

ARTIGO

Relato da Experiência em Grupo – Lidando com a Criação de Vínculos no Grupo

Experience Reporting Group - Dealing with Links Creating the Group Sarah Lia Dávila¹

⁻¹ Psicóloga, CRP 05/44159. Atuante em Psicologia Clínica e concluindo a especialização em Gestalt Terapia pelo IGT - Instituto de Gestalt-Terapia (Indivíduo, Grupo e Família).

RESUMO

O presente artigo parte da reflexão sobre a experiência de atendimento de um grupo. Esses atendimentos foram realizados em coterapia e fizeram parte do estágio obrigatório durante a pós-graduação do IGT- Instituto de Gestalt-Terapia. Temos por objetivo discutir o papel do psicólogo na terapia de grupo, sua preparação para o trabalho com grupos terapêuticos e também sobre como lidar com o início do grupo – apresentação dos membros do grupo terapêutico e criação de vínculos. Foi realizada revisão bibliográfica sobre o tema, tendo como embasamento teórico a Gestalt-Terapia, e os relatórios dos atendimentos do referido grupo. Apresentamos o relato da experiência do atendimento em grupo, onde discutimos sobre o contrato terapêutico, o processo de formação de vínculos entre os clientes do grupo, o cuidado com a relações interpessoais do mesmo e questionamos nossos posicionamentos enquanto psicólogos do grupo.

Palavras-Chave: Psicoterapia de grupo; O papel do psicoterapeuta; Gestalt Terapia.

ABSTRACT

This article begins with the reflection on the service experience of a group. These consultations were carried out in co-therapy and were part of the compulsory training during graduate of IGT - Institute of Gestalt Therapy. We aim to discuss the role of psychologists in group therapy, preparation for work with therapeutic groups and also on how to deal with the beginning of the group - introduction of the members of group therapy and form bonds Literature review was performed on the subject, with the theoretical background Gestalt Therapy, and reports of visits of that group. We report the group care experience, where we discussed the therapeutic contract, the process of formation of bonds between the clients of the group, the care with interpersonal relationships and the same question our positions as psychologists of the group.

Keywords: Group psychotherapy; The role of the psychotherapist; Gestalt Therapy.

INTRODUÇÃO

Ao longo de nossa graduação em psicologia, somos acostumados com a antiga imagem do psicólogo clínico em atendimento individual. Embora todo nosso desenvolvimento como pessoa se dê em grupo e que os nossos problemas se reflitam em nossas relações, tende a ser no espaço individual que a maioria das pessoas tenta buscar a cura para suas dores.

“Essa seria uma das tarefas da clínica que também se encena no espaço privado onde o paciente encontra lugar para expressar seus segredos à alguém que se compromete a guardá-los, utilizando-os como dispositivo para o desenvolvimento do próprio processo terapêutico. É o que chama de „tratar o segredo pelo segredo” (op.cit.). (QUADROS, 2011, p.60)

O presente trabalho parte de uma experiência de atendimento clínico, porém falamos sobre modalidade pouco aproveitada nos consultórios, a terapia de grupo. Fazemos questão de enfatizar o ambiente do consultório nesta frase, pois, de fato, é nesse espaço que ainda vemos pouco acontecer a terapia de grupo. Observamos, em nível nacional, o aumento da demanda pelo acompanhamento psicológico após a implantação do SUS. Através da Lei nº 8.080 ficou estabelecido a saúde como um direito de todos e a universalidade de acesso aos serviços de saúde como uma de suas diretrizes.

O atendimento em grupo, como mecanismo de triagem ou psicoterápico, surge nesses estabelecimentos, não apenas como uma ferramenta rica em termos terapêuticos, mas também como uma resposta a essa demanda. Segundo Lo Bianco et.al (1994 apud, LIMA, 2005, p.432), houve “a necessidade de lidar com contingentes maiores de indivíduos, levando a priorizar estratégias grupais e focais para lidar com os problemas trazidos pela população.”

A (psico)terapia grupal funcionaria como uma resposta à necessidade de atendimento a uma demanda maior ao passo que ainda poderia continuar a ser um espaço de difusão do conhecimento e da intervenção clínicos. (OLIVERIA, et al., 2005, p.273)

Foi durante a especialização no IGT - Instituto de Gestalt-Terapia e Atendimento Familiar ²que tivemos um aprofundamento sobre a terapia em grupo e a primeira experiência de atendimento em grupo na abordagem gestáltica. As reflexões que traremos aqui partem das inquietações, dificuldades, arranjos e desarranjos da experiência de formação de um grupo terapêutico. Experiência vivida ao longo dos atendimentos na CS-IGT - Clínica Social do IGT³, em coterapia com a psicóloga Daniela Ataídes.

Embora tenhamos um desenvolvimento bibliográfico crescente acerca da terapia de grupo e seus benefícios, o papel que o terapeuta ocupa dentro do grupo e o seu preparo para a realização desse trabalho ainda tem sido pouco discutido.

² - Em todo o restante do presente artigo será usada a sigla IGT para fazer referência ao Instituto de Gestalt-Terapia e Atendimento Familiar.

³ Passaremos a chamar ao longo do trabalho de CS-IGT.

As inquietações vividas no atendimento de grupo nos motivaram a abordar com mais ênfase os seguintes temas: O papel do psicoterapeuta na terapia de grupo, sua preparação para o trabalho com grupos, como lidar com o início do grupo – apresentação dos membros do grupo terapêutico, o manejo do contrato no processo de condução do grupo e formação dos vínculos.

Falar sobre esses temas nos fez refletir e questionar sobre nossa própria atuação. A princípio, não encontramos bibliografia que falasse abertamente sobre esse processo, portanto acreditamos que compartilhar nossas dificuldades, em relação a fase inicial de formação do grupo, com os leitores desmistifica a visão do psicólogo pronto e sabendo lidar com todos os imprevistos, podendo vir a colaborar na construção de outras pesquisas e experiências de atendimento.

