



GRUPO DE VOLUNTÁRIOS "S.O.S. SÓ RISO".

MANUAL DA "CLOWNLIDADE"

Este é o nosso manual de conduta como Palhaços de Hospital.

Ele foi elaborado a partir de experiências práticas do Grupo de Voluntários "S.O.S. Só Riso" e outros grupos que têm o mesmo tipo de atuação voluntária.

Esperamos que ele contenha informações bastante úteis para você. Mas se achar que está faltando algo, fale conosco e vamos juntos torná-lo cada vez melhor.

Conteúdo

⇒ Quebrando a barreira da inércia.....	IV
⇒ Quem precisa dos palhaços?.....	V
⇒ O palhaço dentro de cada um.....	VI
⇒ Roupas e maquiagem.....	VI
⇒ As regras dos hospitais.....	VII
⇒ Diante do paciente	
○ Nosso principal objetivo.....	VIII
○ Desenvolvendo a percepção.....	IX
○ Lidando com a timidez.....	IX
○ Assuntos de religião.....	X
○ Lidando com a emoção	X
○ Lidando com a frustração	X
⇒ Situações especiais	
○ Palhaço também “pisa na bola”	XI
○ Casos extremos.....	XII
⇒ O amor em primeiro lugar.....	XII

Quebrando a barreira da inércia

Quantas vezes, diante de algumas realidades difíceis, as pessoas dizem: "Alguém devia fazer alguma coisa!"

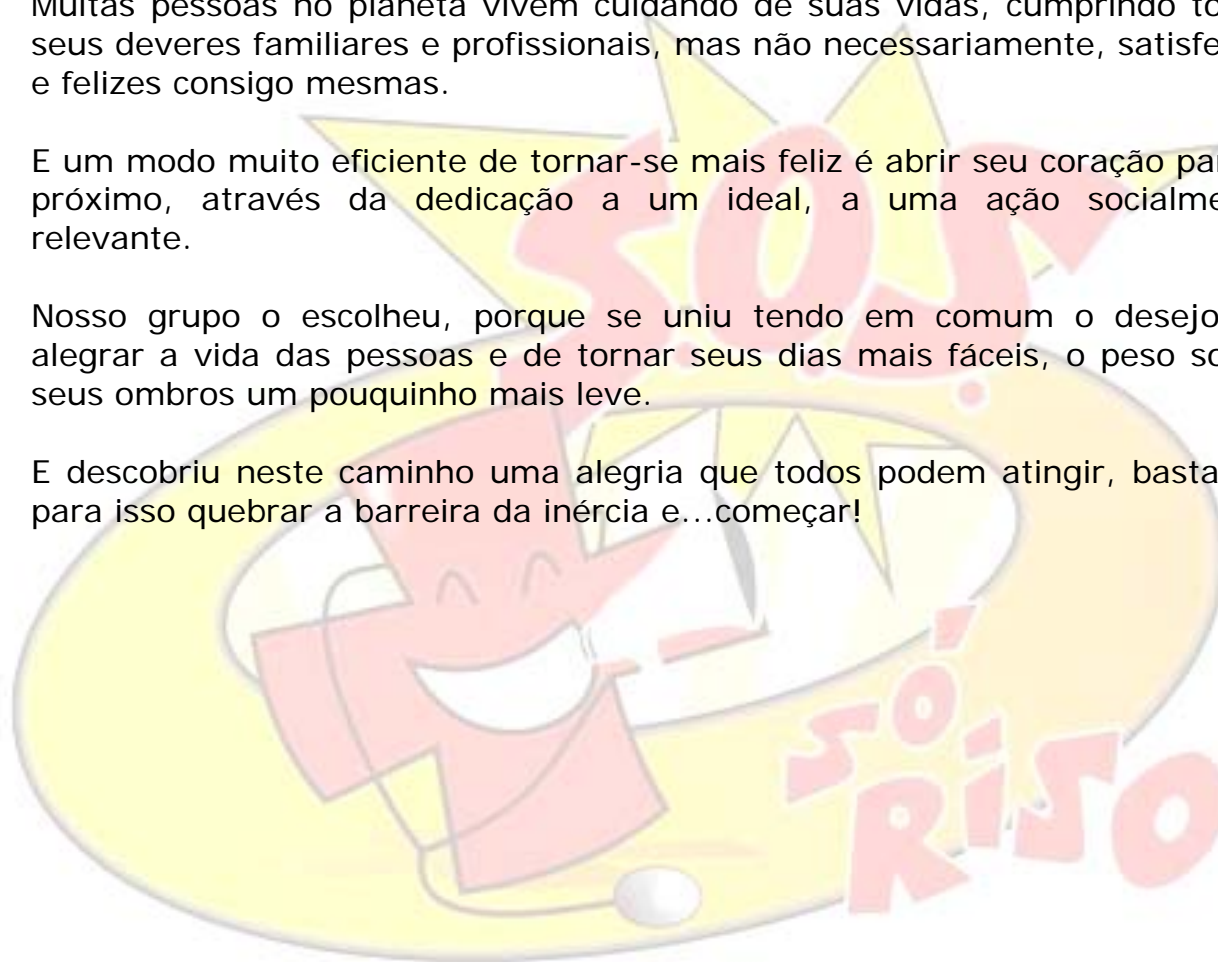
A vida nos apresenta situações em que podemos reclamar, até encontrar culpado. Mas são também, muitas delas, as oportunidades preciosas para descobrirmos nossos próprios potenciais.

