

PSICOLOGIA EM TEMPOS DE GUERRA: PESQUISA DOCUMENTAL SOBRE AS AÇÕES DOS PSICÓLOGOS NA GUERRA DA UCRÂNIA

PSYCHOLOGY IN TIMES OF WAR: DOCUMENTARY RESEARCH ON THE ACTIONS OF
PSYCHOLOGISTS IN THE UKRAINE WAR

PSICOLOGÍA EN TIEMPOS DE GUERRA: INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL SOBRE LAS
ACCIONES DE LOS PSICÓLOGOS EN LA GUERRA DE UCRANIA

Cheila Maria Negretti¹

Jaqueline Puquevis de Souza²

Resumo: Em tempos de guerra não imagináveis em pleno século 21 como o conflito na Ucrânia, as consequências que afetam os seres humanos se estendem além de questões geopolíticas, econômicas e sociais, mas principalmente nas consequências psíquicas que afetam a saúde mental daqueles que se inserem neste contexto. Diante da ameaça de conflitos armados, as pessoas precisam fazer escolhas, sem tempo de preparação para mudanças, além de grande pressão e risco de vida. A psicologia sempre esteve inserida em contextos de guerra e situações de riscos, mas pouco se fala de ações tão importantes. Diante desta realidade, esta pesquisa busca fazer uma pesquisa documental sobre as ações realizadas por psicólogos nos países em conflito em fontes secundárias como noticiários online e fontes virtuais. Os resultados demonstram que várias ações importantes estão sendo realizadas, mas nem sempre divulgadas pela mídia.

Palavras-chave: Guerra, psicólogos, atuação, auxílio, refugiados.

Summary: In times of unimaginable war in the 21st century, such as the conflict in Ukraine, the consequences affecting human beings extend beyond geopolitical, economic, and social issues, primarily into the psychological ramifications that impact the mental health of those immersed in such contexts. Faced with the threat of armed conflicts, people must make choices without time for preparation, enduring immense pressure and life-threatening risks. Psychology has always been present in war contexts and risky situations, yet little is said about such vital actions. In light of this reality, this research aims to conduct a documentary study on the actions carried out by psychologists in conflict-affected countries, using secondary sources such as online news and virtual resources. The findings demonstrate that several significant actions are being undertaken, albeit not always publicized by the media.

Keywords: War, psychologists, intervention, assistance, refugees.

Resumen: En tiempos de guerra, como el conflicto en Ucrania, las consecuencias que afectan a los seres humanos van más allá de cuestiones geopolíticas, económicas y sociales, alcanzando principalmente las consecuencias psíquicas que afectan la salud mental de aquellos que se encuentran inmersos en este contexto. Ante la amenaza de conflictos armados, las personas deben

¹ Contato principal para correspondência editorial. E-mail: cheilanegretti@outlook.com.

² ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7429-2881>. UniGuairacá Centro Universitário.

tomar decisiones sin tiempo para prepararse para los cambios, enfrentando una gran presión y riesgo de vida. La psicología siempre ha estado presente en contextos de guerra y situaciones de riesgo, pero poco se habla de acciones tan importantes. Ante esta realidad, esta investigación busca realizar un estudio documental sobre las acciones llevadas a cabo por psicólogos en países en conflicto, utilizando fuentes secundarias como noticias en línea y fuentes virtuales. Los resultados muestran que se están realizando varias acciones importantes, pero no siempre son divulgadas por los medios de comunicación.

Palabras clave: Guerra, psicólogos, intervención, ayuda, refugiados.

INTRODUÇÃO

Em 24 de fevereiro de 2022, a Rússia deu início à invasão militar do território ucraniano, desencadeando a maior invasão militar desde a Segunda Guerra Mundial e provocando a maior crise de segurança desde a Guerra Fria. A operação militar é motivada por conflitos históricos que ocorrem desde 2014. Segundo a CNN (2022), o governo ucraniano estima que pelo menos 20 mil pessoas, entre civis e soldados, já perderam a vida desde o início da guerra. Estima-se ainda que, no mínimo, 20% dos ucranianos sofrerão traumas psicológicos devido ao conflito em curso. Atualmente as equipes dos Médicos Sem Fronteiras estão nestes territórios e equipes de psicólogos, também têm prestado atendimento a estas pessoas.

Os moradores da Ucrânia começaram um movimento de fuga, que já envolve mais de 6,5 milhões de pessoas entre adultos e crianças abandonando seus lares e se deslocando de dentro do país, a maior crise migratória desde a segunda guerra mundial aponta a rede de notícias CNN (2022), é uma opção difícil para quem precisa abandonar casa, amigos e familiares deixando para trás com a incerteza de uma guerra, são vários os traumas psicológicos que podem ser desencadeados a partir uma situação extrema de violência.

A guerra trouxe à situação de fome, perdas de bens materiais, emprego e vida sociocultural (Galina, Silva, Haydu & Martin, 2017). É o atual cenário que moradores da Ucrânia estão enfrentando ao necessitar deixar seus lares e se refugiar em outros países para fugir do contexto de violência em seu país de origem.

Segundo Borges (2013), apud Galina et al., (2017), a ação de migração ocorre de forma tão rápida que os refugiados levam consigo muito pouco o que acaba ocorrendo em uma perda de identidade, os indivíduos deixam para trás tudo aquilo que os torna sujeitos sociais e vivem uma associação entre traumas, condições de vulnerabilidade social e transtornos mentais.

De acordo com o Conselho Federal de Psicologia (2021), o trabalho do psicólogo inserido em contextos de emergências e desastres consiste em dar apoio e assistência necessária para o restabelecimento da saúde mental, garantir que essas pessoas saibam que poderão receber essa assistência e serão bem acolhidos. A psicologia necessita estar incorporada aos agentes que organizam as linhas de cuidado e mobilização comunitária, atuando na prevenção, durante e na reparação das situações de desastres.

Diante deste contexto, este estudo tem como objetivo relatar o trabalho que os psicólogos estão realizando com a população afetada diretamente e indiretamente pela guerra Ucrânia x Rússia.