Como matéria prima deste trabalho utilizamos os relatórios desenvolvidos a cada atendimento em grupo, as anotações em supervisão, além da revisão bibliográfica acerca do tema. Esta revisão partiu da leitura dos textos base utilizados no curso de especialização em Gestalt-Terapia, bem como artigos e monografias publicados na Revista Virtual IGT na Rede, com as palavras-chave: terapia em grupo, grupo, papel do gestalt-terapeuta.

Primeiramente abordaremos as ideias encontradas em nossa pesquisa a respeito do papel do gestalt-terapeuta na terapia em grupo, sem deixar de falar sucintamente sobre a compreensão dessa abordagem com relação ao grupo terapêutico em si. Em seguida, relataremos episódios da nossa experiência com o atendimento de grupo, buscando colocar nossas reflexões ao leitor sobre a importância da atuação e papel do psicólogo no grupo, como no manejo das fronteiras de funcionamento do mesmo, o papel do contrato terapêutico e o processo de estabelecimento de vínculos ao longo da experiência com o grupo em questão. Por último, nas considerações finais, colocamos ao leitor nosso ponto de vista sobre o que julgamos significativo nessa experiência, o valor do contato na relação com o grupo, a postura Gestáltica em relação às certezas a priori e, novamente, o contrato terapêutico.

O PAPEL DO GESTALT-TERAPEUTA NA TERAPIA DE GRUPO

No grupo terapêutico estamos diante de uma trama de relações intrapessoais, interpessoais e nossa bagagem cultural. O gestalt-terapeuta faz parte dessas relações, não apenas como psicólogo, mas também por estar presente como pessoa, ele atravessa e é atravessado por essas relações.

A forma como o terapeuta se posiciona no grupo irá reverberar na dinâmica de funcionamento do mesmo, como se déssemos o tom dessa orquestra. Ao mesmo tempo em que podemos assumir uma postura de distanciamento e neutralidade, também podemos assumir uma postura dialógica, aberta para trocas, postura essa que somos convidados a exercer dentro da proposta da Gestalt-Terapia.

A imagem da orquestra parece-nos apropriada para exemplificar o papel do psicólogo no grupo terapêutico. Cada instrumento tem o seu som e sua forma de ser afinado. O maestro fica atento ao som de cada instrumento, cuidando para que ao

final da obra tenhamos a sensação de um todo harmônico, onde há presença de sons e timbres distintos.

Ao verificar o significado de harmonia encontramos duas principais definições:

1. Qualidade de um conjunto que resulta da boa disposição e ordenação entre seus elementos; proporção, ordem, simetria. 2. Relação entre as partes de um todo (forma, cores, sons, ritmos, etc.), em particular de uma obra artística ou literária. (LAROUSSE, 1992, p.576)

A primeira definição fala dos conceitos de proporção, ordem e simetria que nos remetem a um padrão a ser seguido. A segunda definição usa o termo “relação”, sem atribuir valores ou trazer conceitos que remetam a uma medida. Essa segunda definição se aproxima do que gostaríamos de passar aos leitores quando falamos em harmonia. Harmonia no sentido de entrosamento entre esses sons, onde as diferenças são aproveitadas para o crescimento do grupo.

Sem assumir a posição nem à frente e nem acima, como faz o maestro, porém ao lado, o gestalt-terapeuta fica atento às individualidades que se encontram dentro do grupo. Cada pessoa chegará trazendo seu tom, seu ritmo, suas repetições e instrumentos desafinados. Até que a orquestra se afine, leva tempo; requer disposição e comprometimento de todos.

Podemos entender os instrumentos desafinados como os desajustes vivenciados nas relações interpessoais ou na relação consigo mesmo, dilemas entre as exigências externas e as necessidades do mundo interno. O processo de afinação é individual, cada pessoa encontrará seu melhor tom, aquele que lhe agrega saúde. Portanto, aqui também entenderemos a afinação a partir de outro viés, através do processo de *awareness*, conceito que explicaremos logo adiante.

Dentro do grupo podemos nos deparar com uma pessoa que tende a centralizar a fala, ou com opiniões diferentes que não são aceitas pelos outros membros do grupo, ou ainda com o cliente que não consegue falar, estando entre outros.

Para que a união desses instrumentos se transforme em uma orquestra, cada músico precisa estar atento ao som do seu instrumento e também ao som do todo. O maestro é aquele que consegue perceber cada som. Se está desafinado ou fora do tempo, ele se utiliza como “diapasão”, ele é seu próprio instrumento. O gestalt terapeuta também é seu próprio instrumento⁴ de trabalho, utiliza seus conhecimentos, sensações, e intuições. Cada psicólogo terá seu próprio estilo e foco, pois utiliza-se das próprias experiências como instrumento para atuar dentro do espaço terapêutico.

Quando o terapeuta entra em si mesmo, não está apenas tornando disponível ao paciente algo que já existe, mas está também auxiliando a ocorrência de novas experiências, baseadas em si mesmo e também no paciente. Isto é, ele se torna alguém que responde e que dá *feedback*, mas

⁴ - POLSTER, E.M. O Terapeuta é seu próprio instrumento. In: Gestalt-terapia Integrada. São Paulo: Summus, 2001, p. 35-40.

também um participante artístico na criação de uma nova vida. (POLSTER, 2001, p. 37-38)

Podemos entender o grupo como um microcosmo da vida, dificuldades pessoais e de relacionamento, poderão emergir do encontro no grupo. Porém com a diferença clara e marcante de que esse encontro tem por objetivo o desenvolvimento pessoal, a partir das dificuldades e diferenças vivenciadas no espaço do grupo. “As oportunidades de crescimento então surgem por atritos reais, e a elaboração da resolução acontece no encontro real das pessoas” (POLSTER, 2001, p.29)

Quando devidamente trabalhadas, todas essas dimensões vivenciais podem ser fontes de aprendizagem e mudança, aumentando a vitalidade e a criatividade do grupo em relação ao seu objetivo. Quando ignoradas, tornam-se impeditivas, paralisantes e destrutivas para a realização dos objetivos e para os próprios participantes. (THELLEGEN, 1984, p.77)

O psicólogo precisa desenvolver a habilidade de entrar e sair da dinâmica do grupo. Ao mesmo tempo que está inserido, precisa ter um olhar como se estivesse de fora, pois ampliar seu grau de visão sobre o todo favorece para que essas situações de empasses nas trocas não sejam ignoradas.

