

ARTIGO

Um Olhar para o Campo como Lugar Fértil para a Presentificação do Fenômeno: Relato de minha experiência com grupo terapêutico

A Look at the Field as a Fertile Place for Presentiment of the Phenomenon: Report of my experience with a therapeutic group

Roberta Sant'Anna dos Prazeres Freixo da Silva

RESUMO

O presente artigo trata do trabalho de grupo realizado durante o curso de especialização em atendimento clínico, na abordagem da Gestalt-terapia, do IGT - Instituto de Gestalt-Terapia e Atendimento Familiar. Neste trabalho, foram expostos pontos que se mostraram muito presentes durante este atendimento como: dificuldades encontradas durante este processo grupal, no qual se fez importante atentar para a presentificação do fenômeno no campo, na realização de terapia de grupo e não terapia individual em grupo.

Palavras-chave: Grupo Terapêutico; Gestalt-Terapia; Condução de terapia de grupo; Campo; Fenômeno.

ABSTRACT

This article deals with the group work in partnership with a co-therapist during the course of specialization in clinical care , the approach of Gestalt therapy, IGT - Institute of Gestalt Therapy and Family Service . In this work , we were exposed points that were very present during this call as: difficulties encountered in this group process , which became important to pay attention to the presentification phenomenon in the field, conducting group therapy and no single therapy group . Research methodology and how it is divided .

Keywords: Therapeutic Group; Gestalt therapy; group therapy driving; Field; Phenomenon.

INTRODUÇÃO

O presente artigo apresenta a minha¹ atuação enquanto aluna do curso de especialização em Psicologia Clínica - Gestalt-Terapia (Indivíduo, Grupo e Família²) do IGT - Instituto de Gestalt-Terapia e Atendimento Familiar³, no qual pude viver a experiência de ser uma das psicólogas responsáveis pela condução de um grupo psicoterapêutico por aproximadamente um ano e dois meses. Esta vivência foi um grande aprendizado uma vez que, durante minha graduação em psicologia, o trabalho com grupos não foi tão enfatizado. Terminei a graduação com pouca informação sobre esta modalidade de atendimento. Este contexto contribuiu para uma visão distorcida de minha parte, em relação ao trabalho psicoterapêutico de grupo conforme mencionarei mais à frente. Antes de trazer aqui minha experiência com o grupo, considere importante pontuar de modo breve alguns conceitos abordados neste artigo, para que o leitor possa ter melhor compreensão dos mesmos.

O primeiro deles é o conceito de campo, muito utilizado entre os Gestalt-terapeutas. Este conceito é originado da física e se ajusta muito bem à proposta da Gestalt terapia. Denomino de “local abstrato”, onde as relações se dão de modo sistemático, de forma interativa e contínua no tempo e espaço e que influencia os fenômenos que ocorrem dentro dele. Desta forma, faz sentido colocar que o indivíduo é influenciado e definido a partir da sua relação com esse campo, bem como o campo só pode ser explicado considerando a troca de experiência entre as pessoas. Para Yontef (1998, p.173) é uma *“Totalidade de forças mutuamente influenciáveis que em conjunto, formam uma fatalidade interativa unificada”*. Onde a energia e os modos de ser de cada membro do grupo, tocam-se e cruzam-se, gerando respostas diversas de cada um, a seu modo, da maneira que aprenderam a lidar e a responder diante do que acontece no meio.

“Neste local, tudo está presente, objetos e organismos, por isso essa interação citada acima, sofre influências de todos os lados. Tanto da pessoa para o campo, como o inverso também, pois não existe campo independente do indivíduo, assim como não existe indivíduo fora do campo”. (YONTEF, 1998, p.173)

De acordo com Yontef (1998, p.173), é no campo que os fenômenos se manifestam e esse campo, pode variar em tamanho, podendo ser físico, tocável ou não. As forças presentes nele são percebidas através dos nossos sentidos, dependendo do observador. Em gestalt-terapia, ao trabalharmos com pessoas, passamos a observá-las em seus campos organismo/meio, podendo ser este segundo, o ambiente escolar, profissional, grupo de treinamento, familiar, relação entre casal, pais e filhos, dentre vários outros ambientes em que o Ser Humano está presente.

⁻¹ Por se tratar de um relato da minha experiência, considere coerente escrever este artigo em forma de narrativa, utilizando-me dos verbos em primeira pessoa.