Muitas pessoas no planeta vivem cuidando de suas vidas, cumprindo todos seus deveres familiares e profissionais, mas não necessariamente, satisfeitas e felizes consigo mesmas.

E um modo muito eficiente de tornar-se mais feliz é abrir seu coração para o próximo, através da dedicação a um ideal, a uma ação socialmente relevante.

Nosso grupo o escolheu, porque se uniu tendo em comum o desejo de alegrar a vida das pessoas e de tornar seus dias mais fáceis, o peso sobre seus ombros um pouquinho mais leve.

E descobriu neste caminho uma alegria que todos podem atingir, bastando para isso quebrar a barreira da inércia e...começar!



Quem precisa dos palhaços?

Muitos companheiros que participam dos treinamentos para se tornar palhaços de hospital dizem escolheram este trabalho porque trazem em seus corações o desejo de ajudar quem precisa.

Mas, cá entre nós, quem precisa de um ou de alguns palhaços?

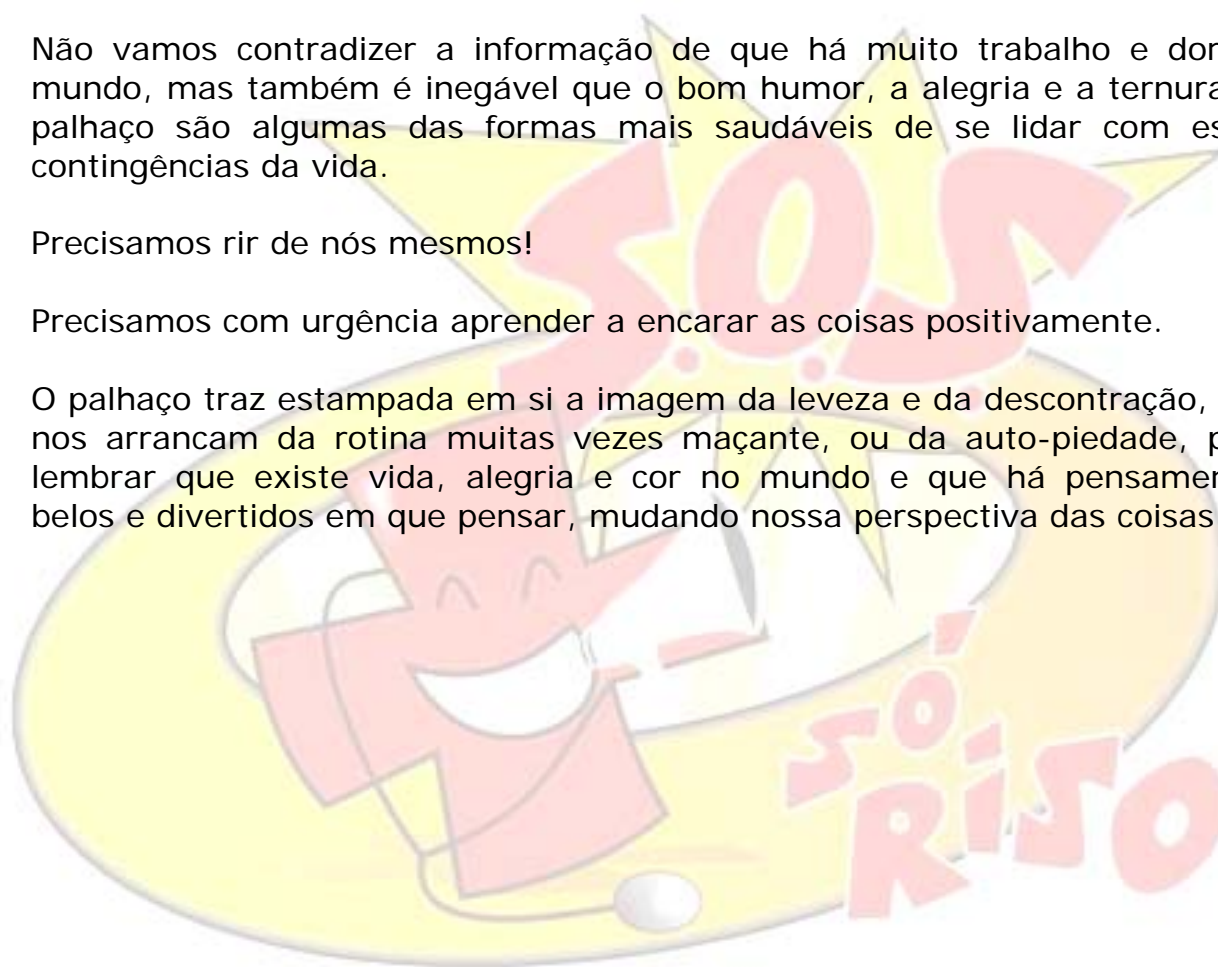
Não seriam os palhaços criaturas supérfluas, num mundo de tantos afazeres e de tanto sofrimento?

