A materialização discursiva deste relato experiencial, que teve como objeto o cuidado do outro, remonta ao fim da pandemia de COVID-19 e à volta às aulas nas universidades no final de 2022 e início de 2023. O retorno às aulas presenciais suscitou ansiedade e uma gama de outros transtornos psiquiátricos, de modo que ficar em sala despertava crises de pânico nos alunes.

De acordo com dados publicados sobre *Depression and other common mental disorders: global health estimates* (World Health Organization, 2017), estima-se que 4,4% da população mundial estejam passando por algum processo de transtorno depressivo e 3,6%, de ansiedade. No Brasil, essa porcentagem chega a 5,8% e 9,3% da população, respectivamente. Os transtornos depressivos e ansiosos correspondem à quinta e à sexta causa de uma vida vivida com incapacidades.

Denota-se que em seu estado latente, a depressão pode levar ao suicídio, sendo esta a segunda principal causa de óbito em jovens de 15 a 29 anos (World Health Organization, 2017). Assim sendo, a ansiedade vem sendo considerada como um dos maiores males do século, dadas as mudanças significativas ocorridas no âmbito cultural e econômico e as exigências advindas de uma sociedade moderna, tecnológica e competitiva, atingindo principalmente os jovens. Esses dados refletem uma realidade que antecede a pandemia, no entanto, dados atuais são ainda imprecisos, e acredita-se que esses indicadores tenham aumentado.

³ Compreendido por preceitos; conselho; firmeza; realidade; bem.

⁴ Entendido como aprovisionamento; fornecimento de algo para alguém; plano, procedimento; projeto; preparação, exercícios e prática de si.

⁵ Discutido como a liberdade de expressão; franqueza; licenciosidade de expressão.

Uma pesquisa desenvolvida com quase seis mil alunes, de todas as regiões do Brasil, por Roberta Pires Corrêa *et al.* (2022), evidenciou impacto significativo da Pandemia de COVID-19 nas atividades acadêmicas e na saúde mental dos estudantes. A pesquisa apontou que 45% dos alunes foram diagnosticados com ansiedade generalizada e 17% com depressão durante o primeiro ano pandêmico. Mais de 60% relataram crises de ansiedade e dificuldades para dormir, e mais de 80%, falta de motivação e problemas de concentração.

Essas evidências foram tecidas empiricamente durante a atuação profissional em sala de aula. Verificaram-se situações de ataques de pânico durante a retomada das aulas, bem como a atenção era disputada entre a projeção visual no quadro branco e o *smartphone*. Nos primeiros meses viveu-se numa espécie de “*black mirrors*”⁶, quando estar conectado transformou-se num hábito, numa condição pertencente à própria existência humana, resquícius do tempo de isolamento da COVID-19. Era notório e até antinatural as cabeças voltadas para baixo, observando os aparelhos celulares, tendo uma relação intimista e narcísica entre usuário e *smartphone*, quando a tela, ao mesmo tempo que despertava angústia, era uma ponte para as notícias e a sociabilidade virtual.

Na busca por compreender esse fenômeno pós-pandemia, o qual também vivenciei enquanto professor, recorri a diversos referenciais teórico-filosóficos, na tentativa de dinamizar as aulas e entender o estado dispersivo de cada alune, bem como identificar como estavam se sentindo diante da retomada presencial das atividades na universidade.

A disciplina que lecionava era Saúde Mental e Cuidado de Enfermagem na Psiquiatria. A turma era formada, em sua maioria, por mulheres brancas, heterossexuais, cisnormativas, com idades entre 19 e 38 anos, que estudavam no turno da noite em uma universidade privada do interior do Nordeste brasileiro. Em sala, havia também homens gays, mulheres lésbicas e bissexuais. Essa inferência se faz necessária, pois tais intersecções entre gênero, sexo e sexualidade têm se mostrado significativas no debate sobre saúde mental.

Dessa forma, este ensaio foi elaborado nos pressupostos da linguagem neutra. Assim, ao todo eram 23 estudantes regularmente matriculados/as no curso superior de enfermagem. Antes de colocar em prática a minha ideia de buscar estruturar metodologias

⁶ *Black Mirror* ou “Espelho Negro” é uma alusão à série britânica criada por Charlie Brooker, que trata de uma ficção sombria, especulativa e de sátira sobre a sociedade contemporânea no que se diz respeito às evoluções tecnológicas e digitais e seus efeitos colaterais. O espelho negro, segundo o autor da série, é o que se vê por toda parte, seja nas palmas das mãos como as telas de *smartphones* ou como as tvs de led nas salas dos telespectadores.

ativas e humanescentes, solicitei que esses/as alunos/as desenhassem em sala o que estavam sentindo, referindo-se a sensações vivenciais em casa ou na retomada as aulas. Foi a primeira de muitas vezes, que uma catarse emergiu e num vislumbre de afetações significantes, várias pessoas começaram a chorar. Alguns desenhos foram expressados a seguir como forma de trazer à tona o que se experienciou em sala (Figura 1).