² Ao longo deste artigo utilizarei apenas o termo curso de especialização para referir-me a este curso. ³ A partir deste ponto, e ao longo de todo o artigo, será usada apenas a sigla IGT para fazer referência a este instituto.

O outro conceito importante de ser abordado é o de psicoterapia de grupo, em que são utilizadas técnicas psicoterápicas em grupo de pessoas, com a atuação de um ou mais psicólogos, os quais chamamos de Co-terapeutas⁴. Durante este processo, a interação ocorre de pessoa para pessoa, incluindo nessa teia relacional o profissional de psicologia. Já na psicoterapia individual, a relação se dá de forma direta, entre psicoterapeuta e cliente, não havendo, portanto, a presença de outras pessoas nos atendimentos, embora saibamos que outras pessoas do convívio do cliente podem influenciar, mesmo não estando presencialmente nas consultas.

“Na terapia de grupo, entretanto, tanto as interações paciente-paciente quanto as interações paciente-terapeuta são usadas, à medida em que ocorrem no setting do grupo, para efetuar mudanças no comportamento mal adaptado de um dos membros do grupo. Em outras palavras, o próprio grupo, bem como a aplicação de técnicas e intervenções específicas pelo terapeuta treinado, servem como um instrumento para a mudança. Esta característica dá à psicoterapia de grupo seu potencial singular”. (VINOGRADOV, 1992, p.3)

Os grupos são organizados com finalidades distintas, podendo ser abertos ou fechados, considerando que o primeiro permite a entrada de novos membros e o segundo não. Estes podem estar voltados para um tema específico, como por exemplo, grupos de “Pessoas com Síndrome do Pânico”, ou de “Gestantes”, dentre outros. Também ocorrem grupos sem temas específicos, os quais costumam ser organizados de acordo com horários disponíveis, ou dias da semana, como ocorre comumente na CS-IGT - Clínica social do IGT⁵. Durante as sessões de grupos, conforme relatado no desenvolvimento deste artigo, as relações são trabalhadas através das situações que emergem dentro do espaço do grupo terapêutico.

“O grupo é como uma rede, como uma teia de aranha, onde cada elemento funciona como um ponto nodal independente, mas psicodinamicamente interligado, agindo como um subsistema, onde cada um afeta o outro e é afetado pelo conjunto, criando uma matriz operacional”. (RIBEIRO, 1994, p.35)

A atuação do psicólogo na terapia de grupo é justamente atentar ao que acontece e como acontecem essas experiências durante as consultas entre seus membros. A maneira como cada um vive e lida com o que emerge dessa relação grupal, pode retratar características de cada indivíduo. Quando o psicólogo traz para esse espaço terapêutico essas formas de responder ou lidar de seus clientes, ele favorece aos mesmos que percebam os padrões que costumam repetir em suas vidas.

“No grupo terapêutico, as pessoas podem experienciar o verdadeiro sentido da existência à procura de sua essência. Ali se vêem e se sentem a dor, a angústia, a raiva, o amor, a alegria, o medo, a tristeza, todos os sentimentos humanos à procura de sua inteligibilidade, de sua lógica interna, ao mesmo tempo em que nos deparamos, como viandantes diante da esfinge, impotentes entre o que é do coração e o que é da cabeça. Ali também

⁴ Co-terapeutas é a denominação utilizada para a parceria formada quando dois ou mais psicólogos coordenam juntos um atendimento psicológico.

⁵ Ao longo de todo o artigo utilizarei a sigla CS-IGT para me referir à clínica social do IGT

aprendemos como diante da esfinge, mil lições, resumidas em uma só: O Ser Humano é ser de infinitas possibilidades". (RIBEIRO,1994, p.10)

Por último, contextualizo a noção de psicoterapia individual em grupo, a qual refere-se à atenção dada pelo psicólogo às questões pessoais de cada cliente do grupo terapêutico de modo independente. Ou seja, sem que tal questão seja trabalhada junto com os demais membros do grupo. Como se durante a sessão terapêutica, fosse dado um tempo específico para que cada cliente trouxesse seu tema para ser trabalhado de forma individual, enquanto os demais membros do grupo se limitavam a observar. É como se o olhar do psicólogo estivesse voltado para cada participante individualmente, sem um olhar mais atento para as relações presentes no grupo.