No decorrer do texto será apresentado um pouco da história do trabalho de psicólogos nas guerras ao redor do mundo e na sequência um enfoque na guerra da Ucrânia, ações expressas por fontes documentais como documentos digitais e noticiários que expressam as ações realizadas por psicólogos na Guerra.

Desenvolvimento Teórico

Atuação da Psicologia em diversos contextos de guerra

A psicologia sempre esteve presente em contextos de guerras, no início não tanto utilizada para questões de apoio às vítimas e sim para apoio às estratégias militares. Marcondes (2015), cita que mais de 200 psicólogos trabalhavam no treinamento dos militares no exército alemão para formação e seleção de profissionais com capacidade psicológica para exercer as funções de especialistas e oficiais militares.

Na primeira guerra mundial entre 1914 e 1918 os psicólogos atuavam nas aplicações e desenvolvimentos de testes para recrutamento e seleção de pessoas qualificadas para a guerra que se constituía (Santana, 2021). Esses testes foram utilizados também para o contexto do movimento nazifascista na Itália décadas depois e com o mesmo objetivo. Após esses movimentos foi percebido que 28% das pessoas apresentavam traumas decorrentes da guerra.

Ainda na primeira guerra mundial a psicologia teve uma enorme contribuição de Robert Yerkes, psicólogo conhecido por suas pesquisas sobre novos comportamentos voluntários e hábitos. Yerkes, foi o líder de um grupo que desenvolveu o teste alfa e beta de inteligência para o exército americano, essa demanda se deu pelo urgente processo de recrutamento e seleção que a guerra trazia (Santana, 2021).

Na Alemanha nazista entre 1933 e 1945, existia o que era chamado de psicologistas militares. A função desses profissionais era de auxiliar os oficiais a como proceder com seus soldados, apesar de Freud mostrar ideias de oposição ao nazismo, ainda assim, era utilizada uma psicologia baseada nas ideias Freudianas. Os psicologistas manejavam sintomas depressivos, a ideia de liberdade entre os soldados, motivação, não censurar um pelo erro do outro, tratar os suicídios como problema para determinar a causa e não punição eram alguns dos objetivos dos profissionais (Marcondes, 2015).

Entre os anos de 1947 e 1953, na guerra fria, os psicólogos utilizam de seus conhecimentos para preparar o país na antecipação de um confronto nuclear. Também nesse período o papel dos psicólogos foi de apoiar os esforços da guerra desempenhando funções no governo e no exército, bem como auxiliar nos problemas emocionais que pessoas que foram expostas a testes nucleares estavam vivenciando e trabalhava com o medo dos soldados que iriam passar por manobras nucleares (Barbosa, Machado & Matos, 2013).

Segundo Christie (2006), apud, Barbosa et al. (2013), a crescente internacionalização da área da psicologia é responsável por conduzir a uma progressão diferenciada dos objetivos e funções dos psicólogos. A psicologia social teve início em períodos de guerra e se tornou uma psicologia consolidada, de acordo com Gergen (2008), esses profissionais atuam como cientistas da interação humana, valorizando fenômenos acerca das relações humanas e natureza.

Os psicólogos sempre estiveram presentes nos confrontos, seja na preparação, na atuação direta ou no pós-guerra. Em 2022, com o confronto militar entre Ucrânia e Rússia, não é diferente, os psicólogos estão fazendo parte das linhas de frente juntamente com médicos, auxiliando no suporte psicossocial dos atingidos.

O papel dos psicólogos em situações de emergências e desastres

De acordo com o CREPOP (2021) – Centro de Referências Técnicas em Psicologia e Políticas Públicas, a inserção da psicologia tem ocorrido de forma gradual em situações de emergências e desastres buscando entender a causa e o efeito e realizar o atendimento dos sobreviventes posteriormente aos eventos, buscando uma evolução da pesquisa das consequências psicológicas em indivíduos que atravessam eventos traumáticos de caráter emergencial.

Nesse sentido, a atuação dos psicólogos em situações de emergência e desastres visa o

atendimento em situações de eventos esporádicos causados pelo ser humano como uma guerra, ou pela natureza como um desastre natural climático. O objetivo da psicologia é realizar com êxito um atendimento de primeiros socorros psicológicos a priori e permanecer durante e depois aos acontecimentos como forma de restabelecer o bem-estar da população afetada (Ribeiro & Freitas, 2020).

Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (Opas, 2014, p. 19) citado em Ribeiro & Freitas (2020), podemos caracterizar um desastre ou situação de emergência quando ocorre um evento que altere o funcionamento normal de uma comunidade ou sociedade, afetando os recursos, ocorrendo perdas materiais ou humanas a ponto de necessitar de auxílio externo.

Os psicólogos podem atuar nessas situações em organizações responsáveis por prestar assistências aos sobreviventes, seja na alimentação, abrigo e/ou suporte psicológico, nas psicopatologias individuais decorrentes dos eventos como stress, ansiedade e depressão, diretamente com pessoas que se encontram em situações de vulnerabilidades sociais, na compreensão de fenômenos sociais, entendimento do sofrimento compartilhado, entre outros (CREPOP, 2021).

O entendimento de uma situação de emergência ou desastre nos faz pensar que pode ser dividido em dois momentos: O pré-desastre e pós-desastre, de acordo com Ribeiro e Freitas (2020), o psicólogo pode atuar nos dois momentos

O profissional de Psicologia pode atuar em todos eles, seja no treinamento de uma equipe de socorristas para que saibam acolher as vítimas com os primeiros cuidados psicológicos, seja realizando projetos de conscientização da população e criação de vínculos com a rede de serviços local, ou até mesmo trabalhando diretamente nos locais da tragédia com as vítimas e seus familiares (Ribeiro & Freitas, 2020).

