

PROJETO ANGUS: EQUOTERAPIA PARA CRIANÇAS VÍTIMAS DE BULLYING ESCOLAR

Área temática: saúde.

Autora: Daniela Martina Alves Aguiar¹

Coordenadora: Lisiane Pereira de Jesus²

RESUMO: O presente relato refere-se ao Projeto de Equoterapia da UFMT, o qual tem como principal ação as sessões de Equoterapia; neste caso, para vítimas de bullying. A partir disso, almeja-se estimular habilidades sociais, utilizar a Equoterapia como instrumento facilitador no estímulo da autoestima, autoconfiança, autonomia, entre outros, bem como alcançar benefícios físicos como a melhora do equilíbrio, coordenação motora, postura, entre outros. As sessões foram realizadas uma vez por semana, sendo o público alvo crianças entre 8 e 9 anos, independentemente do sexo, matriculadas em escola da rede pública, estando nos 2º e 3º anos. Será apresentado um estudo de caso de uma das praticantes, na qual foi possível perceber o quanto o processo de Equoterapia a auxiliou a “desestressar”, “sorrir”, ser mais “segura” de si e “sociável”. Portanto, considera-se que o projeto cumpriu os objetivos propostos, sendo um importante auxílio na recuperação de crianças vítimas de bullying.

Palavras-chave: Equoterapia, Bullying, autoestima, autonomia.

1 INTRODUÇÃO

O presente relato refere-se ao projeto de pesquisa vinculado ao Programa de Extensão “Centro de Equoterapia da UFMT”. A partir deste projeto são desenvolvidas ações para a comunidade de baixa renda, permitindo que a mesma tenha acesso a um serviço que, na maioria das vezes, é elitizado por outras entidades. A principal ação são as sessões de Equoterapia, desenvolvidas em parceria com o Rancho Raça Forte.

O projeto intitulado: “Efeitos da Equoterapia na recuperação de crianças vítimas de bullying escolar”, realizado entre agosto e dezembro de 2018, como o próprio nome já nos anuncia, tem por objetivo utilizar a Equoterapia como ferramenta na recuperação de vítimas de bullying escolar. A partir disso, almeja-se estimular habilidades sociais,

¹ Discente do curso de Psicologia da Universidade Federal de Mato Grosso.

² Doutora, FAAZ/DZER, UFMT.

utilizar a Equoterapia como instrumento facilitador no estímulo da autoestima, autoconfiança, autonomia, entre outros.

Objetiva-se ainda atingir os benefícios físicos e psicomotores propostos pela prática equoterápica, como a melhora do equilíbrio, coordenação motora, postura, adequação do tônus muscular, alongamento e flexibilidade muscular, consciência corporal, além de melhorias na circulação e respiração, integração dos sentidos, funções intelectivas, fala e linguagem.

Equoterapia refere-se a um método terapêutico que utiliza o cavalo como principal mediador; dentro de uma abordagem interdisciplinar, com uma equipe multiprofissional, nas áreas da saúde, educação e equitação, buscando o desenvolvimento biopsicossocial de pessoas portadoras de deficiência e /ou necessidades especiais (ANDE-BRASIL, 2007; 2016).

Com relação ao planejamento e o acompanhamento das sessões, estes devem ser individualizados, apesar das sessões de Equoterapia poderem ser realizadas em grupo (ANDE-BRASIL, 2019). Além disso, é necessário registrar periódica e sistematicamente as atividades desenvolvidas com os praticantes, de modo a possibilitar um melhor acompanhamento da evolução do trabalho e avaliar os resultados obtidos (ANDE-BRASIL, 2019).

Quanto ao tempo das sessões, não é recomendado que uma sessão prolongue-se por mais de 30 minutos, pois, apesar da pouca tensão muscular solicitada na andadura do cavalo, a quantidade de repetições dos passos torna o exercício bastante intenso (WICKERT, 1999).

Tal atividade, por exigir a participação do corpo inteiro, contribui para o desenvolvimento da força muscular, relaxamento, conscientização do próprio corpo, além do aperfeiçoamento da coordenação motora e do equilíbrio. Além disso, na interação com o cavalo, desde a aproximação, o ato de montar, até o manuseio final, é possível desenvolver novas formas de socialização, autoconfiança e autoestima (ANDE-BRASIL, 2019).

