Histórias que o trabalho conta

Experiências que merecem ser escritas

COSEMS SP – Oficina de Escrita
25 de novembro de 2026

Andréia De Conto Garbin

Psicóloga – 1998 a 2024 – SUS

Atualmente Docente da Faculdade de Saúde Pública da USP

16ª Mostra Nacional 'Brasil Aqui Tem SUS', Conselho Nacional de Secretarias Municipais de Saúde2019

9º Prêmio David Capistrano, Conselho de Secretários Municipais de Saúde do Estado de São Paulo –COSEMS/SP

"Vigilância à Saúde na construção da rede de apoio à mulher trabalhadora que amamenta em Diadema"

Se você começasse a olhar para o seu trabalho com os olhos de um escritor, que histórias descobriria que ainda não contou?

Escritores que transformaram experiências em histórias

Carolina Maria de Jesus
A escrita de quem observa e registra a realidade



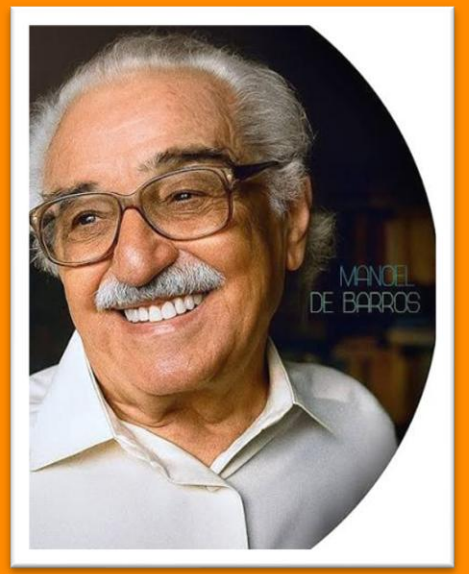
Obra: Quarto de Despejo

Carolina Maria de Jesus registrava em seus cadernos o cotidiano, as dificuldades de sobrevivência, o trabalho, a fome, as relações sociais e suas reflexões sobre a vida.

Carolina trabalhava como catadora de papel e morava na favela do Canindé, em São Paulo. Mesmo diante de condições extremamente difíceis, escrevia sobre o que vivia e observava. Seus registros cotidianos deram origem a um dos livros mais importantes da literatura brasileira.

Se você tivesse um caderno para registrar seu cotidiano de trabalho, o que escreveria sobre o dia de hoje?

Manoel de Barros
A poesia das pequenas coisas



Obras: O Livro das Ignorãças, Memórias Inventadas e Tratado Geral das Grandezas do Ínfimo.

Manoel de Barros encontra poesia em coisas que muitas pessoas consideram insignificantes: uma pedra, um inseto, uma árvore, um passarinho, uma poça d'água, um quintal.

Ele nos ensina que precisamos reaprender a olhar.

Qual pequena coisa que acontece no seu ambiente de trabalho quase ninguém percebe, mas que diz muito sobre aquele lugar?

As histórias que não foram escritas

Existem histórias de trabalho que nunca aparecem nos relatórios.

Histórias de pessoas que ensinaram, acolheram, enfrentaram dificuldades, encontraram soluções, transformaram ambientes e aprenderam com os outros.

Quantas dessas histórias desaparecerão se ninguém se dispuser a contá-las?

Despertando as memórias – O que o trabalho me ensinou?

Exercício individual para recuperar lembranças e escolher uma experiência significativa.

Por que essa experiência merece ser contada?

Qual problema ou necessidade motivou a iniciativa?

Qual estratégia foi desenvolvida?

Que aspectos da experiência merecem ser registrados?

Despertando as memórias do trabalho

Sobre o início da trajetória

- Como foi meu primeiro dia de trabalho?
- O que eu imaginava sobre o trabalho antes de começar?
- Qual foi meu maior desafio no início da carreira?

Sobre as relações de trabalho

- Quem foi uma pessoa importante na minha trajetória profissional?
- Quem me ensinou algo que nunca esqueci?
- Qual encontro ou conversa marcou minha experiência?

Despertando as memórias do trabalho

Sobre os desafios

- Qual situação difícil enfrentei no trabalho?
- Já precisei encontrar uma solução para um problema inesperado?
- Qual situação me fez questionar a maneira como o trabalho era organizado?

Sobre as aprendizagens

- O que aprendi trabalhando com outras pessoas?
- Qual experiência mudou minha maneira de compreender minha profissão?
- O que gostaria de ensinar a alguém que está começando?

Minha experiência merece ser contada?

Mãos à escrita: a experiência de trabalho

Exercício:

Produção de um pequeno relato individual ou coletivo.

Uma história do meu trabalho

Comece contando...

Onde e quando aconteceu essa experiência?