Não vamos contradizer a informação de que há muito trabalho e dor no mundo, mas também é inegável que o bom humor, a alegria e a ternura do palhaço são algumas das formas mais saudáveis de se lidar com essas contingências da vida.

Precisamos rir de nós mesmos!

Precisamos com urgência aprender a encarar as coisas positivamente.

O palhaço traz estampada em si a imagem da leveza e da descontração, que nos arrancam da rotina muitas vezes maçante, ou da auto-piedade, para lembrar que existe vida, alegria e cor no mundo e que há pensamentos belos e divertidos em que pensar, mudando nossa perspectiva das coisas!



O palhaço dentro de cada um.

Como posso me transformar num palhaço?

Bom...

Desde já, é bom saber que ninguém entra numa "fôrma" de palhaço e sai pronto.

Esta fôrma não existe, porque o palhaço é feito de sentimento e espontaneidade, que não podem ser comprados ou adquiridos de fora, mas que estão dentro de todos nós.

Talvez, eles precisem de um pequeno "incentivo" para começar a brotar. Mas quando isto acontecer, a personalidade do palhaço vai surgir de dentro e ser exteriorizada de uma forma surpreendente.

O convívio com os colegas vai ajudar, em parte, e você também vai perceber aos poucos (não tenha pressa) o palhaço que sempre morou dentro de você e que você não conhecia.

Roupa e maquiagem

Uma etapa muito importante do trabalho do palhaço está na caracterização.

É o momento em que assumimos o personagem e suas características, para poder interagir com as pessoas.

A caracterização do palhaço de hospital não precisa ser cara nem complicada, pois ele não é como um ator de um espetáculo circense. A aparência pode ser simples, mas obrigatoriamente limpa e bem cuidada.

O carinho com que nos caracterizamos e maquiamos já começa a refletir o carinho e o respeito que sentimos pela atividade e pelas pessoas com quem vamos interagir.

Existem lindos apetrechos prontos, vendidos em lojas especializadas, mas mãos habilidosas e um pouco de imaginação podem fazer muito a partir de tênis usados, chapéus fora de moda, brinquedos de R\$1,99 e outros objetos baratos que, nem por isso, são menos interessantes.

O nosso jaleco é a única peça indispensável.

Afinal, não somos apenas palhaços, somos "doutores em palhaçada."

Transforme o momento da caracterização num tempo aplicado em concentrar-se, em lembrar seu compromisso e seu objetivo, em sintonizar-se com os seus melhores sentimentos e com o Deus em que acredita.

As regras dos hospitais

O ambiente hospitalar tem algumas características especiais e, então, há regras que precisam ser respeitadas para garantir a ordem e a higiene.