Justificativa

Posso afirmar que ao iniciar minha especialização em psicologia clínica, na abordagem gestáltica, não fazia ideia e não possuía o menor interesse por trabalhar com grupos. Até que, para minha surpresa, a partir do momento em que comecei a atuação e o estudo da teoria que embasava esta modalidade de atendimento pude perceber-me curiosa, altamente motivada e instigada por entender como acontecia esse processo de psicoterapia de grupo.

Nesse início, ao mesmo tempo em que achava tudo muito difícil, aos poucos dei-me conta daquilo que acontecia nas relações do grupo, durante as sessões. Na medida em que estudava e vivia as experiências durante as consultas, sentia-me cada vez mais atraída pela forma como as relações aconteciam. Comecei a identificar, com cada vez mais clareza, que as questões dos clientes não resolvidas, ficavam cristalizadas, abertas, repetindo-se em vários momentos e de formas diferentes, na vida dessas pessoas. Inclusive dentro do grupo, esses aspectos cristalizados, manifestavam-se nas relações vividas ali na psicoterapia.

Durante esta experiência, deparei-me com uma grande tendência que o psicólogo iniciante tem de trabalhar as questões individuais dos membros no grupo, sem estar atento à matriz grupal, ou seja, sem considerar a forma de funcionamento do grupo, sua configuração. Diante disso, posso destacar que o ponto no qual mais encontrei dificuldade, e que me manteve alerta durante todo o processo com esse grupo, foi o cuidado para não realizar terapia individual em grupo.

Destaco que essa dificuldade encontrada durante os atendimentos, relacionava-se ao fato de que cada cliente trazia suas questões de modo individual, dentro do grupo, por acreditarem que o psicólogo teria todas as respostas para cada um, e por isso, vislumbravam obter esse retorno individual. Buscando um olhar só para si, como se pudessem ser vistos de fora do campo do grupo. Essa percepção dos clientes, de certo modo, também fazia sentido para mim, logo no início dos atendimentos, pois eu tinha uma visão muito definida do que era atendimento individual e não tinha ainda clareza sobre o atendimento com grupo. Com o tempo, fui me apoderando e percebendo que o que era trabalhado no grupo, era a forma dos membros de se relacionarem e de como iam construindo seus sintomas dentro daquela realidade que estavam inseridos.

Ao deparar-me com a exigência de produzir um artigo de final de curso, precisei eleger um tema, e recordei-me das dificuldades encontradas por mim durante o processo de desenvolvimento dos atendimentos de grupo. Considerei a oportunidade de estudar sobre a minha experiência e de compartilhar com outras colegas minhas reflexões. Neste caminho verifiquei que existe muito pouco material bibliográfico que trate diretamente sobre a diferença entre terapia de grupo e terapia individual em grupo.

Por isso, trazer aqui essa relação psicólogo/cliente no atendimento de grupo, relatada neste trabalho, trata de buscar apresentar aspectos importantes em relação ao trabalho de terapia de grupo, como forma de compartilhar minha experiência para meio acadêmico.

De acordo com o pensamento de Jorge Ponciano Ribeiro:

“No grupo, cada um de seus membros tem a oportunidade rara de ver o mundo e a si mesmo com os olhos dos outros, de se ouvir com os ouvidos dos outros, de se tocar com as mãos do outro, de se amar com o coração do outro, de se descobrir imensamente limitado e potencialmente divino, sagrado, mulher, homem, de carne e osso”. (RIBEIRO, 1994, p.11)

É importante considerar também, que possuir conhecimento do trabalho com grupos, dentro da abordagem gestáltica, favorece ao atendimento psicoterápico de um público maior de pessoas. Esta forma de atendimento me parece eficaz, tratando-se por exemplo, do serviço público de saúde, onde a demanda por atendimento de pessoas com baixo poder aquisitivo é muito grande em relação ao número de profissionais disponíveis para realizar estes atendimentos.

Quando trago aqui neste trabalho, um olhar atento para o que acontece no campo, para o fenômeno, favoreço também que o psicólogo ou estudante de psicologia, possam dar-se conta do que é o trabalho terapêutico com grupos, dentro da abordagem gestáltica. Esse artigo pode ser importante para ajudar o psicólogo que irá trabalhar com grupos a ter uma atuação mais consciente desse processo, no sentido de estar atento para cuidar da relação entre seus membros e da relação entre o psicólogo e estes participantes.