Quem estava envolvido?

O que aconteceu? Conte a situação como se estivesse narrando uma história para alguém.

Como você se sentiu naquele momento?

O que fez diante daquela situação?

O que aprendeu com essa experiência?

Por que essa história merece ser contada?

Toda história pode ensinar alguma coisa

O que essa experiência nos ensina?

Que aspectos do trabalho essa história revela?

Quantas outras pessoas podem ter vivido situações semelhantes?

Destravando

Não se preocupem com a gramática, com a beleza das palavras ou com a organização perfeita das frases.

- ✓ Escrevam como conseguirem.
- ✓ Primeiro, contem a história.
- ✓ Depois, poderão revisá-la.

Escrever é também reconhecer a própria história

Nem todas as experiências de trabalho aparecem nos livros, nos relatórios institucionais ou nas pesquisas acadêmicas.

Muitas permanecem guardadas na memória de trabalhadores e trabalhadoras.

Quando escrevemos sobre nossas experiências, não estamos apenas contando algo que aconteceu conosco. Estamos registrando conhecimentos, revelando relações, compartilhando aprendizagens e contribuindo para que outras pessoas também possam compreender o mundo do trabalho.

Toda trajetória tem algo a ensinar.

Toda experiência pode se transformar em uma história.

E toda história merece encontrar alguém disposto a ouvi-la.

INTRODUÇÃO: De onde surgiu a experiência?

Onde aconteceu?

Em que contexto profissional?

Qual situação ou problema motivou a experiência?

Por que essa experiência é importante?

OBJETIVO: O que se pretendia alcançar?

Perguntas orientadoras:

O que pretendíamos fazer?

Qual problema buscávamos enfrentar?

O que desejávamos transformar, compreender ou melhorar?

METODOLOGIA – Como a experiência foi realizada?

Descreve o caminho percorrido, as atividades desenvolvidas, os participantes envolvidos, os recursos utilizados e as estratégias adotadas.

Perguntas orientadoras:

O que foi realizado?	Como as atividades foram organizadas?	Quem participou?	Quais estratégias e instrumentos foram utilizados?

RESULTADOS – O que aconteceu? O que foi observado?

Apresenta os acontecimentos, os resultados alcançados, as dificuldades encontradas, os efeitos observados e os aspectos que chamaram a atenção durante a experiência.

Perguntas orientadoras:

- O que aconteceu durante a experiência?
- Quais resultados foram alcançados?
- O que funcionou bem?
- Quais dificuldades apareceram?
- Houve mudanças nas práticas ou nas relações de trabalho?

CONCLUSÕES – O que aprendemos com essa experiência?

Apresenta uma reflexão sobre os aprendizados, as contribuições, os limites e as possibilidades de continuidade ou replicação da experiência.

Perguntas orientadoras:

O que aprendemos?

O que faríamos diferente?

Quais contribuições essa experiência trouxe?

O que outras pessoas ou instituições podem aprender com ela?

Que desafios permanecem?

SITUAÇÃO HIPOTÉTICA PARA FINS DIDÁTICOS

A implantação de rodas de conversa com trabalhadores de uma unidade de saúde

1. Introdução

Uma unidade de saúde identificou dificuldades relacionadas à comunicação entre os profissionais, à sobrecarga de trabalho e à pouca disponibilidade de espaços coletivos para discutir os problemas presentes no cotidiano dos serviços. Nesse contexto, surgiu a necessidade de desenvolver estratégias de escuta e diálogo entre os trabalhadores.

2. Objetivo

Desenvolver espaços coletivos de diálogo entre os trabalhadores, visando identificar dificuldades presentes no cotidiano profissional e construir possibilidades de melhoria das relações e da organização do trabalho.

3. Metodologia

Foram realizadas **rodas de conversa mensais, durante quatro meses, com a participação de profissionais de diferentes categorias.** Os encontros foram organizados a partir de questões disparadoras sobre o cotidiano de trabalho, as dificuldades enfrentadas e as propostas de melhoria. Os principais temas foram registrados e discutidos coletivamente.

4. Resultados

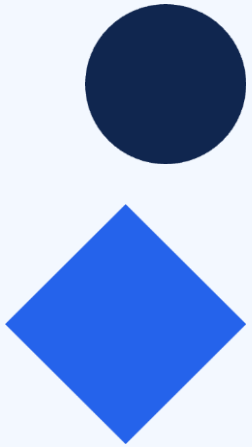
Os encontros possibilitaram identificar problemas relacionados à comunicação entre as equipes, à distribuição das atividades e à falta de espaços de discussão. Também favoreceram a troca de experiências e a construção de propostas coletivas para enfrentar algumas das dificuldades identificadas.