Figura 1 – Desenhos de alunos do curso superior em enfermagem, 2023



Fonte: elaborada por alunos, 2023.

As figuras supracitadas perpassam concepções simbólicas e vivenciais ligadas a conflitos sexuais, relacionais, de autoimagem, medo de adoecer ou morrer, aborto, sobrecarga, ideação suicida, conflitos familiares e abandono. A construção imagética foi discutida após a finalização dos desenhos, quando cada alune expressou o que sentia e como foi o percurso durante isolamento social e as apreensões retomadas ao voltarem para a academia.

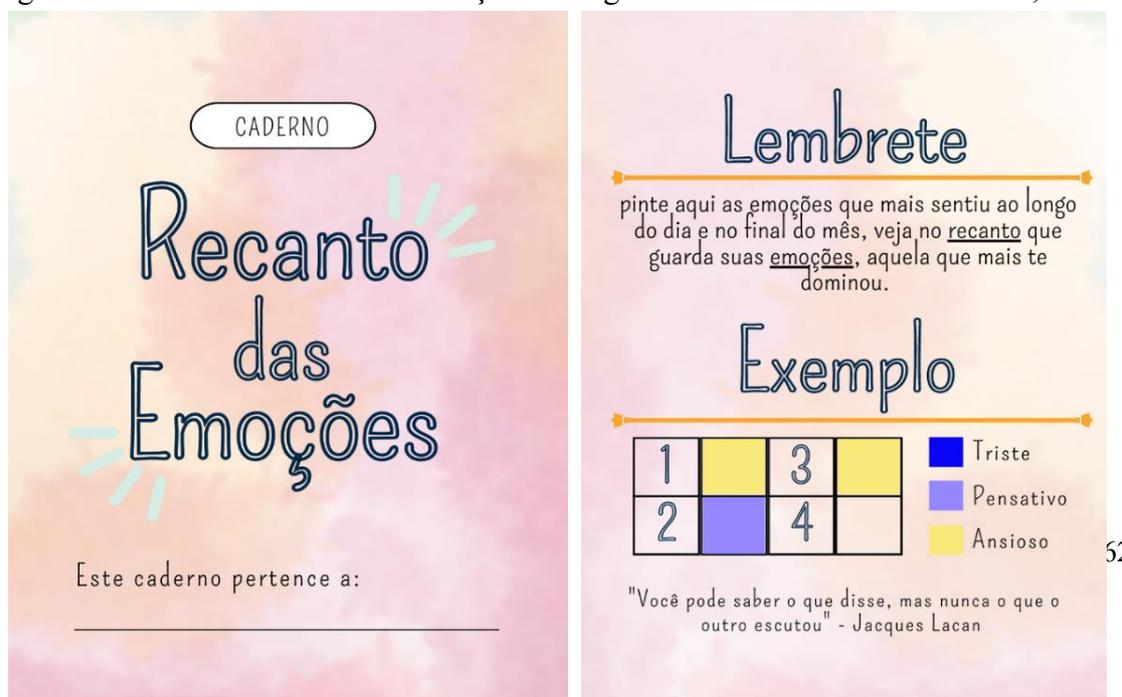
Com base nisso, aplicaram-se ao término das aulas as técnicas da Tenda do Conto e o Espaço da Palavra, utilizando como complemento a Caixa e o Caderno Recanto das Emoções. A ideia foi construir uma abordagem que pudesse ser vista como ferramenta metodológica humanescente em saúde mental, com possibilidade de resgate do *Ethos* de cada alune. Fazendo com que compreendessem o próprio processo de angústia, expressados por meio de símbolos, objetos ou palavras que remontassem o sofrimento discursivamente, sendo capaz, portanto, de auxiliar no processo de cura e ressignificação das angústias.

2 Reconstruindo o *Ethos*: entre o medo e a ressignificação

Buscando fazer com que os alunes pudessem reconhecer a si mesmos e a reconstruir autonomia, segurança e lidarem com seus medos, foi elaborado, após o episódio catártico em sala de aula com os desenhos, um caderno intitulado Recanto das Emoções. A finalidade desse caderno foi fazer com que cada alune pudesse compreender o que estava sentindo, isso porque muitas que choraram, não conseguiram pôr em palavras os reais motivos de estarem emocionadas.