Joseph Zinker (2007, p.113-114) fala de algumas metas que ele tem sobre o processo terapêutico com seus clientes:

- Desenvolva mais *awareness* de si mesma – seu corpo, seus sentimentos e seu ambiente;
- Aprenda a assumir a autoria de suas experiências em vez de projetá-las nos outros;
- Aprenda a tomar consciência (*awareness*) de suas necessidades e a desenvolver habilidade para satisfazê-las, sem desrespeitar os outros;
- Passe a ter um contato mais pleno com suas sensações, aprendendo a cheirar, saborear, tocar, ouvir e ver, apreciando todos os aspectos de si mesma;
- Perceba cada vez mais seu poder pessoal e sua capacidade de se dar suporte, no lugar de recorrer a reclamações, recriminações, ou imputações de culpa a terceiros para mobilizar suporte do meio externo;
- Torne-se sensível ao ambiente que a cerca, mas ao mesmo tempo, seja capaz de se proteger naquelas situações que lhe forem potencialmente tóxicas ou destrutivas;
- Aprenda a assumir a responsabilidade por seus atos e as consequências destes;
- Sinta-se confortável com a *awareness* de suas fantasias e de sua expressão.

A Gestalt-terapia, não utiliza metas a priori no trabalho terapêutico como, por exemplo, atingir a extinção de um sintoma. Nessa abordagem aprendemos a valorizar o processo de autodescoberta, o encontro existencial. As mudanças são compreendidas a partir do processo de *awareness*⁵. Nesse sentido, quando Zinker (2007) utiliza o termo “metas”, ele o faz em consonância com uma perspectiva ampla, para além de “uma visão apriorística da humanidade”. (ZINKER, 2007, p.113)

⁵“uma forma de experienciar. É o processo de estar em contato vigilante com o evento mais importante do campo indivíduo/ambiente, com total apoio sensoriomotor, emocional, cognitivo e energético.” (YONTEF, 1998, p.215)

Para o autor, estar *aware* é estar ciente de sua experiência. As metas de Zinker falam de uma ampliação da consciência individual e do todo onde está inserido, para que o cliente consiga desenvolver habilidades dentro de si que favoreçam contatos mais saudáveis com o mundo e consigo próprio, uma forma de ser mais madura na relação com o mundo.

A Gestalt-Terapia diferencia-se de outras abordagens principalmente pela postura do psicólogo na relação, se afastando da postura tradicional do terapeuta neutro e passivo, que encontra na interpretação uma das poucas aberturas para a troca com o cliente. O que vemos na Gestalt-Terapia é uma proposta de relação dialógica, uma qualidade de verdadeiramente ir ao encontro da pessoa como pessoa. “Na Gestalt Terapia, estamos no mesmo barco, incomodados por buscas de significados que caracteristicamente apagam nossas experiências reais.” (POLSTER, 2001, p.34)

Mesmo nos colocando em uma relação horizontal, não podemos nos esquecer de que estamos inseridos, seja no contexto do grupo ou da terapia individual, como psicólogos. Teremos um lugar claramente demarcado pela nossa função, seja a frente ou ao lado de nossos clientes. A Gestalt-Terapia nos permite a fluidez entre estar ao centro e ao lado na terapia.

No processo gestáltico, embora o terapeuta seja claramente uma autoridade, ele tem livre movimentação dentro do grupo. Ele pode escolher estar no centro, estimulando ativamente o trabalho individual com os membros do grupo, ou preferir recuar, afastando-se do centro e participando como um dos componentes. (ZINKER, 2007 p.185)

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Após situar o papel do psicólogo no atendimento de grupo, realizaremos breve relato da experiência de atendimento de um grupo terapêutico realizado na CS-IGT em co terapia com a psicóloga Daniela Ataídes.

As sessões que mais nos instigaram e motivaram a escrever este trabalho, foram aquelas em que precisamos elaborar a despedida de participantes do grupo e, os atendimentos em que ocorriam a recepção de novos membros ao grupo.

Como se tratava de um grupo aberto, na saída de um cliente recebíamos novos membros para dar oportunidade àqueles que aguardavam vaga na fila de espera. A despedida e depois a recepção de um membro no grupo nos trouxe muitos assuntos para reflexão. Portanto, escolhemos abordar os temas trazidos por estes atendimentos em que vivenciamos o processo de formação de vínculos entre os participantes do grupo.

Foi diante destas “chegadas e partidas” que discutimos temas como o da frustração, as dificuldades de relacionamento no grupo e a nossa dificuldade como coterapeutas em realizar o atendimento de grupo.

Sabemos que existe um número significativo de busca por atendimento individual. Segundo nos aponta Estarque Pinheiro (2012), a procura por atendimentos

psicológicos de baixo custo no Rio de Janeiro em SPA de Universidades ou gratuito na rede SUS, é grande e com poucas vagas. A população em geral busca a forma de atendimento tradicional, individual com o tempo de 50 minutos.