Objetivo

Diante do que foi citado, meu objetivo é levar o leitor a uma reflexão com foco para um dos maiores desafios que tive nessa prática, que foi olhar para os membros do grupo não apenas individualmente e sim a partir das relações estabelecidas no “*setting*” terapêutico. Para a forma como atuam no grupo, para como o grupo se movimenta, procurando dar maior atenção em como as coisas de fato acontecem e não apenas para o que cada um traz em termos de conteúdo verbal para as consultas.

Perls ilustra com exatidão esse ponto de vista.

“[...] tudo que o paciente faz, óbvio ou oculto, é uma expressão de si mesmo. Sua inclinação para frente, e seu rechaço, seus protestos abortivos,

sua inquietação, seus enunciados sutis, suas hesitações entre duas palavras por fração de segundos, sua caligrafia, seu uso de metáfora e linguagem". (PERLS, 1973, p.88)

Metodologia

Como norte para realização deste trabalho, utilizei-me da abordagem gestáltica, com a realização de um breve levantamento bibliográfico nos indexadores: Scielo, BVSPS e Pepsic, utilizando as palavras-chave grupo terapêutico, gestalt-terapia, condução de terapia de grupo, campo e fenômeno.

Também fiz leituras dos trabalhos de conclusão de curso da linha de pesquisa de atendimento de grupo já apresentados, do curso de especialização, bem como a releitura dos textos trabalhados durante a minha especialização neste mesmo Instituto. Por fim, fiz uso inclusive dos meus relatórios de atendimento de grupo, com observações apontadas das supervisões realizadas durante este período de atendimento, que serviram de registro de um olhar referente àquele momento em que estava realizando os atendimentos.

Este artigo está dividido em três seções. Na primeira seção relatei minha experiência de atendimento de um grupo terapêutico, pontuando questões centrais relacionadas ao risco do psicólogo manter um olhar apenas individual em relação aos clientes que estão sendo atendidos na modalidade de psicoterapia de grupo. Na segunda seção trouxe à discussão terapia de grupo: uma linha tênue para terapia individual no grupo. Para concluir teci minhas considerações finais sobre a importância de estar atenta ao movimento, ao fenômeno do grupo, à forma como este mesmo grupo estabelecia os contatos, incluindo aí a postura dos psicólogos.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relato aqui pontos que considero relevantes sobre o que vivi no atendimento de grupo, no qual atuei em parceria com a psicóloga Edna de O. Santos, através de atendimento realizado na CS-IGT – entre 2014 e 2015. Esta clínica encontra-se localizada no Bairro da Tijuca, Zona Norte do Rio de Janeiro. A Clínica Social do IGT, recebe pessoas de várias regiões da Cidade, que não possuem condições financeiras para custear sessões de psicoterapia em consultório particular. Para serem atendidas, as pessoas pagam um valor que seja viável para seu orçamento familiar, optando inclusive por realizar pagamentos por sessão ou mensalmente. A Clínica realiza os atendimentos de grupos, tendo como quantidade máxima de participantes em cada grupo de 6 pessoas. Estes clientes são atendidos por psicólogos formados, alunos do curso de especialização em psicologia clínica, na abordagem gestáltica.

Durante esse período de atendimento de aproximadamente um ano e dois meses, fui conseguindo ter clareza do que significava esse tipo de trabalho com grupos, dos meus atravessamentos, enquanto profissional inexperiente nesta área, dando-me conta de como a teoria aprendida neste curso, se aplicava ali na prática. De como cada membro do grupo investia energia, diante das várias situações que iam sendo colocadas no **campo**, de como relacionavam e lidavam com as experiências do **aqui e agora**. A expressão aqui e agora é muito utilizada por nós, psicólogos Gestalt

terapeutas, referindo-se ao fenômeno que acontece no espaço **aqui** e no tempo **agora**. Está relacionado a concentrar-se na experiência que se vive no momento. Assim como Perls afirma.