O Recanto das Emoções foi pensado como forma de Inventariar os Sentimentos que mais se sobressaíram no dia, pintando esse sentimento com uma cor correspondente. O aviso já na primeira página do caderno, pontuava: *“pinte aqui as emoções que mais sentiu ao longo do dia e, no final do mês, veja no recanto que guarda suas emoções, aquela que mais te dominou”*. As Figuras 2 e 3 mostram em detalhes o Recanto das Emoções.

Figura 2 – Caderno Recanto das Emoções entregue em sala de aula as/aos alunes, 2023.



Fonte: acervo da pesquisa, 2023.

Figura 3 – Caderno Recanto das Emoções entregue em sala de aula as/aos alunes, 2023.



Fonte: acervo da pesquisa, 2023.

O caderno também continha frases de reflexão e uma área para escrever pensamentos angustiantes que incomodavam ao longo do dia. Após a escrita desse pensamento, o alune poderia dias depois revisitar, caso a angústia se mantivesse, poderia me procurar. Do contrário, poderia riscar e seguir adiante. Isso foi pensado devido anúncios em sala de aula acerca de ideias suicidas e mutilações.

É necessário salientar que o objetivo não era solucionar as dores e sentimentos negativos de cada alune, mas sim, secretariar o sentimento para encaminhar para o auxílio psicológico estudantil ou para a rede municipal de saúde mental. Além de poder suscitar a possibilidade de autorreflexão e agenciamento de crises e sentimentos destrutivos.

Após a entrega do caderno, notou-se que a participação em sala de aula ficou mais leve e participativa, quando questionamentos eram feitos, e a disputa entre o conteúdo e o *smartphone* foi sendo diminuída, observou-se uma melhor interação e discursividade em aula. Foi quando decidi trazer a abordagem Tenda do Conto, tanto para servir como método catártico de acolhimento e ressignificação do *Ethos*, como ferramenta

metodológica de ensino-aprendizado, uma vez que a disciplina ministrada era em saúde mental.

Criado por Maria Jacqueline Abrantes Gadelha, a Tenda do Conto é uma metodologia participativa, em que por meio de representações simbólicas e objetais, cada indivíduo conta sua história e suas afetações. Não foi criada, necessariamente, como uma prática em Saúde Mental, todavia, sua abordagem tem servido para desabrochar vozes e angústias reprimidas.

Para Gadelha (2008), o sentido da Tenda do Conto é de tecer sentidos por meio da construção social, de um empreendimento coletivo e interativo com objetos, uma vez que esses objetos possam construir histórias com a finalidade de compreendermos as situações e fenômenos que se vive naquele momento. Pode ser encarada também como uma prática dialógica de produção de sentido e sentires. Gadelha (2008) planifica que essa metodologia pode auxiliar para as práticas de cuidado em saúde e para a produção de intervenções, significados e ressignificação dos problemas psicossociais, por meio da experimentação, da desindividuação e da problematização.

A técnica metodológica consiste em trazer um objeto simbólico que tenha relação com o sofrimento que o indivíduo vivencia naquele momento. Esse objeto é posto no centro da sala, em uma mesa, coberta por um pano, ao lado de uma cadeira de balanço (de preferência). A ambiência é importante, pois remete à ancestralidade dos contos que eram narrados e dramatizados no interior nordestino pelos anciões. A premissa é que cada um se levante, pegue o objeto e sente-se na cadeira, onde possa associar livremente a palavra a partir desse objeto de afetação.

Gadelha (2008) aponta que a abordagem pode ser terapêutica tanto para quem faz o conto como para quem o escuta, considerando que há o reconhecimento do outro a partir de quem fala e a valorização da fala do outro a partir de quem ouve. Constrói-se, dessa maneira uma egrégora circular de afetos, saberes e exercício de poder da palavra, na perspectiva do empoderamento de quem fala e da autonomia de quem ouve os contos.

Com base no exposto, foi desenvolvida em sala a Tenda do Conto. Solicitei aos alunos que trouxessem, na próxima aula, algum objeto que pudesse representar uma história significativa. A semana seguiu cheia de apreensão, quando alguns alunos me contaram para falar sobre os objetos. Percebi, portanto, que o ato de procurar um objeto e relembrar histórias, mesmo antes da aplicação da metodologia, já despertava reflexões importantes e um cuidado de si, ao reconhecerem a lembrança como um ponto relevante a ser trabalhado.