Foi necessária uma ampliação das áreas de estudo da psicologia para que pudesse ter uma estratégia de atuação que não buscasse apenas tratar as psicopatologias individuais causadas por eventos traumáticos, saindo de um viés que buscava apenas tratamento psicoterápicos de cunho médico-psiquiátrico e buscando assim uma orientação humanizada juntamente com a psicologia social e a saúde coletiva (CREPOP, 2021).

Uma psicologia de interesse social se caracteriza pela busca da transformação social com uma visão no campo das políticas públicas e assistência social, o campo de saber se abre como um

trabalho de intervenção, pesquisa e intercessão para os profissionais de psicologia que podem estar inseridos com crianças, adolescentes, jovens, adultos, idosos e famílias visando contribuir para uma transformação crítica e transformadora das situações vulneráveis (Benelli, 2016).

METODOLOGIA

Este estudo trata-se de uma pesquisa documental, em fontes secundárias como jornais e noticiários em plataformas digitais. Tendo por base que os acontecimentos e fatos históricos contribuem para os processos e ações ocorridas na atualidade, optou-se por estudo bibliográfico para embasar a pesquisa documental. Em um segundo momento também foi utilizado a entrevista, pois no decorrer deste estudo a pesquisadora teve acesso a dois psicólogos que estão fazendo intervenções na guerra da Ucrânia. Por pesquisa bibliográfica entende-se que é a pesquisa “desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos” (Gil, 2002. p. 44). Por pesquisa documental entende-se que:

[...] vale-se de materiais que não receberam ainda um tratamento analítico, ou que ainda podem ser reelaborados de acordo com os objetos da pesquisa. [...] Há, de um lado, os documentos "de primeira mão", que não receberam nenhum tratamento analítico. Nesta categoria estão os documentos conservados em arquivos de órgãos públicos e instituições privadas, tais como associações científicas, igrejas, sindicatos, partidos políticos etc. Incluem-se aqui inúmeros outros documentos como cartas pessoais, diários, fotografias, gravações, memorandos, regulamentos, ofícios, boletins etc. os documentos constituem fonte rica e estável de dados (Gil, 2002 p. 45).

A principal fonte de pesquisa deste estudo foram os jornais da CNN, que circulam arquivos disponíveis para pesquisa. Luca (2010), apud, Souza (2014), afirma que os jornais passaram a ser utilizados como fonte de pesquisa a partir do século XX, e que competem pela representatividade política das regiões e são de grande importância, pois constituem um retrato de um tempo, permitindo um panorama geral da sociedade.

A documentação trabalha com documentos, a análise de conteúdo com mensagens (comunicação); a análise documental faz-se principalmente por classificação- indexação, a análise categorial temática, é entre outras, uma das técnicas da análise de conteúdo. O objetivo da análise documental é a representação condensada da informação, para consulta e armazenagem, o da análise de conteúdo, é a manipulação da mensagem (conteúdo e expressão desse conteúdo), para evidenciar os indicadores que permitam inferir sobre uma outra realidade que não a da mensagem (Bardin, 1977, p.46).

A entrevista consiste em um encontro de pessoas para que se obtenha informações de um determinado assunto e é utilizada na coleta de dados para fins de investigação de fenômenos sociais (Lakatos & Marconi, 2003). Nesse trabalho foi utilizada entrevista com o objetivo de obter mais

informações e validação referente às matérias coletadas nos jornais e campos de pesquisa utilizados.

A entrevista pode ocorrer de diferentes maneiras, a escolhida para a obtenção dos dados apresentados foi o modelo de entrevista não estruturada que busca a liberdade do entrevistador e do entrevistado para abordar de forma mais ampla diversas questões. Foi determinado um foco principal para a entrevista e a partir disso foi dada a liberdade para o entrevistado expressar suas opiniões, vivências, informações e sentimentos sobre determinado assunto (Lakatos & Marconi, 2003).

Após realizar as pesquisas em sites de jornais, como CNN, Correio Braziliense e outros meios online, algumas reportagens sobre a atuação dos psicólogos diante do atual cenário da guerra Ucrânia X Rússia foram encontradas, algumas delas citavam o nome dos profissionais que realizaram esses trabalhos. Diante disso, a pesquisadora iniciou uma busca por esses profissionais e entrou em contato, por e-mail e pelo Instagram, conseguindo assim, agendar uma entrevista com dois deles que será apresentada no decorrer do trabalho.

ORGANIZAÇÃO DO MATERIAL COLETADO

Quadro 01 - Ações realizadas pela psicologia na guerra da Ucrânia

Título	Fonte	Caracterização do Material	Caracterização do conteúdo
Crianças refugiadas têm suporte psicossocial de Médicos Sem Fronteiras, diz psicóloga	CNN BRASIL	Notícia em fonte virtual.	A ONG dos médicos sem fronteira atua com equipe de psicólogos que buscam dar suporte psicossocial para crianças refugiadas da guerra. O principal objetivo é fazer com que as crianças se sintam acolhidas e protegidas.
Ucranianos buscam curar feridas da guerra em clínica de saúde mental.	Correio Braziliense.	Notícia em fonte virtual.	A clínica psicológica em Kiev, dispõe de atendimentos online e presencial de forma gratuita com 15 sessões dirigidas a entender a experiência traumática que foi vivenciada. As pessoas que procuram sofrem de estresse pós- traumático, crise de ansiedade, e outros.
Psicólogos portugueses dão formação a colegas ucranianos.	CM - Correio da Manhã	Notícia em fonte virtual.	Uma iniciativa pela Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP), de oferecer curso online para psicólogos ucranianos com intuito de ensinar a utilizar ferramentas de primeiros socorros psicológicos compreendendo a diferença nas reações das vítimas e saber como intervir.
Psicólogos da UCM preparam um guia para o atendimento de menores devido à guerra Rússia- Ucrânia	Universidad complutens e Madrid	Notícia em fonte virtual.	Uma equipe de 12 psicólogos da UCM juntamente com o Colégio Oficial de Psicologia publicou um manual “menores que vivem uma guerra”. O documento oferece estratégias e diretrizes que possam minimizar o impacto da guerra sobre as crianças.
Psicólogos lançam linha de apoio gratuito para Ucranianos em Portugal.	Diário de Notícias.	Notícia em fonte virtual.	Um grupo de 7 psicólogos disponibiliza-se para dar apoio psicológico e emocional, pro bono, à comunidade ucraniana residente em Portugal e a quem chegue refugiado da guerra ao país.
Psicólogo piauiense viaja em expedição humanitária à Polônia para ajudar refugiados ucranianos.	G1 – Piauí TV Clube.	Notícia em fonte virtual.	O psicólogo atua como voluntário há 22 anos no Brasil e no mundo. Desde 2016, ele colabora com duas instituições que prestam serviços humanitários.