O "S.O.S. Só Riso" adota alguns procedimentos importantes:

- Lavar as mãos com água e sabão, manter a assepsia dos objetos lúdicos (microfone, "estetoscópio", etc.), antes e após o contato com os pacientes.
- Nunca trabalhar quando apresentar quadro viral (gripe, tosse, etc.).
- Não interferir quando os profissionais envolvidos no processo terapêutico estiverem em procedimento ou em aula.
- Pedir autorização para entrar em cada quarto.
- Observar se o paciente ou acompanhante estão dormindo e observar isto no trabalho com o paciente ao lado.
- Estar ciente de que alguns pacientes podem apresentar quadros delicados e lidar com tais situações com naturalidade.
- Conter a curiosidade, evitando questionar sobre a enfermidade do paciente, seja com ele ou acompanhantes.
- Guardar sigilo das situações e procedimentos observados.
- Saber que o trabalho voltado para pais e acompanhantes, enfermeiras, funcionários e médicos, é tão importante quanto aquele que é voltado ao paciente.
- Sempre avisar o paciente sobre o dia da próxima "visita", para que seja gerada uma expectativa a respeito.
- Deixar sempre uma lembrança, como um nariz vermelho, um adesivo, uma bexiga, para que os pacientes e acompanhantes possam se lembrar da visita anterior.
- Nunca entrar em áreas fora de atuação, nem facilitar a inserção de pessoas não autorizadas no ambiente hospitalar.

- Utilizar o crachá de identificação do voluntário durante toda a permanência no hospital.
- Filmagens e fotografias serão realizadas apenas com autorização dos presentes.
- Manter silêncio nos corredores e utilizar tom de voz adequado ao ambiente hospitalar.
- Não tocar em pacientes em isolamento ou com precauções de contato.
- Alimentos e guloseimas não serão oferecidos aos pacientes.
- Brinquedos de pano, pelúcia, papel e outros materiais não-desinfetáveis não podem ser transferidos de um paciente a outro.
- Os voluntários ficarão sob a responsabilidade do Supervisor de Equipe da unidade visitada.

Perante o paciente

Nosso principal objetivo

Nosso principal objetivo é ajudar as pessoas a se sentirem melhor, levando alegria e descontração para ambientes, geralmente tensos e repletos de emoções complexas.

Está provado que as emoções negativas nos impedem de enxergar claramente as coisas e, até mesmo, de tomar decisões melhores, agindo com mais eficiência.

A presença do palhaço serve, então, como foco de situações e diálogos que geram estados emocionais mais serenos e confortadores, influenciando positivamente no estado geral dos pacientes, acompanhantes e funcionários da unidade hospitalar.

Desenvolvendo a percepção

Antes de entrar no quarto, pede-se permissão ao paciente.

A primeira atitude será, então, de observar o ambiente o máximo possível (avisos, cama, aparelhos).

Observar como o paciente está emocionalmente e se é portador de deficiência.

Socialmente, somos habituados a enxergar as pessoas de acordo com a forma com seu estilo de vestir e sua cultura. Estas são dimensões quase sempre impossíveis de serem apreciadas, além de pouco relevantes, quando se trata de pacientes de hospital. Ali, as pessoas podem tornar-se muito parecidas e as informações visuais podem enganar: pode-se parecer muito mais velho do que se é ou menos doente do que realmente se está.

Quer dizer que alguns referenciais comumente usados para analisar situações não se aplicam nestes casos.

O mais importante, então, é perceber como o paciente e acompanhantes estão naquele momento e como se sentem, porque aí é que surge o campo de atuação do palhaço. Esta percepção lhe dará melhores condições de escolher o próximo passo, se escolherá o diálogo fraterno ou uma brincadeira, se contará uma história motivadora, etc.

Não se conversa sobre doenças e busca-se, ao contrário, ressaltar as qualidades do paciente, como seus olhos, seus sorrisos, etc.

Lidando com a timidez

Se você se considera uma pessoa tímida, isto não é empecilho para ser um palhaço de hospital.

O palhaço não tem obrigação de ser extrovertido e um palhaço tímido também pode atuar muito bem nesta função.

Pra começar, a simples presença do palhaço já pode ter um efeito positivo sobre o paciente, pelas associações com situações positivas que sua imagem sugere. Além disso, não podemos nos esquecer que sua vibração sinceramente amorosa é muito importante, mais do que palavras e brincadeiras vazias de sentimento.

Enfim, para terminar, as pessoas são mais ou menos tímidas em situações diferentes. Nunca se sabe quando uma pessoa introvertida vai se revelar um palhaço exuberante!

Assuntos de religião

Assim como a nenhum candidato a palhaço foi indagado a respeito de sua opção religiosa, também não haverá preleções e discussões sobre religião com pacientes e acompanhantes.

O palhaço pode mencionar Deus em seus diálogos, como um poder superior e uma realidade universal a quem podemos nos dirigir quando precisamos de força, coragem e paciência.