A graduação do aluno de psicologia é, ainda hoje, baseada no procedimento clássico e no atendimento individualizado. O conceito de atendimento clínico em psicologia formou-se há muito tempo baseado na tríade de origem médica, doença diagnóstico-tratamento, como nos elucida Quadros (2012, p.190):

Historicamente, a influência do modelo médico notadamente na psiquiatria interferiu em nossa prática gerando uma tendência à busca por uma atuação que visasse os ajustamentos e/ou as normatizações o que, muitas vezes resvalava para a constituição desse campo da clínica como um espaço hierarquizado e limitador, revelando não só aspectos de nossa herança como também o equivoco de reduzir-se essa prática ao seu local de realização, a saber, o consultório.

O modelo médico, mencionado pela autora, pode nos levar a ocupar um lugar de saber, e nos colocarmos como aquele que tem uma resposta. Como já mencionado, o lugar que se pretende ocupar dentro de um processo terapêutico é variável e possui reverberações na relação construída entre psicólogo e cliente.

Entre as influências antigas da graduação em psicologia e a influência da Gestalt Terapia, nos percebíamos titubeantes ocupando ora o lugar do saber, ora o lugar do não saber. Ora nos sentíamos coordenando uma terapia em grupo, outras vezes sentíamos que estávamos ouvindo cada pessoa individualmente em grupo sem considerar o todo onde estavam inseridos.

O fato de estar imerso numa cultura impregnada de velhos paradigmas, muitas vezes impede o psicólogo de orientação gestáltica de dar-se conta de posturas que contrariam as crenças que ele próprio diz seguir criteriosamente, ou seja, ele corre o risco constante de ter uma postura que comprometa a qualidade da relação existencial-fenomenológica. (VIEGAS, 2009, p. 417)

Foi fundamental a preparação que nós coterapeutas vivenciamos para o atendimento de grupo ao longo da nossa formação em Gestalt-Terapia. Podemos compará-la a um processo cuidadoso de desconstrução da máscara da neutralidade e distanciamento que aprendemos a vestir. Como afirma Quadros (2011, p.64), “necessitamos reaprender, nesta atuação como terapeutas a experienciar o coletivo despojando-nos da vaidade e ficando mais confortáveis no lugar do *não saber*.”

Aos poucos, com a retirada dessa máscara, nos aproximamos de nós mesmas enquanto pessoas e descobrimos uma nova forma de ser psicólogo. Aprendemos a perceber nosso jeito de ser em grupo, a perceber nossas próprias sensações, a estar em grupo compartilhando ou discordando. Aprendemos a utilizar essas informações como instrumentos de trabalho ao invés de escondê-las por de trás da neutralidade.

Algumas vezes, o terapeuta fica entediado, confuso, entretido, com raiva, surpreso, sexualmente excitado, assustado, acuado, apreensivo, sobrecarregado e assim por diante. Todas essas reações dizem algo sobre ambos, o paciente e o terapeuta, e abrangem grande parte dos dados vitais da experiência da terapia.(...)

(...) O que quer que aconteça é combustível para o acontecer terapêutico.
(POLSTER, 2001, p.36)

É importante situar que cada cliente do grupo que estamos estudando passou antes pelo sistema de atendimento da CS-IGT, que inclui algumas etapas até chegar ao início da terapia em si. Cada pessoa que chega à procura de terapia no IGT passa pela chamada primeira entrevista, atendimento realizado por psicólogo que colhe informações acerca de sua queixa inicial.

Na primeira entrevista também é oferecida a proposta terapêutica ao cliente, que muitas vezes é diferente de sua demanda inicial. Percebemos que em sua maioria, as pessoas procuram o IGT para atendimento individual, porém na maior parte dos casos realizamos encaminhamentos ao atendimento em grupo. Maiores detalhes sobre o funcionamento da CS-IGT e também dos critérios utilizados para realizar estes encaminhamentos poderão ser encontrados em outros estudos realizados no IGT.⁶

Ao montarmos este grupo, levamos em consideração o tempo na fila de espera, a disponibilidade para o horário previamente agendado e tentamos manter a proximidade entre as faixas etárias. Antes do primeiro contato com o grupo, realizamos um atendimento individual com cada cliente e nesses atendimentos lemos e realizamos a assinatura do contrato terapêutico. O contrato terapêutico é padronizado dentro da CS-IGT, possui apenas variações entre as modalidades de atendimento no Instituto (Individual, Grupo, Casal e Família).

No contrato, combinamos o dia e o horário da terapia, a frequência semanal, a duração de uma hora e meia e ainda a forma de pagamento. Estabelecemos os critérios de sigilo, número de faltas permitidas e formas de desligamento. Muitas pessoas chegam ao consultório sem um conhecimento ou vivência prévia de psicoterapia, portanto este primeiro encontro serve como explicação do que é um atendimento psicológico, a que se destina, e oportunidade de se colocar os limites dessa relação. Sobre este último ponto trataremos mais a frente.

Estamos falando de um grupo semi-aberto, onde “As pessoas entram para ficar, para fazer seu tratamento, sabem da regra da pontualidade, da frequência, do sigilo, mas, de quando em quando, alguém abandona o grupo, tem alta, etc.” (RIBEIRO, 1992, p.94).

O grupo teve início em junho de 2012 e término em setembro de 2013. Ao longo desse processo, vivenciamos entradas e saídas de participantes. Inicialmente,

⁶ Ver: PINTO, A. P. **O Perfil da Clínica Social do IGT: Da Primeira Entrevista ao Início do Tratamento.** Revista IGT na Rede, v. 10, nº 19, 2013. Disponível em: <<http://www.igt.psc.br/ojs/viewarticle.php?id=448>>. Acesso em: 25 fev. 2014.

contávamos com cinco clientes, quatro mulheres e um homem. As idades variaram entre o intervalo de 24 e 48 anos, traziam questões semelhantes como suas relações com o trabalho, dificuldades no casamento ou em seus relacionamentos amorosos, relações com a família e vida social. O único homem do grupo já havia participado de outro grupo terapêutico na CS-IGT e ele, quando o grupo foi finalizado em razão do término do período de curso dos psicólogos, optou por continuar em atendimento em outro grupo.