Com relação ao bullying, foco do presente projeto, Guareschi et.al (2008) o conceituam como sendo práticas agressivas, intencionais e repetidas, adotadas sem motivação evidente e direcionadas a outros. Os autores ressaltam que a relação desigual

de poder entre a vítima e o praticante de bullying é uma característica essencial, o que torna possível a intimidação. Como exemplos, tem-se: colocar apelidos, ofender, zoar, gozar, sacanear, humilhar, excluir, isolar, intimidar, amedrontar, bater, entre outros. Como consequências, as vítimas podem ter sua autoestima e saúde mental afetadas, além de desencadear problemas como anorexia, depressão, ansiedade e até mesmo o suicídio (GUARESCHI et. al, 2008).

A partir da Equoterapia, o praticante que encontra-se em situação de vulnerabilidade, seja social e/ou pessoal, deve ter suas demandas acolhidas (ANDEBRASIL, 2016). Nesse sentido, o presente projeto, ao atender crianças vítimas de bullying escolar, propõe-se a acolher as demandas que elas trazem, por meio da escuta psicoterapêutica, além de buscar o desenvolvimento da autoestima, autoconfiança, socialização, entre outros.

2 METODOLOGIA

A escolha do local para a seleção do público alvo se deu de forma aleatória, sendo selecionada uma EMEB em Cuiabá-MT. As crianças que participaram deste projeto tinham entre 8 e 9 anos, sendo do sexo feminino ou masculino, matriculadas em escola da rede pública, estando nos 2º e 3º anos, que corresponde ao período de alfabetização.

Primeiramente, apresentou-se a proposta do Projeto de Equoterapia da UFMT, por meio de conversa informal, com a diretora da escola. Posteriormente, para a seleção das crianças, passou-se em todas as salas dos 2º e 3º anos, nas quais as estagiárias da Psicologia e Pedagogia conversaram com os alunos sobre o Bullying, de maneira que foi possível identificar, pelos relatos dos próprios alunos, possíveis casos de bullying. As crianças identificadas como possíveis vítimas de bullying foram convidadas para conversar com os estagiários em uma sala reservada. Nesta sala, foram realizadas entrevistas com perguntas mais diretas, as quais ajudaram a confirmar ou descartar as suspeitas.

Após esse procedimento, entramos em contato com os responsáveis pelas crianças, às quais identificamos serem vítimas de bullying, para marcar uma reunião e apresentar a proposta do Projeto de Equoterapia. Posteriormente, e apenas com as crianças em que os pais aceitaram e autorizaram a participação no referido projeto,

assinando o TCLE, aplicamos a Escala de Avaliação do Bullying Escolar (EAB-E), de modo a avaliar, confirmar o que foi obtido pelas entrevistas e ter um documento base atestando o Bullying. Assim, os praticantes selecionados, como proposto pelo projeto, são crianças de ambos os sexos, que estudam em uma escola pública e são vítimas de bullying escolar.

Ao final do projeto, após 4 meses de Equoterapia, foram realizadas entrevistas individuais com os praticantes, os responsáveis que acompanhavam as sessões e a professora regente de cada um, de modo a obter o feedback quanto ao que eles acharam do projeto, a percepção que cada um teve sobre a evolução dos casos, entre outros.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Aqui será apresentado o estudo de caso de uma praticante, na qual colocaremos apenas a inicial de seu nome, de modo a manter o sigilo.

I., sexo feminino, 8 anos. Durante os meses de Equoterapia, I. foi uma praticante assídua; praticamente não faltou. Quanto tinha que faltar, a mãe dizia que ela ficava brava e chateada por conta disso, por isso evitavam ao máximo se ausentar. Na primeira sessão a praticante mostrou-se receosa, no entanto, aos poucos foi criando vínculo com a equipe e com o cavalo, o que foi lhe dando segurança para montar. Já na segunda semana de Equoterapia, I. nos trouxe a demanda de filmagem das sessões para que ela mostrasse para os colegas da escola e também postasse em uma plataforma de compartilhamento de vídeos.

A praticante sempre chegava animada para as sessões, sorridente e risonha. Cantarolava em cima do cavalo, soltava as mãos da sela, realizava todos os exercícios propostos e conversava bastante com a equipe, contando histórias e falando sobre si mesma. I. costumava montar o cavalo Dragão, no qual ela também o alimentava depois das sessões, com a ajuda de algum dos estagiários. Na última sessão, na qual foi feita uma confraternização, ela pediu para ir até ele e se despedir, fazendo bastante carinho.

Quanto à entrevista realizada com a I. ao final do processo, pode-se destacar algumas falas. Com relação ao processo de Equoterapia, I. diz que “foi tudo muito legal. Me inspirou a sorrir”. Também disse que na escola está arrumando novos amigos. Além disso, quanto ao bullying, ela afirma que “tá começando a parar, porque eu estou contando para a professora”.