Discussão e Análise de dados

De acordo com o CREPOP (2021), a psicologia é vista como um compromisso social, pois leva em consideração ações voltadas às consequências de vulnerabilidade, riscos e situações de desastres que envolvem a sociedade, atuando como um campo de estudos e intervenções das faces social e individual. Na notícia 01 do quadro exposto acima, observamos o relato sobre as ações psicossociais que estão sendo desenvolvidas por psicólogos da equipe MSF (Médicos Sem Fronteiras). Como cita a CNN (2022), psicólogos atuam juntamente com a comunidade, preparando-os para receber as crianças refugiadas da guerra, essa ação tem como foco preservar a integridade física e psicológica desses refugiados e seus cuidadores, é realizado um suporte psicossocial para que se sintam acolhidas e protegidas que é um dos objetivos primordiais para receber as pessoas que chegam a esses locais após sofrerem uma ruptura com a realidade social em que viviam.

A psicologia social é conhecida por estudar a relação entre o indivíduo e a sociedade, entendida historicamente, desde como seus membros se relacionam para a sobrevivência até costumes e valores impostos pela sociedade, mas a sociedade está sempre em movimento e transformação e o intuito da psicologia social é pensar como o homem se insere nesses contextos (Lane, 2006). Nesse ano de 2022, está ocorrendo uma transformação insigne no contexto de batalha entre Rússia X Ucrânia, a psicologia está tentando minimizar os rastros negativos que isso deixará nos indivíduos afetados.

Na tentativa de diminuir os prejuízos mentais e físicos que as crianças refugiadas irão apresentar, a psicologia trabalha em conjunto com a sociedade. Segundo o CREPOP (2021), a psicologia social contribui para a sensibilização e criação de estratégias, considerando a importância do papel da comunidade na transformação, é o que vemos os psicólogos realizando de acordo com o notícia exposta na manchete 01 onde profissionais juntamente com a sociedade se preparam para dar o suporte adequado para refugiados em sofrimento.

Além de passar por dificuldades econômicas e de segurança física, o que impacta de forma significativa na saúde mental dessas pessoas, ainda pensamos no prejuízo decorrente da perda de identidade. De acordo com Lane (2006), na sociedade, cada indivíduo desempenha um papel que lhe confere significado perante o mundo, levando-o a tomar consciência de si mesmo. São as condições sociais, como o trabalho, a cultura e a família, que moldam esses papéis e contribuem para a formação da identidade do indivíduo. Somos seres influenciados pela estrutura social que nos

cerca, e é a maneira como interagimos com essa estrutura que nos define.

A realidade de milhares de pessoas que vivenciam os conflitos armados é ter que sair de suas casas, abandonar a rotina, o trabalho, perder pessoas próximas e se instalarem rapidamente em lugares desconhecidos. Como citado no manual MSD (2021), essa mudança abrupta pode desencadear transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), que incluem mudanças comportamentais diretamente ligadas a ansiedade, comportamentos autodestrutivos, dificuldade para dormir, estado emocional negativo e pensamentos recorrentes sobre os acontecimentos traumáticos.

Segundo o MSD (2021), como a ansiedade nos casos de TEPT são muitas vezes intensas, é aconselhável que os portadores desse transtorno procurem terapia para que consigam enfrentar a nova realidade. Como vemos na notícia 02, uma clínica de psicologia em Kiev-Ucrânia, notou a sobrecarga de demanda que haveria após o início da invasão da Rússia no país e estão oferecendo um tratamento de 3 semanas com sessões de terapia em grupo e individual para as pessoas que sofrem com ansiedade e ataques de pânico, conforme as informações coletadas de forma virtual no Estado de Minas Internacional (2022).

Na notícia 03, citado pelo jornal Correio da Manhã – CM (2022), notamos a iniciativa da Ordem dos Psicólogos Portugueses de oferecer curso online e gratuito para colegas com o intuito de prepará-los para dar o primeiro apoio psicológico. Os primeiros socorros psicológicos são uma abordagem utilizada com o intuito de diminuir o estresse emocional desencadeado seja por qual for o evento, buscando uma adaptação do sistema cognitivo, emocional, físico e social com a tentativa de recuperar o indivíduo do trauma (Beja, Portugal, Câmara, Berenguer, Rebolo, Crawford & Gonçalves (2018).

De acordo com Silva, Mello, Silveira, Wolffenbüttel, Lobo, Bicca, Grassi-Oliveira e Kristensen (2013), após passar por reações adversas ao rotineiro, é normal que o indivíduo apresente reações negativas nos primeiros momentos é comum que os sintomas sentidos frente a situação de perigo sejam: insônia, fadiga, tensão muscular, taquicardias, falta de apetite, entre outros. Quando o indivíduo já foi exposto a uma situação traumática, é normal que os sintomas sejam: raiva, ressentimento, culpa, desamparo, e outros. Esses sentimentos costumam levar as vítimas a procurarem se isolar e aumentam as chances de desenvolver transtornos mentais como ansiedade, estresse agudo e estresse pós-traumático.

Os primeiros socorros psicológicos apresentam uma abordagem que pode ser trabalhada individual ou com a comunidade que sofreu alguma situação de catástrofe, no caso da notícia 03, os

psicólogos estão se preparando para atender pessoas com traumas das consequências de uma guerra instaurada entre Ucrânia e Rússia. Segundo Beja et al, (2018), procura-se que esse apoio aconteça da forma mais precoce possível, no sentido de promover um funcionamento adaptativo a situações adversas a longo prazo reduzindo assim o stress causado.