Uma forma importante de discutir sobre os limites da relação terapêutica é através do contrato terapêutico. O momento de troca sobre o contrato terapêutico cumpre um papel de cuidador das relações tanto entre clientes, quanto entre cliente e psicólogo. São regras que envolvem o sigilo do que for trazido, o compromisso com o horário de início e término do grupo, as despedidas entre os membros, a possibilidade de atendimento individual por um dos psicólogos, data e valor do pagamento.

Ler, conversar sobre o contrato e assiná-lo, não são garantias de que o mesmo será cumprido integralmente, mas certamente é um ingrediente fundamental para que o cliente conheça nossa forma de trabalhar e reflita sobre os limites dessa relação. Como afirma Silveira (1997, p.13 apud ESTARQUE PINHEIRO 2007, p.150), “para que o cliente saiba o que ele nessa relação pode receber, com o que ele pode contar, até onde pode ir e decidir se aceita ou não as condições.”

A explicação do contrato equivalente a uma delimitação inicial de um “dentro” e um “fora” que asseguram a identidade do grupo enquanto sistema. E seja qual for o iniciador do grupo, o estabelecimento de um contrato inicial é, em si, um processo dinâmico em busca de um acordo funcional básico onde já se delineiam questões de poder. Quanto mais claro o contrato inicial, melhor. É importante, no entanto, que não se perca de vista a necessidade de esclarecer ou reformular o contrato ao longo da vida do grupo. (THELLEGEN, 1984, p.76)

Falar sobre o mesmo permitiu que um dos membros colocasse sua dificuldade em chegar no horário combinado por conta do seu horário de saída do trabalho, o grupo se demonstrou compreensivo e concordou em alterar o horário de início. A vida profissional era um dos temas abordados nos encontros e não raro o trabalho foi motivo do atraso e da ausência de alguns. Levamos o tema das faltas para discussão do grupo, todos concordaram em reformular o termo do contrato que determinava a saída das pessoas por duas faltas seguidas.

A decisão de não seguir à risca o combinado e levar essa questão para o grupo, gerou muitas dúvidas nos bastidores do *setting* terapêutico. Enquanto dupla terapêutica, não conseguíamos ter clareza do melhor caminho. Escolhemos, portanto, deixar o grupo decidir o que seria possível para eles.

Revendo essa trajetória, percebemos o quanto essa escolha estava relacionada aos valores das coterapeutas. Naquele momento, não concordávamos com a possibilidade de decidir sobre a saída dos membros sem a participação de todos. Ao mesmo tempo, sentíamos uma dificuldade em frustrar e interromper o fluxo que o grupo estava formando com atrasos e ausências, formas de ruptura do contrato.

Invariavelmente a frustração apareceu como tema de discussão no grupo, como

veremos a frente.

A falta das pessoas no grupo refletiu-se na dinâmica de integração. Foi possível perceber o quanto isso fragilizou a formação do vínculo de confiança e intimidade. A frequência irregular deixava no ar a dúvida de quem estaria presente naquele encontro, com quem se poderia contar. Por conta dos atrasos, nem todos conseguiam falar durante o atendimento, o que dificultava que todos se conhecessem, mesmo fazendo parte de um encontro tão íntimo quanto um grupo terapêutico. Diante disso, consideramos necessário retomar o contrato anterior e efetivar a saída das pessoas que não compareciam por três semanas seguidas.

O desenvolvimento inicial e a potência terapêutica dos grupos são fortemente afetados pelos seguintes problemas: a rotatividade dos participantes, atrasos e ausências são fatos da vida de todos os grupos. Infelizmente estes fatos ameaçam a estabilidade e integridade do grupo. (VINOGRADOV, 1992, p.74)

Três pessoas saíram do grupo ao mesmo tempo, pois as faltas extrapolaram o número permitido, de fato a rotina de trabalho não coincidia com o horário dos encontros. A saída dessas pessoas despertou o sentimento de frustração no grupo como um todo, inclusive nas terapeutas, como se algo não tivesse ocorrido da maneira esperada.

O sentimento de frustração também nos afetou. É importante lembrar que mesmo ocupando um lugar de liderança no grupo, afetamos e somos afetados com o que ocorre nessas relações. Com o referencial da Gestalt-Terapia aprendemos a colocar nossas sensações como instrumentos de intervenção.

Perceber a frustração e torná-la figura deixou mais palpável esse sentimento tão subjetivo e os caminhos para se trabalhar este tema ampliaram-se. Cada pessoa construiu um conceito e maneira própria de lidar com a frustração ao longo de sua vida. São situações como essas que nos possibilitam aprofundar sobre temas esquecidos e interrompidos, colaborando para o desenvolvimento pessoal em grupo.

Um dos fenômenos de maior importância é o desenvolvimento de fortes vínculos afetivos, tanto em sentido positivo quanto negativo, que tendem a se estabelecer entre os participantes e destes para com o terapeuta. Via de regra misturam-se aspectos da relação presente com experiências pessoais não pertencentes à situação grupal. (THELLEGEN, 1984, p.77)

O grupo terapêutico é a vida real, as interações, os acontecimentos do grupo nos remetem o tempo todo para situações que vivenciamos em nossas vidas, algumas prazerosas e outras dolorosas, porém ricas em crescimento. Sempre é possível aproveitar uma experiência que ocorre no grupo, para reflexões interiores que ampliam nossa *awareness*. Nesse caso foi possível viver em tempo real uma situação de frustração. Como ficamos quando somos frustrados? Conseguimos aceitar aquilo que o outro pode nos dar?

Não se trata de um sentimento simples, a frustração quando vivida de forma saudável, motiva a pessoa a desenvolver seus próprios recursos internos para lidar com a falta. Como afirma Estarque Pinheiro (2007, p.117), “Frustração é uma tensão que faz parte do desenvolvimento das relações do ser humano com seu

contexto social, inclusive da relação terapêutica.”