Muito além disso, os objetos fizeram com que alunos contatassem familiares e, juntos, revivessem recordações. Depois, pensaram em como se levantariam, enfrentando a ansiedade e a vergonha, sentariam no meio da sala e contariam uma história nunca compartilhada. Esse ato é, em si, um revisitar da vulnerabilidade e da fragilidade, mas assegurei que suas falas poderiam ser vividas com acolhimento e segurança.

Não por acaso, neste ensaio, as histórias compartilhadas serão mantidas em sigilo, visto que a premissa é apenas compartilhar as técnicas e experiências, para que outros profissionais possam reproduzi-las. A Figura 4 mostra os objetos utilizados durante a metodologia participativa, preservando o anonimato de cada aluno.

Figura 4 – Objetos da Tenda do Conto e alunos, 2023



Fonte: acervo da pesquisa, 2023.

*Imagens autorizadas

A Tenda do Conto geralmente é iniciada por quem propõe a abordagem. Assim, evocando Rosa Bueno Fisher (2005), que propõe a construção de afeto por meio de uma escrita assinada e subjetiva, iniciei a tenda pegando um livro como objeto e desvelando sobre sua história. Após esse ato, os alunos fluíram livremente, e conforme um contava sua história, ao término, outro se levantava e expressava o que sentia. Entre quem contava e quem ia contar, no cruzamento de corpos, abraços afetuosos eram praticados.

Na Tenda do Conto existe um entrelaçamento, uma costura com retalhos, uma escolha ético-estético-político, conforme assinala Regina Benevides de Barros (2013). No sentido de afetação do corpo pelos modos de existência do outro, essa metodologia tem o

potencial de produzir diferenças nos modos de afeto e ressignificação das dores ao compreenderem seus próprios sentimentos.

Observou-se ainda que os alunes puderam elaborar até mesmo uma nova concepção sobre a produção de saúde. Enquanto futuros profissionais da saúde, entenderam que existem abordagens que podem ser menos focadas no processo de adoecimento e mais direcionadas para a produção de sentido da vida.

É o que proponho ao enfatizar a possibilidade da reconstrução do *Ethos* por meios de metodologias participativas humanescentes, que são capazes de resgatar o que há de mais singular na vida: o processo de humanização e humanizar a si mesmo. Assim, quando se preparam os alunes para contar a sua história estes podem se reinventar, entender o espaço acadêmico não apenas como mero transmissor de informações, mas também um espaço de segurança e reconhecimento da própria história.

Uma outra abordagem metodológica, que também é participativa e que foi utilizada, trata-se do Espaço da Palavra. Iniciativa pensada para proporcionar um diálogo sincero e aberto, com flutuação livre, cuja premissa é a escuta qualificada. A técnica consiste em escolher uma palavra que seja geradora de sentidos e afetos. Por meio desta, o mediador questiona qual a representatividade dessa palavra ao grupo e cada um pode responder se estiver à vontade. Aqui, o silêncio também é terapêutico e cabe ao mediador entender esse processo e incitar reflexões. O mediador pode, durante a prática, abordar a palavra por meio de poesias, músicas, audiovisualidade, dentre outros recursos, o importante é que a discussão seja gerada sempre a partir da palavra escolhida.

Durante a experiencição da prática, usou-se como palavras geradoras: vida, desejo, morte, perdão e amor. Pode-se perceber que as palavras permitiram o extravasamento de afetos que estavam recalçados. Esse recalçamento foi exposto por meio do discurso gerado em cada palavra, representando, para quem proferia, uma cadeia associativa de significados.

Para Sigmund Freud (1996), é pela fala que o indivíduo pode se conectar com o inconsciente, acessando angústias recalçadas que produzem sintomas. Dessa forma, passa-se a compreender melhor o motivo do sofrimento, produzindo novas maneiras de sentir.

Na ótica de Waleska Pessato Farenzena Fochesatto (2011), supõe-se que, à medida que o indivíduo mantém ideias recalçadas de eventos ligados ao passado, esse passado torna-se presente, uma vez que é constantemente atualizado pelos sintomas. Quando a reação é reprimida, o afeto permanece ligado à lembrança e produz o sintoma. Logo, o

Espaço da Palavra se mostrou assertivo no desfragmentar desse recalçamento, em que por vezes uma angústia foi trocada e assemelhada à angústia do outro, formando assim uma troca de afeto e de experiências.

É necessário apontar que em todos os encontros, tanto da Tenda do Conto quanto do Espaço da Palavra, foi montado e colocado a postos um objeto chamado Caixa Recanto dos Afetos. O/A alune que precisasse de afeto, se levantaria da cadeira e pegaria o bilhete afetuoso dentro da caixa. Ao ler a mensagem, ele é imbuído a refletir sobre esta e passar o dia tentando adotá-la. Isso visa à redução dos níveis estressores e tensivos, além de trazer a sensação de positividade, bem-estar e amparo diante dos sentimentos. A Figura 5 mostra a Caixa dos Afetos.