“A terapia gestáltica é, então, uma terapia “aqui e agora”, em que pedimos ao paciente durante a sessão para voltar toda a sua atenção ao que está fazendo no momento, no decorrer da sessão.
[...] Pedimos ao paciente para não falar sobre seus traumas e problemas da área remota do passado e da memória, mas para reexperienciar seus traumas – que são situações inacabadas no presente – no aqui e agora”.
(PERLS, 1973, p.76)

Pude verificar também, que o psicólogo afeta e é afetado enquanto está na relação com o cliente, já que suas histórias se cruzam e tocam a cada um, de modos diferentes. Ele está presente no grupo como mais um membro, que também tem um papel de mediador. Diante disso, precisei me enxergar no grupo e de fora do grupo, algumas vezes ao lado de algum membro específico ou ao lado do grupo, como forma de exercitar a consciência do meu lugar, do meu papel como psicóloga dentro dele.

O grupo que começamos a atender, funcionava sempre no mesmo dia da semana, com uma hora e meia de duração, cada atendimento e, iniciou com apenas dois membros. Durante o período de um ano, este grupo ficou aberto para o recebimento de novos membros, com limite máximo de seis participantes. Embora pudéssemos ter pessoas ingressando a qualquer momento no grupo, este era um dos temas tratados com os membros, sempre antes da entrada de outra pessoa.

Nosso grupo funcionou com apenas duas pessoas, tendo permanecido nesta configuração por aproximadamente dois meses. Por conta de ainda não estarmos com o grupo completo, via-nos muito preocupadas com o preenchimento de uma hora e trinta minutos de atividades com apenas estas duas pessoas.

No primeiro encontro, fizemos uma programação de realizarmos a apresentação dos membros do grupo e uma dinâmica para trabalharmos o contrato do mesmo. Neste momento, foram trazidos pontos importantes para que todos pudessem ter clareza e se responsabilizar pelas escolhas daquele momento em diante. No contrato, foram tratadas questões relacionadas aos honorários, sigilo, horário de funcionamento, entrada e saída de membros e assiduidade dos mesmos. Silveira, cita a importância do contrato no processo Psicoterapêutico, como segue:

“Considero aquilo que chamamos de contrato terapêutico como muito importante para o desenrolar do processo. O maior índice de desistência na psicoterapia é devido a mal-entendidos no contrato. Penso, então, no papel do terapeuta, no sentido de passar as informações de forma clara 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. Se por um lado quem estabelece as regras do contrato é o terapeuta, cabe ao cliente manifestar a sua opinião. Essa é mais uma oportunidade de verificar como o cliente se relaciona com as propostas do terapeuta”.
(SILVEIRA, 1997, p.13).

Já neste momento, podíamos trabalhar a forma como os clientes lidavam com as

regras colocadas no contrato e o mais interessante é que embora estivéssemos atentas a isso, no exato momento em que trouxe esse relato, pude perceber que eu não tinha total clareza do quanto era importante observar a forma como o grupo se comprometia com as regras do contrato. Provavelmente eu, naquela época, não houvesse me apoderado da proposta, no sentido de ser uma experiência nova, o trabalho com grupo e com a própria abordagem. Talvez não estivesse ainda conseguindo articular a teoria aprendida com esta vivência prática.

Ao reler nosso primeiro relatório⁶, pude verificar que ao expor o que vivemos no primeiro dia, fomos relatando nossas primeiras impressões acerca dos componentes do grupo individualmente, suas histórias pessoais. Pouco falamos sobre as relações estabelecidas entre os membros do grupo. Ao reler esses escritos, notei que na verdade não tínhamos clareza da necessidade de devolver para o grupo o que era vivido e favorecer a interação entre os membros. Tendíamos a focar a relação apenas psicólogo/cliente e muito pouco as relações entre os membros de uma maneira mais ampla. Como se fosse um olhar para cada um de cada vez. Nos relatórios haviam algumas pontuações sobre o que era percebido de cada cliente, porém isso não era valorizado ou compartilhado com os membros do grupo. Muitas vezes apenas nas supervisões isso era lembrado e relatado oralmente por nós.

Uma das coisas mais marcantes para mim, foi perceber a importância de um olhar mais atento à situação externalizada pelo cliente. Situação esta a qual chamamos de fenômeno, que manifestava-se através de um tom de voz, ou uma expressão facial, uma resposta verbal ou não verbal, como reação ao que acontecia naquele exato momento, na sessão. Essas externalizações por parte do cliente, muitas vezes eram pouco valorizadas por mim. As percebia de forma muito superficial, ou aparentemente sem importância, a ponto de eu, como psicoterapeuta, ter dificuldades, em alguns momentos de fazer conexão com algum significado para aquele momento no grupo, de checar com eles como aquela situação os tocava. Talvez por achar irrelevante ou até mesmo por não ter percebido, em função desta superficialidade. Esta questão me remete ao pensamento de Frederick Perls (1973, p.88) *“Enquanto tomamos algo como garantido e o rejeitamos como óbvio, não temos a menor inclinação para promover uma mudança, nem temos instrumentos com que fazê-la”*.