Entradas e saídas de integrantes do grupo são movimentos que fazem parte do seu processo de formação. Como numa viagem de trem, cada pessoa que chega traz sua bagagem de expectativas, dores, angústias, e estar em contato com o outro nem sempre será agradável. Alguns vão querer ou precisar sair desse trem; podem perceber no meio do caminho que pegaram o trem errado ou descobrir que possuem medo de viajar de trem. Promover a fala sobre esses momentos do grupo faz parte do papel do psicólogo.

Nascimento e Bryant (1999) escreveram a música “Encontros e Despedidas” que recentemente foi regravada na voz da cantora brasileira Maria Rita. Essa música nos remeteu à dinâmica de entradas e saídas de pessoas no grupo. A música nos lembra também dos momentos de encontros e despedidas na vida, tema também discutido em grupo.

Tem gente que chega pra ficar
 Tem gente que vai pra nunca mais
 Tem gente que vem e quer voltar
 Tem gente que vai e quer ficar
 Tem gente que veio só olhar
 Tem gente a sorrir e a chorar (NASCIMENTO e BRYANT, 1999)

Como estamos falando do grupo como nosso cliente e como um organismo, podemos dizer que também identificamos uma forma de ajustamento criativo à saída dessas pessoas. O grupo descobriu sua própria capacidade para lidar com a frustração. Os dois participantes que permaneceram nos encontros seguintes, desenvolveram um laço de intimidade, o que tornou as trocas mais frequentes e fluidas.

Aos poucos, os dois integrantes trouxeram temas mais íntimos e angústias do seu dia-a-dia. Em algumas falas havia o sentimento de valorização desse novo momento, em como o grupo estava melhor agora, apenas com eles. Aparentemente foi importante para eles se valorizarem enquanto grupo e reforçar sua identidade. Foi um caminho encontrado para lidar com a perda anterior. No entanto, isso se reverberou em uma cristalização perante o novo, surgiu o medo da entrada dos novos membros.

Não apenas eles descobriram uma nova forma de lidar com esse tema, mas nós coterapeutas também nos preocupamos e cuidamos da entrada de novas pessoas no grupo, optamos por cumprir de forma clara o contrato e também buscamos atividades vivenciais que estimulassem as trocas nesse novo início.

Sem frustração não existe necessidade, não existe razão para mobilizar os próprios recursos, para descobrir a própria capacidade, para fazer alguma coisa; e, a fim de não se frustrar, o que é uma experiência muito dolorosa, a criança aprende a manipular o ambiente. (PERLS, 1977, p.54)

A entrada de novos membros no grupo foi vivenciada com medo. Houve um intervalo de tempo para nos organizarmos para a chegada dos novos clientes, o tema pôde ser elaborado. Essa possibilidade trouxe medo da mudança, os participantes questionavam como o grupo ficaria com isso, como seriam essas novas pessoas e que mudanças elas trariam ao grupo.

A entrada do novo membro no grupo deve ser bem pensada. A família já está constituída, alguns membros já são adultos, outros continuam crianças. A matriz grupal já está formada e funciona consistentemente. Tanto a saída de um membro como a entrada do novo, devem ser motivo de séria discussão pelo grupo, pois a cultura grupal mudará certamente, uma vez que o sistema foi modificado. (RIBEIRO, 1994, p.95)

A mudança e o medo que ela traz nos remetem a algo substancial em nossas relações com o mundo que nos rodeia: O contato. O contato só é possível entre seres separados, diferentes entre si. Segundo Polster (2001), desde que saímos da relação simbiótica intrauterina, buscamos a união com o que é diferente de nós, e o contato é a função que sintetiza a necessidade de união ou separação com as pessoas, situações, objetos, gostos, etc.

A palavra “contato” tem sido utilizada para definir o intercâmbio entre o indivíduo e o ambiente que o circunda dentro de uma visão de totalidade, visto que o organismo e o meio são um todo indivisível. Contato, desse modo, refere-se aos ciclos de encontros e retiradas no campo organismo/meios (SILVEIRA, 2007, p.59)

“A mudança é um produto inevitável do contato porque apropriar-se do que é assimilável ou rejeitar o que é inassimilável na novidade irá inevitavelmente levar à mudança.” (POLSTER, 2001, p.113-114). O contato acompanhado de *awareness* amplia a percepção da nossa identidade, que é dinâmica e se modifica. Ele se dá através das nossas funções motoras e sensoriais, porém o que determina um bom contato, “é mais o modo como alguém vê ou ouve” (op.cit, p.114).

No caso do nosso grupo, estamos falando do modo como eles vivenciaram a interação com novas pessoas, a interrupção de uma dinâmica já conhecida e estruturada para a possibilidade de vivenciar uma nova dinâmica da qual não se tem controle. Aparentemente, era mais confortável ficar dentro da familiaridade e zona de conforto, do que vivenciar o novo.

Ao perceber a presença dessa barreira no campo, optamos por instrumentalizar nossa percepção com algo que pudesse ajudar a fluir as interações do grupo. Nesses primeiros encontros, sentimos a necessidade de estarmos um pouco mais atuantes, às vezes levando alguma atividade estruturada, para incentivar as trocas.

Foi preciso saber dosar o manejo do grupo, em alguns momentos sentimos a vontade de diluir a barreira que percebíamos no campo, em outros momentos sentimos que era preciso olhar para essa barreira, falar sobre ela e retirar o ensinamento sobre o que ela dizia a respeito de cada um presente. Já fomos recebidos com resistência por sermos diferentes? Resistimos ao novo antes mesmo de saber o que ele pode nos oferecer? Em que isso nos ajuda?