Na entrevista com a mãe da praticante ela afirma que a Equoterapia “deixa ela mais calma e desestressada”; “é um incentivo também para ela aprender a ler”; “a autoestima dela melhorou. Antes ela não queria ir para a aula e agora quer”; “agora ela gosta de ir para a escola”. Com relação à escola, ela diz que percebeu diferenças, pois não tem mais reclamações; “agora parece outra pessoa” (se referindo a I.). Quanto ao bullying, ela afirma que agora I. “se defende mais”, “chama a professora”, “não se importa mais”.

Com relação à entrevista com a professora da I., também pode-se destacar algumas falas. Ela diz que a I. gosta muito de estar na Equoterapia. A partir desse processo ela afirma que agora I. “está mais segura dela, antes ela era mais retraída; agora está mais sociável, brinca com os colegas”. Além disso, “começou a desenvolver o processo de leitura. Antes ela não conseguia fazer nada sem ajuda. Agora ela tem autonomia para estar fazendo. Ela faz leitura oral na sala, antes tinha vontade e não lia. Hoje ela pede para ler”. A professora também disse que “quando foi o último dia ela chegou falando que estava chateada porque tinha acabado (a Equoterapia). Ela conta tudo de lá. Ela sempre foi muito insegura, não gostava de tirar fotos, não participava de eventos. No festival de dança ela dançou, coisa q ela não se expunha antes”. Com relação ao grupo de amigos de I., a professora diz que notou que o grupo dela aumentou aos poucos. Ao questionada sobre o bullying escolar, ela afirmou que na sala de aula isso não ocorre, no entanto ela diz que sempre que algo incomoda a I. ela chama a professora e fala o que está acontecendo.

Como é possível perceber, I. desenvolveu bastante autonomia, autoconfiança, desenvolveu também novos laços sociais, tanto com a equipe de Equoterapia, o cavalo e novos colegas na escola. Com relação a autonomia e autoconfiança, pode-se citar como exemplos o fato de I. estar desenvolvendo leituras em sala de aula, já que antes ela não o fazia, segundo a professora. Agora, ela sente vontade de ir para a escola, o que antes não acontecia. I. também pediu para que as sessões fossem filmadas para que ela pudesse mostrar aos colegas e postar em uma plataforma de compartilhamento de vídeos, demonstrando estar mais desinibida e confiante de si mesma. Além disso, I. participou do festival de dança de sua escola, no qual não participava antes.

Quanto aos laços sociais, pelas entrevistas foi possível notar que I. fez novos amigos, segundo ela e a professora. I. também desenvolveu afeto pelo cavalo Dragão, o

qual ela realizou as sessões. No último dia pediu para ir se despedir dele depois da confraternização com a equipe.

A praticante já não aceita mais as provocações e insultos dos colegas. Como relatado tanto por ela, pela mãe e pela professora, sempre que algo nesse sentido ocorre, a mesma conta para a professora, fato que faz com que o problema pare, ou diminua, mesmo que naquele momento. Isto é dito, pois, sabe-se que *o bullying* é uma questão complexa e são diversos os seus atravessamentos.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do que foi posto, é possível perceber o quanto o processo de Equoterapia, auxiliou I. Segundo algumas falas das entrevistadas, a Equoterapia ajudou a praticante a “desestressar”, “sorrir”, ser mais “segura” de si e “sociável”. Portanto, considera-se que tal projeto, a partir do método terapêutico proposto, cumpriu os objetivos propostos, sendo um importante auxílio na recuperação de crianças vítimas de bullying.

No entanto, sabe-se das limitações de tal ação. Com ela não é possível extinguir o bullying, principalmente porque estamos lidando com as vítimas e não com os agressores. Portanto, sugerem-se novas aplicações de tal metodologia com os praticantes do bullying e, quiçá, com ambos, considerando uma relação sistêmica.

REFERÊNCIAS

ANDE-BRASIL. Associação Nacional de Equoterapia - ANDE. Apostila do Curso Básico de Equoterapia. Brasília, 2007.

ANDE-BRASIL. Princípios Éticos na Equoterapia. Brasília-DF, 2016.

ANDE-BRASIL. Associação Nacional de Equoterapia - ANDE. 2019. Disponível em <<http://equoterapia.org.br/>>. Acesso em 10 de jul de 2019.

GUARESCHI, P. A.; et. al. Bullying: mais sério do que se imagina. 1 ed. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2008. ISBN: 978-85-7430-731-2.

WICKERT, H. O cavalo como instrumento cinesioterapêutico. 1999. Brasília-DF- ANDE BRASIL, Associação Nacional de Equoterapia, Trabalhos Técnicos Científicos. Disponível em <http://equoterapia.org.br/submit_forms/index/miid/192/a/dd/did/5605>. Acesso em 10 de jul de 2019.