Beja et al. (2018), destaca a importância dos primeiros socorros psicológicos ocorrerem de forma multidisciplinar, mobilizando equipes médicas, equipes de bombeiros e forças policiais. Ainda de acordo com Silva et al. (2013), O PSP, ou primeiros socorros psicológicos são constituídos por nove etapas:

(1) Preparação: desenvolvimento de estratégias adequadas de acordo com a população afetada, manejando os focos de intervenção de acordo com os sujeitos de maior risco; (2) primeiros contatos: procedimentos nos quais o profissional se apresenta às vítimas de maneira não intrusiva, além de atender a suas necessidades básicas e imediatas (necessidades fisiológicas, abrigo e proteção, etc.); (3) segurança e conforto: promoção de rede de apoio social, auxílio nas questões de luto, promoção de informações necessárias acerca do ocorrido (evitando a exposição a informações traumáticas), acompanhamento no reconhecimento de corpos. Visa prover o máximo de estabilidade e segurança física e emocional; (4) estabilização: esta etapa torna-se necessária apenas para vítimas que estejam emocionalmente sobrecarregadas ou no limite. Nesses casos, deve-se orientar os sujeitos para o acompanhamento e supervisão profissional contínuo, podendo se fazer necessário o uso de medicações; (5) busca de informações: após garantidas as etapas anteriores, deve-se, com cuidado, buscar informações que possam ser úteis para o manejo futuro dos sujeitos acompanhados, como histórico de traumas anteriores, ideação suicida, saúde física, sentimentos como culpa, raiva ou vergonha, preocupações sobre circunstâncias pós-desastre; (6) assistência prática: esta etapa reforça o papel do profissional na execução dos planos de ação para o atendimento de necessidades imediatas dos sobreviventes (busca por serviços de saúde, assistência com documentações necessárias); (7) contato com apoio social: compreende a busca por ajudas que possam dar continuidade ao acompanhamento das vítimas (familiares, serviços sociais, instituições de saúde ou espirituais, centros comunitários); (8) estratégias de manejo: promoção de informações básicas sobre reações ao estresse, reações psicológicas comuns ao trauma e perdas, informações sobre formas de enfrentamento (emoções negativas, problemas com sono, questões relacionadas ao álcool). Nesta etapa, podem se ensinar técnicas simples de relaxamento; (9) contato com serviços de colaboração: após o primeiro acolhimento, os profissionais a serviço das vítimas devem manter contato contínuo com serviços de referência para um seguimento nas relações de auxílio (Silva et al., 2013, p.97.).

A prestação de auxílio nesses momentos críticos deve ser baseada em um conjunto de

diretrizes e normas orientadoras que tenham como princípio a guarda dos direitos humanos de cada pessoa afetada (Beja et al., 2019), notamos a importância do trabalho realizado pelos psicólogos da ordem portuguesa ao oferecer esse treinamento específico para colegas terem uma base inicial de como auxiliar tantas pessoas afetadas física e psicologicamente pelos bombardeios na Ucrânia.

Na notícia 04, nos deparamos com um guia na forma de manual realizado pela Universidade Complutense Madrid – UCM (2022), o mesmo disponibiliza estratégias e diretrizes psicológicas que auxiliam a minimizar o impacto que a guerra está causando em crianças e adolescentes afetados, o manual disponibiliza temas que ajudam a explicar a guerra para as crianças; como adaptar as informações para que as crianças consigam compreender; diretrizes gerais para falar com os menores; e as principais reações emocionais em crianças e adolescentes (Castro, Rodríguez, Redondo, Santos, Navarro-McCarthy, Labrador, Puado, Sanz-García, Marqueses, Martín-Mateos, Fernández, Jesús Sanz & García-Vera, 2022).

De acordo com o manual, as principais reações encontradas nas crianças são: agitação, irritabilidade, pesadelos, medo, desesperança e culpa. Castro et al., (2022), cita que esses sentimentos são normais devido a grande mudança que ocorre na vida das crianças, como ter que sair de casa, estrutura precária nos abrigos, falta de alimento, sons estrondosos de bombardeios, é importante conhecer essas reações e saber o porquê de cada uma como o primeiro passo para auxiliar as crianças.

Ainda de acordo com Castro et al., (2022), citam no manual que esses sentimentos podem aparecer até mesmo quando as crianças ou adolescentes já não estão mais expostas a tal situação. É importante manter as notícias, fotos e vídeos dos acontecimentos distantes, ou que quando vistas, sejam na companhia de adultos instruídos para explicar o que está acontecendo e tranquilizá-las.

Também destaca-se a importância de estar atentos aos sinais de alerta que uma criança ou adolescente apresentar, por exemplo: vários dias sem dormir ou sem se alimentar direito; medo irracional mesmo quando já está em uma área segura; problemas somáticos como dor de estômago e vômito; memória frequente das situações traumáticas; É importante estar atento aos sintomas para que haja a medida de assistência psicológica adequada para ajudá-la a gerenciar melhor suas dificuldades emocionais (Castro et al., 2022).

Na notícia 05, psicólogos lançam linha de apoio gratuito para Ucrânios em Portugal. Os atendimentos são realizados via telefone ou videochamada (Meet), de acordo com o Diário de Notícias (2022). O projeto dos psicólogos portugueses está disponível para dar apoio para os

refugiados que chegam ao país, o atendimento é feito de forma online ou por contato telefônico, é realizado o primeiro acolhimento e em casos mais graves são ativadas redes de apoio e o encaminhamento de pessoas para os serviços de saúde competentes.

Chegar a um país novo como migrante nunca é uma situação fácil, mas pensando nessa migração para fugir de uma guerra as consequências psicológicas podem ser ainda mais agravantes, as pessoas que chegam estão em busca de ajuda humanitárias em centros de acomodações, como cita Araújo e Prado (2021), a psicologia entra nesse cenário como um eixo nos trabalhos que envolvem a saúde mental, entendendo a situação dos migrantes levando em conta a experiência da migração não planejada e não desejada e o seu impacto no sofrimento psicológico.