Quando alguém trazia alguma situação problema, perguntávamos ao grupo o que eles fariam nessa situação, ou, durante algum relato, buscávamos checar como o grupo se sentiu ao escutá-lo e nós, psicólogas do grupo, também sempre trocávamos nossas sensações e percepções com o grupo. Em alguns desconfortos e mal entendidos que surgiam entre os integrantes do grupo, ajudávamos também a clarear que elemento na fala do outro havia gerado desconforto. Como seria uma

fala que gerasse menos desconforto?

Zinker (2007, p.184) nos fala do processo de *awareness* grupal. Assim como o todo não representa a soma das partes, a *awareness* grupal não é a soma das *awareness* individuais. Para ele é como se um tema virasse figura no grupo e pairasse no ar, esses são os momentos em que com nossas intervenções precisamos evidenciar, clarear o tema e trazê-lo para interação grupal. Corporificá-lo nas interações reais do grupo, assim todos podem elaborá-lo em sua individualidade.

O contato é uma experiência de comunalidade, comunidade e individualidade. Cada pessoa, independente do que estiver fazendo, é encorajada a se conscientizar de sua parte na sociedade e de seu papel no grupo, conforme esta vai mudando de momento a momento. (ZINKER, 2007, p.184)

Ainda segundo o mesmo autor, transformar as habilidades e resistências do grupo em um sentimento de comunidade, integrar temas individuais em criações comunitárias espontâneas, demanda do gestalt-terapeuta uma sensibilidade contínua do campo interacional do grupo. Porém não podemos nos esquecer que essa sensibilidade está sempre em processo de afinamento. Não se compra pronta e nem se encontra vendendo.

O afinamento foi um *continuum*, iniciou-se na preparação que vivenciamos anterior ao início dos atendimentos com o grupo, se deu em paralelo e continua, mesmo depois de termos encerrado os atendimentos. A visão de processo está também implícita na forma como a Gestalt-Terapia conceitua *self*⁷. Em contraste com as visões tradicionais em que o *self* é entendido como uma interioridade pronta, fixa e que determina nossa personalidade, a Gestalt-Terapia entende o *self* como um processo dinâmico e interdependente do contato para sua formação. “Chamamos *self* ao sistema complexo de contatos necessário ao ajustamento no campo imbricado”. (PHG, 1997, p.178)⁷

O processo terapêutico tem continuidade na vida de cada um, extrapola o tempo do grupo e vai para além das paredes do consultório. Os efeitos dessa terapêutica na vida de cada um não foram objetos desse estudo, porém conseguimos presenciar uma mudança na dinâmica interna do grupo. Aos poucos, as trocas ficaram mais fluidas, o grupo estava mais autônomo e o diálogo entre os membros se tornou mais cuidadoso.

⁷ Ver: TÁVORA, Cláudia Baptista. SELF (p. 193-195) In: D’Acri, Gladys; Lima, Patrícia; Orgler, Sheila. Dicionário de Gestalt-terapia: Gestaltês. São Paulo: Summus, 2007.

Nós, a dupla terapêutica, também nos modificamos em relação ao grupo e a essa experiência. A insegurança deixou de ser um entrave, passamos a compreendê-la como uma sinalizadora de que não existem respostas prontas e garantias de sucesso. As dúvidas e questionamentos podem ser bons aliados de trabalho, pois sempre nos convidam a revisar nossa prática.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse trabalho partiu da revisão de um caminho percorrido, mas não é o único possível, e certamente não podemos esperar que os efeitos se repitam em outras experiências em grupo. Cada fenômeno é fruto de seu contexto específico. Esperamos que seja proveitoso para outros profissionais, saber do pouco que aprendemos com essa vivência.

Se entregar por inteiro na relação terapêutica ou em qualquer outra relação, nos remete ao conceito de contato, anteriormente explorado. O contato é em si promotor de mudanças no ser, indo mais além, perceber o modo como fazemos contato em nossas relações interpessoais e com o mundo que nos rodeia, é libertador.

Através das nossas intervenções no grupo é possível ajudar o cliente a adquirir o autoconhecimento sobre seu modo de fazer contato. Talvez as intervenções mais ricas tenham sido aquelas em que menos sabíamos, não partíamos de um pressuposto. Quando perguntávamos acerca do “como?”, ou colocávamos nossas sensações para o grupo e perguntávamos ao final, “faz sentido?”.

Foi importante notar que não sabendo, construíamos um chão para caminhar e quando achávamos que tínhamos certeza, nem sempre eram certezas que faziam sentido àquelas pessoas, àquele grupo ou momento. Acreditávamos que reformulando o contrato poderíamos ajudar na coesão do grupo. Porém o grupo, como a vida, ou um rio, segue seu próprio caminho.

O contrato tem função de instrumento norteador, principalmente para um processo terapêutico que é pouco conhecido. Assegura a identidade do grupo e estabelece um acordo funcional básico.

Não é função de o contrato promover a coesão do grupo. A coesão é um fenômeno natural, resultado da afinidade entre as pessoas do grupo e da inclinação que elas tenham em criar vínculos importantes. Embora não tenha sido nosso objetivo definir a influência do contrato na coesão dos grupos de maneira geral, podemos afirmar que neste grupo em especial a forma como lidamos com o contrato foi marcante em seu desenvolvimento do início ao fim.

Acredito que um dos pontos principais desse trabalho foi tentar demonstrar que ser psicólogo na abordagem gestáltica, cumprindo o papel de gestalt-terapeuta, é um processo contínuo sem fim. Ser o maestro e estar ao lado, utilizar-se como instrumento, cuidar das interações no grupo e ao mesmo tempo facilitar a *awareness* sobre as experiências vividas, requer uma preparação e afinação rotineiras. Paradoxalmente, colocar-se no lugar de não saber, para nos colocarmos como

iguais nessa relação e, finalmente, estar presente e inteiro nessa relação, leva tempo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. **Ministério da Saúde. Lei nº 8.080.** Brasília, DF, 1990. Disponível em: <http://dtr2004.saude.gov.br/susdeaz/legislacao/arquivo/04_lei_8080.pdf> Acesso em: 04 ago. 2014.

