

Desafiar, Ousar e Acreditar!

Maria Pato^{1,2}

¹Faculty of Sport Science and Physical Education, University of Coimbra, Portugal; ²Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental, Soure, Portugal.

O desafio de trabalhar com pessoas com distúrbios psiquiátricos nem sempre é aceite ou encarado como um trabalho sensato e digno. O estigma que ainda se pode dizer que existe em relação a esta população, torna-a muitas vezes marginalizada e esquecida nas mais diversas áreas. É necessário que os profissionais das distintas áreas consigam compreender e percama o “medo” de trabalhar com esta população.

O desafio que abracei é, sem dúvida, o mais compensador e gratificante de todos. O objetivo inicial foi criar um grupo de “ginástica solidária”, desafio deveras interessante pela introdução de uma modalidade pouco explorada e diferente das que estavam habituados a “experimentar” e um grande desafio profissional uma vez que não conhecia a realidade de trabalhar com esta população. Inicialmente foi necessário criar um plano de introdução à ginástica com exercícios e habilidades básicas, mas com o decorrer das sessões e contato com a população, a necessidade de reestruturar as atividades, metodologias e planificações, suscitou a necessidade de alterar o

foco das planificações para as necessidades e o “timing” deles. O primeiro desafio profissional vem precisamente nesta capacidade de nos adaptarmos ao tempo e habilidades deles e criar atividades adaptadas.

A aceitação por parte dos participantes foi unanime e as atividades consideradas estimulantes, desafiantes e realizadas no “timing” conforme as suas necessidades. As atividades desenvolvidas com o grupo serviram também para a criação de espírito de grupo e uma socialização diferente. A satisfação, carinho e reconhecimento que todas as sessões são notórias e recíprocas ajudam quer no seu desempenho enquanto atletas quer no meu enquanto responsável pelas atividades. Desde que convenientemente estimulados todos os participantes conseguem fazer tudo, ultrapassando preconceitos, estigmas e descrenças ensinando-nos a ver a vida e o ensino de uma perspetiva diferente.

Keywords: Desafio, Adaptação, Criar.