A diferença entre descrever e analisar uma experiência

Descrição simples	Relato mais elaborado
Fizemos reuniões com os trabalhadores.	Foram realizadas reuniões com trabalhadores de diferentes categorias profissionais, criando espaços de diálogo sobre dificuldades presentes no cotidiano de trabalho.
Os funcionários participaram.	Observou-se o envolvimento dos participantes na identificação dos problemas e na construção de propostas coletivas.
Tivemos dificuldades.	Entre os desafios identificados, destacaram-se a dificuldade de conciliar horários e a limitação de espaços institucionais para discussão dos problemas.
Foi uma experiência boa.	A experiência contribuiu para ampliar os espaços de participação e reflexão coletiva sobre a organização do trabalho.

SÍNTESE

O caminho da experiência ao conhecimento



EXPERIÊNCIA VIVIDA

Aquilo que aconteceu no cotidiano do trabalho.

MEMÓRIA E REFLEXÃO

Recuperar acontecimentos, reconhecer desafios e identificar aprendizados.

SISTEMATIZAÇÃO E ESCRITA

Organizar a experiência em introdução, objetivo, metodologia, resultados e conclusões.

CONHECIMENTO COMPARTILHADO

Registrar, divulgar, ensinar e contribuir para transformar outras práticas profissionais.

Roteiro orientativo

Título do relato

1. INTRODUÇÃO – O contexto da experiência

Apresente o local, o período, o contexto e a situação que motivou a experiência.

2. OBJETIVO – O que se pretendia alcançar?

Descreva a finalidade da atividade, ação, projeto ou intervenção.

3. METODOLOGIA – Como foi realizada?

Descreva as etapas, os participantes, as estratégias e os recursos utilizados.

4. RESULTADOS – O que aconteceu?

Apresente os acontecimentos, os resultados, as dificuldades e os aspectos relevantes observados.

5. CONCLUSÕES – O que ficou dessa experiência?

Registre os aprendizados, as contribuições, os limites e as possibilidades de continuidade.

Para não esquecer:

Escreva com clareza e simplicidade. **PEÇA PARA ALGUÉM LER.**

Contextualize a experiência. **LEMBRE-SE QUE O LEITOR NÃO CONHECE SEU MUNICÍPIO.**

Apresente situações concretas. **RELATE FATOS.**

Diferencie o que aconteceu da sua interpretação sobre o acontecimento. **EXPLIQUE O QUE FOI FEITO.**

Não esconda dificuldades ou resultados inesperados. **DIFICULDADES SÃO APRENDIZADOS.**

Preserve a identidade e a privacidade das pessoas envolvidas. **SIGILO.**

Registre os aprendizados que podem contribuir para outras experiências profissionais. **OLHE ALÉM DA SUA UNIDADE.**

Você já viveu uma experiência que gostaria de contar, mas teve dificuldade para transformá-la em palavras?

Dificuldade	O que acontece
Não saber por onde começar	Temos muitas ideias, mas não conseguimos organizá-las.
Medo de escrever errado	A preocupação com gramática e ortografia impede o início da escrita.
Medo de ser julgado	Pensamos que nosso texto não está suficientemente bom.
Dificuldade de organizar as ideias	Sabemos o que aconteceu, mas não conseguimos construir uma sequência narrativa.
Dificuldade de reconhecer o valor da experiência	Achamos que aquilo que vivemos é simples demais para ser contado.
Excesso de autocrítica	Apagamos, reescrevemos e nunca consideramos o texto pronto.
Falta de tempo	As demandas profissionais deixam pouco espaço para escrever e refletir.

Inteligência artificial: uma nova companheira no processo de escrita?

Etapa da escrita	Como a IA pode ajudar
Escolher o tema	Ajudar a identificar aspectos relevantes de uma experiência.
Organizar as ideias	Propor uma estrutura para o relato.
Começar a escrever	Sugerir perguntas e frases iniciais.
Revisar o texto	Melhorar clareza, coesão, gramática e organização.
Aprimorar o relato	Identificar lacunas, repetições e pontos que precisam ser desenvolvidos.

Inteligência artificial: uma nova companheira no processo de escrita?

A IA não viveu a experiência profissional.

Ela não estava naquela unidade de saúde, naquela reunião, naquele atendimento, naquela situação de conflito ou naquele momento de solidariedade entre colegas.

A inteligência artificial pode ajudar a escrever. Mas não pode viver a nossa história.

Uma história não deve ficar guardada em uma gaveta. Deve encontrar palavras, leitores e caminhos para continuar existindo.

Memória e Sociedade: Lembranças de Velhos.

Para Ecléa Bosi, narrar memórias é uma forma de transmitir experiências, preservar histórias e reconhecer a contribuição dos sujeitos para a construção da memória coletiva.

Quanta coisa para contar....



Obrigada!