ESTARQUE PINHEIRO, M. **A primeira entrevista em psicoterapia.** Revista IGT na Rede, v. 4, nº 7, p.136-157, 2007. Disponível em: <<http://www.igt.psc.br/ojs/>>. Acesso em: 8 dez. 2013.

_____. Grupo como possibilidade de atendimento psicológico: lidando com preconceitos e falta de (in)formação. In: **Anais do IV Congresso de Gestalt-terapia do Estado do Rio de Janeiro**, Anais, Rio de Janeiro, p. 121-124, 2012.

LAROUSSE CULTURAL. **Dicionário Larousse Cultural da Língua Portuguesa.** São Paulo: Nova Cultural, 1992.

LIMA, M. **Atuação Psicológica Coletiva: Uma Trajetória Profissional em Unidade Básica de Saúde.** Psicologia em Estudo, v. 10, nº 3, p. 431- 440, 2005. Disponível em:< <http://www.scielo.br/pdf/pe/v10n3/v10n3a10.pdf> > Acesso em: 22 jul. 2014.

NASCIMENTO, M.; BRANT, F. Encontros e Despedidas. In: **Travessia. Universal, 1999.** Disponível em: <<http://www.radio.uol.com.br/#!/letras-e-musicas/miltonnascimento/encontros-e-despedidas/2413511>> Acesso em 25 fev. 2014.

OLIVEIRA, F.I.; DANTAS, C.M.B.; COSTA, A.L.F. (et al). **A Psicologia, o Sistema Único de Saúde e o Sistema de Informações Ambulatoriais: Inovações, Propostas e Desvirtuamentos.** Interação em Psicologia, 9(2), p. 273-283, 2005. Disponível em:< <http://www.crp-01.org.br/conteudo/eventos/A%20Psicologia.pdf>> Acesso em 22 jul. 2014.

PERLS, F.S. **Gestalt-Terapia Explicada.** São Paulo: Summus, 1977, p. 45-64.

PERLS, F. S.; HEFFERLINE, R.; GOODMAN, P. X - *Self*, Ego, Id e Personalidade. In: **Gestalt-terapia** . São Paulo: Summus, 1997. (p.177-189)

PINTO, A. P. **O Perfil da Clínica Social do IGT: Da Primeira Entrevista ao Início do Tratamento.** Revista IGT na Rede, v. 10, nº 19, 2013. Disponível em: <<http://www.igt.psc.br/ojs/viewarticle.php?id=448>>. Acesso em: 25 fev. 2014.

POLSTER,E.; POLSTER,M. **Gestalt- Terapia Integrada.** São Paulo: Summus, 2001.

QUADROS, T.L. **A prática clínica individual como desdobramento e reverberação do coletivo.** Revista IGT na Rede, v.8, nº14, p.56-66, 2011. Disponível em: <<http://www.igt.psc.br/ojs>>. Acesso em: 21 jan. 2014.

Revista IGT na Rede, v. 12, nº 22, 2015, p.240-257 DOI **10.5281/zenodo.15048618**

Disponível em <http://www.igt.psc.br/ojs> ISSN: 1807-2526

_____. **Desafios da prática clínica na formação de psicólogos: revendo fronteiras e criando possibilidades.** Revista IGT na Rede, v. 9, nº 17, p. 187-199, 2012. Disponível em: <<http://www.igt.psc.br/ojs>>. Acesso em: 12 dez. 2013.

RIBEIRO, J. P. A Condução do Grupo-Parte 2. In: **Gestalt-terapia: O Processo Grupal: Uma Abordagem Fenomenológica da Teoria do Campo e Holística.** São Paulo: Summus, 1994, p.92-98.

SILVEIRA, T.M. Contato. In: D'ACRI, G.; LIMA, P.; ORGLER, S. **Dicionário de Gestalt-terapia: Gestaltês.** São Paulo: Summus, 2007. (p.59)

TÁVORA, C. B. Self. In: D'ACRI, G.; LIMA, P.; ORGLER, S. **Dicionário de Gestalt-terapia: Gestaltês.** São Paulo: Summus, 2007. (p. 193-195)

THELLEGEN, A. Therese. Grupo como sistemas: A função do terapeuta. In: **Gestalt e Grupos Uma Perspectiva Sistêmica.** São Paulo: Summus, 1984, p.71- 86.

VINOGRADOV, S. Solução de problemas comuns na psicoterapia de grupo. In: **Psicoterapia de grupo: um manual prático.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1992, p. 74 -108.

_____. II Como funciona a psicoterapia de grupo. In: VINOGRADOV, S.; YALOM, I.D. **Psicoterapia de grupo: Um manual Prático.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1992, p. 16-38.

VIEGAS, I.G. **Cuidados do terapeuta de grupo em gestalt-terapia: limites entre a atuação terapêutica e o exercício da liderança servidora.** Revista IGT na Rede, v. 7, nº 13, 2009, p.383-422. Disponível em: <<http://www.igt.psc.br/ojs/>>. Acesso em 3 nov. 2013.

ZINKER, J. **Processo criativo em Gestalt-Terapia.** São Paulo: Summus, 2007.

YONTEF, G.M. **Processo, Diálogo e Awareness.** São Paulo: Summus, 1988.

Endereço para correspondência:

Sarah Lia Dávila

E-mail: sarahliapsi@hotmail.com

Recebido em: 13/01/2015

Aprovado em: 27/02/2015

NOTA

DÁVILA, Sarah Lia: Psicóloga Clínica e Pósgraduanda em Gestalt-Terapia pelo IGT
- Instituto de Gestalt-Terapia (Indivíduo, Grupo e Família).