A primeira entrevista realizada foi com a Psicóloga Ana Carina Valente, contatada por e-mail. A mesma realiza um projeto chamado “capacetes laranja” que visa um suporte e apoio psicológico para comunidade ucraniana que está vivendo em Portugal, a entrevista foi realizada por e-mail no dia 27 de setembro de 2022, onde a psicóloga Ana Valente, pode contribuir com alguns esclarecimentos sobre o serviço prestado com os refugiados.

De acordo com a psicóloga Ana Valente, em Portugal, os psicólogos atuam na linha de frente, auxiliando os migrantes que chegam a se alojar dentro do país, buscando e entendendo a condição de vulnerabilidade psíquica que se encontram. É necessário trabalhar com esses refugiados a ressignificação da experiência vivida, buscando estabelecer um reequilíbrio e uma adaptação ao novo contexto social e cultural que se encontram na atualidade (Araújo e Prado, 2021), como conta em entrevista a Psicóloga de Portugal Ana Valente, citada na notícia 05.

“O Objetivo da psicologia está sendo colocar os psicólogos “junto” de quem precisa em situações de crise e catástrofe de uma forma rápida e eficaz, como uma forma de intervir nos primeiros socorros psicológicos ajudando a minimizar os efeitos negativos dessa situação, atualmente em agosto de 2022, a equipe conta com 20 elementos prestando esse auxílio a população que chega a Portugal, algumas pessoas que acompanhamos já se estabeleceram no país, estão frequentando escolas, trabalhando e outras retornaram ao seu país de origem” (Ana Valente).

A segunda entrevista foi realizada com o psicólogo Carlos Aragão Neto. Ele e sua equipe foram em uma expedição humanitária para a Polônia para ajudar refugiados ucranianos. Após a entrevistadora ter acesso a matéria publicada pelo portal de notícias G1, onde citava o trabalho realizado pelo psicólogo, iniciou a busca pelo contato do mesmo, o primeiro contato foi realizado pelo Instagram onde foi solicitado que o profissional pudesse contar um pouco mais desse trabalho realizado, gentilmente, Carlos, disponibilizou seu contato telefônico para que fosse realizado a

entrevista por vídeo chamado no aplicativo WhatsApp que ocorreu no dia 20 de outubro de 2022.

O psicólogo Carlos Aragão Neto, citado na notícia 06, contou em entrevista que ele e a equipe que o acompanhavam ficaram 7 dias na Polônia prestando auxílio aos refugiados que chegavam ao país: *“como fomos a primeira equipe enviada para a Polônia, estávamos um pouco perdidos, os dias foram utilizados para conhecer o local”, “As pessoas ficam muito reclusas, é difícil chegar em um local assim e criar vínculos, pois as pessoas estão muito fragilizadas”, “Não foi possível fazer um atendimento clínico, os lugares eram os mais remotos possíveis, muitas vezes foram 15 minutos de conversa em pé ou nem isso”*.

Um dos pontos importantes que o psicólogo Carlos Aragão Neto pontuou em sua entrevista foi a necessidade de observar nessas pessoas a fase que estão vivenciando: *“É importante entender que essas pessoas estão vivenciando uma perda ambígua, sem notícia dos pais, esposos, filhos que ficaram no combate, além de fisicamente esses entes estarem longe ainda vivenciam o sentimento de não saberem se estão vivos ou mortos”*.

Segundo Oliveira (2008), a experiência de pensar na morte mesmo que ela não tenha ocorrido de fato, geram sentimentos de dor e tristeza, pois gera uma ruptura do sentimento investido no outro e também em si mesmo através da perda, essa separação entre os vivos e os mortos aparece um modo aterrorizante para quem sente, pois é a separação dolorosa daqueles que amamos.

Se pensarmos a quão dolorosa é essa experiência da morte e separação nas despedidas que possibilitam as últimas expressões de sentimentos ao corpo, os rituais fúnebres se tornam fundamentais para que a família concretize a elaboração do processo de luto, devido ao valor simbólico desse ritual pode-se formalizar e concretizar a perda, dando assim, um novo sentido à dor dos que ficam e possibilitando a vivência do luto (Lopes et al., 2021).

Nos casos citados por Carlos Aragão, essas perdas estão sendo vivenciadas por refugiados ucranianos na Polônia de forma ambígua, as pessoas não sabem a real situação dos que ficaram, se estão vivos ou mortos nas tropas de combate, essas perdas se configuram como uma ausência sem explicação, de acordo com Boss (2001), citado em Oliveira (2008), não sabe se o ser amado está vivo ou morto, se irão se reencontrar novamente, não existe uma afirmação da morte nem da vida.

Segundo Boss (2001), citado em Oliveira (2008), o trabalho com pessoas enlutadas com entes desaparecidos é especialmente mais difícil devido à falta de afirmação e a fantasia em relação ao ente desaparecido, as reações podem aparecer de forma mais intensa, a qual nomeiam de luto ambíguo, ao contrário do caso onde a morte acontece de forma esclarecedora, a perda ambígua não

permite que a pessoa alcance o desapego necessário para encerrar o ciclo do luto, pois fica sempre com a fantasiosa esperança do retorno.

O psicólogo Carlos é especialista em tanatologia e terapia do luto e acredita que esse processo doloroso da perda ambígua que está sendo vivenciada pelos refugiados é um dos principais pontos dentre tantos outros que merece atenção da psicologia. Carlos também conta de uma cena que presenciou:

“Em um dos últimos abrigos que fomos e acho que deveria ter sido o primeiro, porque chegamos ali perto do dia de retornarmos para o Brasil, mas encontramos as pessoas mais abertas a receberem ajuda, então... teve uma cena em que uma mulher recebeu a notícia, não lembro por qual meio, se por TV, noticiário, WhatsApp, mas recebeu a notícia que o seu marido havia morrido no combate, ela entrou em desespero e saiu rapidamente de onde estava para tentar suicídio, felizmente o ato não aconteceu.”