Figura 5 – Caixa dos Afetos em sala de aula, 2023



Fonte: acervo da pesquisa, 2023.

Elisabeth Roudinesco (2000) assegura que a fala é uma das ferramentas terapêuticas de maior significado e atemporal. A ideia de verbalizar o sofrimento, de encontrar palavras para descrever o que se sente e permitir expressá-lo imbuí no indivíduo a sensação de bem-estar e cura, ao passo que torna consciente o objeto de angústia. Nesse aspecto, acredita-se que essas abordagens metodológicas que foram centradas na escuta dos afetos da condição humana permitiram dar voz àquilo que, por ação do recalçamento,

não pode ser expresso, configurando-se como uma potencialidade para reconstrução do *Ethos* e ressignificação dos sintomas que prejudicam a saúde mental.

3 Considerações e sugestões

Observou-se que as técnicas metodológicas Tenda do Conto, Espaço da Palavra, Caderno e Caixa dos Afetos foram estratégias positivas de resgate do *Ethos*, do modo de ser e sentir de cada alune, que passaram a participar, dinamizar e questionar os conteúdos em sala, utilizando o *smartphone* como complementar durante as discussões e não mais como um objeto de disputa de atenção.

Além disso, cabe explicitar que, ao longo das conduções dos métodos, alguns alunes vieram solicitar auxílio psicológico, quando foram encaminhadas para profissionais da área de saúde mental do Município. Outres elogiaram a abordagem e reconheceram que é preciso aceitar os desafios e ressignificar as perdas e as dores, além de compreender que existe a “capacidade de morrer várias vezes em vida e renascer num processo de re-invenção de nós mesmos” – frase proferida em sala, por uma aluna.

Pelo exposto, sugere-se que tais abordagens possam ser reproduzidas tanto na academia como em escolas do ensino fundamental e médio, além de instâncias institucionais da saúde, como atenção primária e secundária, uma vez que se pode verificar as potencialidades que as abordagens carregam, ao colocarem as pessoas para confrontarem suas próprias angústias e sentimentos, humanizando-as num processo de cuidado de si.

Referências

AURÉLIO, Aurélio Buarque de Holanda Ferreira. **Dicionário Aurélio da língua portuguesa**. 5. ed. Curitiba: Positivo, 2010.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BARROS, Regina Benevides de. **Grupo: a afirmação de um simulacro**. 3. ed. Porto Alegre: Sulina Editora da UFRGS, 2013.

CORRÊA, Roberta Pires *et al.* The perceptions of brazilian postgraduate students about the impact of COVID-19 on their well-being and academic performance. **International Journal of Educational Research Open**, [s. l.], 3(1), p. 1-8, 2022.

FISCHER, Rosa Maria Bueno. Escrita acadêmica: arte de assinar o que se lê. *In*: COSTA, Marisa Vorraber; BUJES, Maria Isabel Edelweiss (org.). **Caminhos investigativos III: riscos e possibilidades de pesquisar nas fronteiras**. Rio de Janeiro: DP&A, 2005. p.117-140.

FOCHESATTO, Waleska Pessato Farenzena. A cura pela fala. **Estudos em Psicanálise**, [s. l.], 36(10), p. 165-171, 2011.

FOUCAULT, Michel. **A hermenêutica do sujeito (1981-1982)**. Tradução Márcio Alves e Salma Tannus. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

FREUD, S. Estudos sobre a histeria (1893-1895). *In*: FREUD, S. **Edição Standard Brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 1996, v. II.

GADELHA, Maria Jacqueline Abrantes. **Beirando a vida, driblando os problemas: estratégias de bem viver**. Dissertação (mestrado em Enfermagem). Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2008.

HOUAISS, Antônio. **Dicionário Houaiss da língua portuguesa**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2009. Disponível em: <https://houaiss.uol.com.br>. Acesso em: 18 dez. 2024.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Editora Vozes: São Paulo, 2016.

OLIVEIRA, Geilson Fernandes de. O discurso midiático sobre a ansiedade em tempos de covid-19: prescrições, formas e normas. **Revista Heterotópica**, [s. l.], 3 (1), p. 171-90, 2021.

ROUDINESCO, Elizabeth. **Por que a psicanálise?** Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2000.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Depression and other common mental disorders: global health estimates**. World Health Organization, 2017. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/254610>. Acesso em: 27 jun. 2023.