Da mesma forma, valores universais como o amor, a paz, o respeito e a bondade são apropriados, mas valores e práticas religiosas específicas estarão fora de nossas cogitações.

Se o paciente quiser falar de sua religião e, eventualmente, entregar um folheto ou objeto relativo à sua crença, ele será respeitosamente aceito e, ao sair do quarto, o palhaço lhe dará o destino que desejar.

Lidando com a emoção

Como personalidades, nós inevitavelmente “estamos” em tudo que fazemos. Nossos gestos e nossas palavras estão impregnados daquilo que somos.

Se somos emotivos, a emotividade sempre estará conosco, a cada momento.

Não dá para se tornar uma pessoa fria instantaneamente, e nem isso é desejável. Mas há diferença entre ser “frio” e ser equilibrado.

Mesmo que se sinta chocado com alguma situação, é importante que a condição emocional do palhaço seja de equilíbrio íntimo, exteriorizada em atitudes naturais.

Lidando com a frustração

A atuação do palhaço de hospital, ao mesmo tempo que tem uma certa amplitude, também tem suas limitações.

O entusiasmo em abraçar a tarefa pode nos levar a expectativas exageradas, como se o palhaço fosse um tipo de “herói” e como se pudesse fazer “milagres” pelo paciente.

Algumas situações ocorrem para nos recordar que a realidade não é bem esta. Então, lidar com a frustração é uma necessidade não apenas da vida, como da tarefa do palhaço de hospital.

Quando nossa brincadeira não arranca risos ou, mesmo, quando o paciente não aceita a presença do palhaço em seu quarto, isso pode ocorrer por causa da condição psicológica dele, paciente, não por falta de empenho e carinho do palhaço. Ele pode estar sob o efeito de medicações que alteram sua maneira de reagir, pode estar triste ou sentindo dor... isto tudo é possível, quando se está num hospital, não é mesmo?

Afinal, vem aí o próximo quarto e o próximo paciente, que merecem o melhor de nós! Este exercício também pode nos ajudar a desenvolver nossa capacidade de superação.

Mas se houver um dia em que o palhaço sente que não pode continuar, é compreensível que cesse as visitas e recomece numa outra oportunidade.

Situações especiais

Palhaço também “pisa na bola”

Errar é humano, perdoar-se é indispensável.

As atividades humanas carregam a beleza dos sentimentos e virtudes já desenvolvidos, mas também os inevitáveis atos falhos e equívocos.

Todos somos aprendizes e o palhaço de hospital não foge à regra. Não sendo resultado da displicência e da negligência, as falhas são humanamente aceitáveis e precisam ser incorporadas como lições para os futuros empreendimentos.

Compartilhar as nossas pode ajudar o companheiro a não incorrer nas mesmas.

O importante é que o medo de errar não nos imobilize, não nos impeça de tentar de novo. Diz o ditado que aquele que nunca errou é aquele que nunca tentou.

Casos extremos

O hospital é um lugar onde as pessoas adentram para buscar recuperação da saúde física, mas o desfecho nem sempre é a cura material.

Algumas pessoas estão ali vivendo os últimos momentos de sua vida na Terra. Se, por um lado, merecem a presença e o conforto do palhaço, quando o instante do desenlace se aproxima, a família passa por horas difíceis que merecem todo o respeito. Não é hora de fazer graça, nem de brincadeiras.

Se a morte física é recente, perante a família abalada emocionalmente, o palhaço se descaracteriza e passa a agir como ele próprio, não mais como o personagem. Se usar o nariz de plástico, ele é tirado neste momento.

O amor em primeiro lugar

Quando você colocar o amor em primeiro lugar,
Nem o medo, nem a vergonha, nem a dúvida,
nem o desânimo, nem a preguiça,
Nada deixará você parar.

Quando você colocar o amor em primeiro lugar,
As regras, as convenções, o que as pessoas irão dizer ou pensar
não vai lhe importar.

Quando você colocar o amor em primeiro lugar,
Você abrirá mão das suas poucas horas de descanso.
Vestirá seu jaleco colorido, irá se maquiar, colocar seu nariz de palhaço
E se transformará em um doutor, tentando levar alegria e esperança a
pessoas que você nunca viu, não sabe como se chamam, nem onde moram,
e muito menos que idade têm.
E que se um dia você encontra-las na rua, com certeza não lhe reconhecerão...

Mas ao se lembrar da sensação que sentiu em receber aquele sorriso, nem
que tenha sido somente o sorriso do olhar.
Você terá a certeza que valeu a pena ter colocado o amor em primeiro
lugar...