De acordo com o Conselho Regional de Psicologia do Distrito Federal (2020), a psicologia nas ações de prevenção do suicídio tem o objetivo de proteger a vida, diminuir os riscos e auxiliar com que as pessoas retornem ao equilíbrio, algumas das formas de ajudar seriam acolher, criar vínculos e espaços de escuta, para que os indivíduos consigam compartilhar suas angústias e resignificar as vivências traumáticas.

Segundo Macedo e Werlang (2007), o suicídio se caracteriza como um ato-dor, pois é o ato que tem como significante uma tentativa de acabar com uma dor psíquica. Notamos que no relato do psicólogo acima citado, os sentimentos de stress, a notícia da morte de forma abrupta, o desespero... foram os motivos que levaram a tentar cometer o ato do suicídio em uma tentativa de acabar com o sofrimento psíquico e todas as tensões em que se instauram por conta das consequências da guerra.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Sendo assim, após decorrido a atuação dos psicólogos em diversos contextos da guerra, podemos notar algumas diferenças entre as atuações psicológicas desde o início da ciência até relatos que encontramos nos dias atuais, a psicologia que era utilizada nas guerras para treinar as tropas de frente de campo de batalhas e recrutamento dos soldados mais preparados veio se modificando, acredita-se que hoje ainda ocorrem os treinamentos e a participação de psicólogos nesses serviços, mas também foi possível analisar que a psicologia ganhou espaço se colocando de outra maneira nesses contextos.

Os psicólogos passaram a atuar nas ações do pós-guerra, em uma tentativa de amenizar os

danos sofridos pelas pessoas que passam por situações traumáticas, como vimos acima alguns relatos da psicologia inserida na guerra atual que estamos vivenciando teve o objetivo de auxiliar as pessoas em diversas ocasiões, a profissão se coloca à disposição da comunidade no enfrentamento de situações desastrosas. Notamos a importância das ações desenvolvidas de formas gratuitas e humanitárias, muitos dos psicólogos que realizaram o trabalho prestam de forma genuína com o único objetivo de devolver a autonomia, bem-estar e diminuir os dados estressores em pessoas atingidas, para que seja possível que esses indivíduos tenham a oportunidade de serem restabelecidos na sociedade, apesar de todos os danos sofridos.

Concluimos que o trabalho dos psicólogos passou de ser especificamente preparatório para abordar uma temática de redução de danos, onde notamos a presença de diversas abordagens psicológicas, mas principalmente a psicologia social e humanista, que tem como objetivo contribuir juntamente com a sociedade para ações que desenvolvam o mínimo de dignidade para a vivência humana.

REFERÊNCIAS

Barbosa, M., Matos, R., & Machado, C. (2013). A Psicologia da Paz. *PSICOLOGIA*, 27(1). <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v27i1.241>

Bardin, Laurence (1977) *Análise de conteúdo* Lisboa: Edições 70.

Barnhill, John W. (2021) Transtorno de estresse pós-traumático (TEPT). [S. l.]: Manual MSD. Disponível em: <https://www.msdmanuals.com/pt-br/profissional/transtornos-psi%C3%A1tricos/ansiedade-e-transtornos-relacionados-a-estressores/transtorno-de-estresse-p%C3%B3s-traum%C3%A1tico-tept>. Acesso em: 24 out. 2022.

Beja, M. J., Portugal, A., Câmara, J., Berenguer, C., Rebolo, A., Crawford, C., & Gonçalves, D. (2018). Primeiros Socorros Psicológicos: Intervenção psicológica na catástrofe. *Psychologica*, 61(1), 125-142. https://doi.org/10.14195/1647-8606_61-1_7

Benelli, Silvio José (2016) Risco e vulnerabilidade como analisadores nas políticas públicas sociais: uma análise crítica. *Estudos de Psicologia (Campinas)* [online] v. 33, n. 04 [Acessado 14 Junho 2022] , pp. 735-745. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-02752016000400016>>. ISSN 1982-0275. <https://doi.org/10.1590/1982-02752016000400016>.

Castro, R.F.; Rodríguez, N.M.; Redondo, B.C.; Santos, C.G.; Navarro-McCarthy, A.; Labrador, P.R.A.; Puado, S.L.; Sanz-García, A.; Marqueses, J.M.S.; Martín-Mateos, A.G.M.; Fernández, J.S. & García-Vera, M.P. (2022) Menores viviendo una guerra: Guía para crear un paraguas de protección psicológica. 4. ed. Colegio Oficial de la Psicología de Madrid Cuesta de San Vicente: Gráficas Nitral, 2022. 58 p. ISBN 978-84-124029-3-3.

CNN (2022) Crianças refugiadas têm suporte psicossocial de Médicos Sem Fronteiras, diz psicóloga. Disponível em:

<https://www.cnnbrasil.com.br/internacional/criancas-refugiadas-tem-suporte-psicossocial-de-medicos-sem-fronteiras-diz-psicologa/?utm_source=headtopics&utm_medium=news&utm_campaign=2022-03-16>.

Conselho Regional de Psicologia do Distrito Federal (2020) Orientação para a atuação profissional frente a situações de suicídio e automutilação / Organizado pela Comissão Especial de Psicologia na Saúde do CRP 01/DF - Brasília: CRP, 2020. 48p.: il.

CNN Brasil (2022) Entenda a Guerra da Ucrânia em 10 pontos. ONLINE. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/internacional/entenda-a-guerra-da-ucrania-em-10-pontos/>. Acesso em: 15 jun. 2022.

Galina, V. F., Silva, T. B. B. da., Haydu, M., & Martin, D.. (2017). A saúde mental dos refugiados: um olhar sobre estudos qualitativos. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, 21(61), 297–308. <https://doi.org/10.1590/1807-57622016.0929>.