As intervenções nesse início, pareciam tentativas de se trabalhar o fenômeno, pois notei que possuía um olhar para o que emergia no grupo, porém como iniciante, conseguia apenas pontuar falas de alguns membros do grupo e não para o grupo como um todo. Estas falas pareciam óbvias, porém não focava nisso, no sentido de fazê-los ampliar a percepção e irem se apoderando do que viviam nas relações que estavam estabelecendo. Sendo assim, o que era percebido como pouco importante para mim, acabava não sendo trabalhado de forma mais ampla. Posso dar um breve exemplo aqui a partir da leitura de um relatório: *“Paciente passou fragilidade”* (relato).

⁶ Os relatórios de grupo eram realizados pelos psicólogos, a cada semana de atendimento, onde eram apontadas as nossas percepções acerca de ação planejada para o dia de atendimento, elementos observados na dinâmica de grupo e de cada membro individualmente, mobilização interna dos psicólogos, intervenções realizadas e avaliação do encontro.

Nesta afirmação, poderia ter trabalhado no grupo sobre esta minha percepção, fazendo a seguinte colocação: Estou te vendo com uma expressão diferente, tom de voz trêmulo nesse momento, ao falarmos desse assunto. Como se sente agora? Como é sentir-se assim? Voltar-me para o grupo e trabalhar: Vocês percebem o que eu destaquei? Como é vê-lo assim? Como vocês se sentem? O que isso diz de vocês, entre outras possibilidades de intervenção.

É importante o psicólogo trazer para o campo o que é percebido dessa relação, que muitas vezes aparece como sem importância, para ir trabalhando no grupo o processo de dar-se conta, do que se vive ali, naquele momento. O olhar para si mesmo, olhar para o outro, se ver no olhar do outro e permitir que o outro se veja através do seu olhar. Esses fenômenos vão ocorrendo, nesse campo que é o “*setting*” terapêutico, em que as relações cruzam-se e afetam-se, podendo a partir disso, ir se transformando.

Era muito presente nesse início também, ainda no segundo mês de atendimento, estarmos atentas ao conteúdo verbal que cada membro do grupo trazia de forma individual, ou seja, direcionarmos nosso olhar para o que diziam, sem atentarmos para o como esses conteúdos eram trazidos, o como afetavam e eram afetados pelo grupo. Acredito ser esse um dos aspectos que nos levava a realizar o atendimento individual em grupo. Parece-me que esta forma de olhar o grupo, com a percepção para cada cliente de forma separada, seguindo um modelo de psicoterapia individual, levava-nos a focarmos nessas questões pessoais e a não fazermos correlação com sua forma de lidar no campo, com os demais membros. Outro grande problema de estarmos voltados somente para o conteúdo verbal, é que em nossas intervenções faziam-se presentes de forma marcante perguntas com “por quê?” Esse tipo de pergunta acaba sendo superficial e não leva o paciente à reflexão. Para Frederick Perls (1973, p.89): *“As perguntas com “por quê”? só produzem respostas no passado, defesas, racionalizações, desculpas e a ilusão de que um evento pode ser explicado por uma causa única”*.

Na medida em que os membros traziam temas de sua vida fora do grupo e ficávamos voltadas para esses relatos orais, sem observar o que era experimentado no grupo a partir de ouvir cada tema, o foco de trabalho ficava em discutir ações e dificuldades do cliente em sua vida fora da relação no grupo. Isso dava margem a intervenções mais racionais e menos relacionais.

Diante disso, ressalto que ouvir o que o cliente diz, vai para além do conteúdo em si de seu discurso, mas nos leva a compreender o que está presente nele, bem como a forma como conta, olhando para o tom de voz, expressão facial e corporal. Observar se existem incoerências em relação ao que é dito e ao que é manifesto no aqui e agora, também são exemplos de como não focar somente no material do que é trazido apenas verbalmente. Se dermos atenção simplesmente ao que é dito, deixamos de olhar para o como é dito, ao quanto é dito, para quem é dito, ao como o cliente se sente naquele momento em que está diante de nós, trazendo seu tema. Quando trazemos esse fenômeno, no sentido de tornar claro para os membros do grupo, acerca do que se vive, do quanto isso reverbera para cada um, do quanto isso dá cor e sentido para o grupo em si, estamos fazendo terapia de grupo.