Gergen, Kenneth J.A (2008) Psicologia social como história. *Psicologia & Sociedade* [online]. 2008, v. 20, n. 3 [Acessado 14 Junho 2022] , pp. 475-484. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-71822008000300018>>. Epub 17 Fev 2009. ISSN 1807-0310. <https://doi.org/10.1590/S0102-71822008000300018>.

Gil, Antônio Carlos (2002) Como Elaborar Projetos de Pesquisa. São Paulo (SP), Brasil: Editora Atlas S.A.

Lakatos, Eva Maria; Marconi, Marina de Andrade (2003) Fundamentos de metodologia científica. 5. ed. São Paulo: Atlas.

Lane, Silvia T. Maurer (2006) O que é psicologia social / Silvia T. Maurer Lane. — São Paulo : Brasiliense. — (Coleção primeiros passos ; 39).

Lopes, F. G., Lima, M. J. V., Arrais, R. H., & Amaral, N. D. do .. (2021). A dor que não pode calar: reflexões sobre o luto em tempos de Covid-19. *Psicologia USP*, 32, e210112. <https://doi.org/10.1590/0103-6564e210112>

Macedo, Mônica Medeiros Kother e Werlang, Blanca Susana Guevara (2007) Tentativa de suicídio: o traumático via ato-dor. *Psicologia: Teoria e Pesquisa* [online]. 2007, v. 23, n. 2 [Acessado 8 Novembro 2022] , pp. 185-194. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-37722007000200009>>. Epub 28 Ago 2007.

Marcondes, Durval (2022) Higiene mental de guerra. *Arquivos de Neuro-Psiquiatria* [online]. 1944, v. 2, n. 3 [Acessado 14 Junho 2022] , pp. 239-247. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0004-282X1944000300001>>. Epub 02 Mar 2015. ISSN 1678-4227. <https://doi.org/10.1590/S0004-282X1944000300001>

Oliveira, Sandra Rodrigues de (2008) Onde está você agora além de aqui, dentro de mim? – O luto das mães de crianças desaparecidas. 2008. 155 p. Dissertação de Mestrado (Psicologia) - Puc-rio,

[S. l.], 2008.

Prado, Marco Aurélio Máximo & Araujo, Suzana Almeida (2019) Políticas de atendimento a migrantes e refugiados no Brasil e aproximações da psicologia. Rev. psicol. polít., São Paulo , v. 19, n. 46, p. 570-583, dez. 2019 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-549X2019000300014&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 17 out. 2022.

Ribeiro, Marina Padilha; Freitas, Joanneliese de Lucas. Atuação do Psicólogo na Gestão Integral de Riscos e Desastres: Uma Revisão Sistemática da Literatura. Gerais, Rev. Interinst. Psicol., Belo Horizonte , v. 13, n. 2, p. 1-20, ago. 2020 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202020000200008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 14 jun.2022 <http://dx.doi.org/10.36298/gerais202013e14794>.

Santana, L. H. (2021) Os veteranos das guerras psíquicas (livro eletrônico): a história da psicologia no front da primeira guerra mundial / L. H. Santana. -- Santo André, SP : Santana Editora.

Silva, T.L.G.; Mello, P.G.; Silveira, K.A.L.; Wolffenbüttel, L.; Lobo, B.O.M.; Bicca, C.H.M.; Grassi-Oliveira, R.; Kristensen, C.H. (2013) Primeiros Socorros Psicológicos: relato de intervenção em crise em Santa Maria. Revista Brasileira de Psicoterapia. 2013;15(1):93-104. Acesso em: 24 out. 2022.

Souza, Eliezer Felix de (2014) A Imprensa Como Fontes Para Pesquisa Em História E Educação. Linha de pesquisa: História e Políticas Educacionais, [s. l.], Disponível em: https://histedbrantigo.fe.unicamp.br/acer_histedbr/seminario/seminario8/_files/LGXISF7.pdf.

Links:

Ucranianos buscam curar feridas da guerra em clínica de saúde mental. Online. [S. l.]: Correio Braziliense, 5 jul. 2022. Disponível em: <https://www.correiobraziliense.com.br/mundo/2022/07/5020177-ucranianos-buscam-curar-feridas-da-guerra-em-clinica-de-saude-mental.html>. Acesso em: 24 out. 2022.

Psicólogos de la UCM elaboran una guía de atención a menores por la guerra Rusia-Ucrania. Online. [S. l.]: Universidad Complutense Madrid, 24 mar. 2022. Disponível em: <https://www.ucm.es/otri/noticias-guia-psicologia-ninos-refugiados-guerra-ucm>. Acesso em: 24 out. 2022.

Psicólogos lançam linha de apoio gratuito para ucranianos em Portugal. Online. [S. l.]: Diário de Notícias, 26 fev. 2022. Disponível em: <https://www.dn.pt/sociedade/psicologos-lancam-linha-de-apoio-gratuito-para-ucranianos-em-portugal--14629237.html>. Acesso em: 24 out. 2022.

Psicólogo piauiense viaja em expedição humanitária à Polônia para ajudar refugiados ucranianos.

ONLINE. PIAUI: G1, 1 abr. 2022. Disponível em:

<https://g1.globo.com/pi/piaui/noticia/2022/04/01/psicologo-piauiense-viaja-em-expedicao-humanitaria-a-polonia-para-ajudar-refugiados-ucranianos.ghtml>. Acesso em: 24 out. 2022.

Psicólogos portugueses dão formação a colegas ucranianos. Online. [S. l.], 17 mar. 2022. Disponível em: <https://www.cmjornal.pt/mais-cm/especiais/guerra-na-ucrania/detalhe/psicologos-portugueses-dao-formacao-a-colegas-ucranianos>. Acesso em: 24 out. 2022.

Referências técnicas para atuação de psicólogas (os) na gestão integral de riscos, emergências e desastres / Conselho Federal de Psicologia, Conselhos Regionais de Psicologia, Centro de Referência Técnica em Psicologia e Políticas Públicas. — 1. ed. — Brasília : CFP , 2021.