Retomando a linha do tempo do grupo apresentado, após três meses, recebemos

mais três membros, completando assim, um grupo com cinco componentes. Posso salientar, que este momento foi bastante instigante e mobilizador, pelo menos da minha parte, por causa do movimento que estes novos integrantes proporcionaram para o grupo, em função de suas diferenças, visões de mundo e histórias de vida, que ali se cruzavam e destacavam-se, tornando figura a diferença em cada um dos membros.

Foi um momento de impasses, questionamentos, de atritos e me percebi nesse grupo, buscando cuidar das relações, porém no sentido de apaziguar, de dar explicações sobre o processo terapêutico. Essa minha postura, acredito que os tenha levado a refletirem sobre o impacto da chegada dessas novas pessoas, de como estava sendo difícil lidar com o novo, com pessoas diferentes num grupo que já estava formado com uma configuração diferente, em que havia grande sintonia entre as pessoas que lá já estavam. Desta forma, pude facilitar a ampliação de seus olhares para o que viviam no aqui e agora. Este acontecimento valida a importância de se colocar no campo aquilo que é percebido para trabalhar com os membros. Acredito que este momento tenha sido crucial, para que eu pudesse atuar de forma mais efetiva, de acordo com a proposta da abordagem. Contudo, hoje percebo que estava muito presente na minha postura evitar o conflito, no sentido de que eu não queria que eles ficassem com o incômodo, aspecto esse, o do incômodo, importante para o processo de dar-se conta. Nesse ponto, acho que eu poderia estar mais consciente do que eu vivia internamente, para aproveitar melhor o que estava presente nas relações. Inclusive, durante a revisão dos meus relatórios, foi possível verificar as dificuldades vividas por mim, em supervisão, para externar sobre minha mobilização pessoal durante os atendimentos. O que ressalta a importância do psicoterapeuta estar atento em relação a si, para também estar inteiro na sessão, utilizando-se de modo oportuno, também como instrumento para o trabalho.

Algumas questões foram trazidas pelos clientes do grupo, sobre não se perceberem sendo tratados diretamente em relação às suas demandas específicas. E neste momento, também foi necessário explicar que não necessariamente de uma forma direta, mas estavam sendo trabalhados sim, a partir do momento em que suas formas de atuação no mundo se refletiam nas relações vivenciadas ali e que provavelmente estariam relacionadas com suas queixas. A citação abaixo de Vinogradov e Yalom, ilustra perfeitamente essa ideia.

“Nos ‘*settings*’ de grupo, os pacientes têm à sua disposição um leque imenso de relacionamentos; devem interagir uns com os outros, com os líderes dos grupos, com pessoas de diferentes bagagens de vida, com membros do mesmo sexo e com membros do sexo oposto. Os membros devem aprender a lidar com suas simpatias, antipatias, similaridades, diferenças, inveja, timidez, agressão, medo, atração, competitividade. Tudo isto ocorre sob o escrutínio do grupo onde, com uma cuidadosa liderança terapêutica, os membros dão e recebem feedbacks acerca do significado e efeito de suas várias interações uns com os outros. Desta forma, o próprio ‘*setting*’ de grupo torna-se um instrumento terapêutico bastante específico”. (VINOGRADOV; YALOM, 1992, p.13-14)

O término do grupo ocorreu algumas semanas antes de concluirmos o curso de especialização no IGT. Este grupo foi encerrado com três membros, pois tivemos a saída de três pessoas do grupo no decorrer do processo, por questões pessoais. Destas três pessoas, duas deram continuidade no processo psicoterápico, com outras novas psicólogas, também alunas do curso de especialização. O terceiro

membro do grupo, decidiu não continuar por indisponibilidade de horário.

TERAPIA DE GRUPO: UMA LINHA TÊNUE PARA TERAPIA INDIVIDUAL NO GRUPO

Durante a minha primeira experiência com atendimento de grupo, mais precisamente nos primeiros atendimentos, via-me querendo entender o processo de cada membro individualmente. Por isso, ficava muito atenta em cada história de cada membro e conseqüentemente com dificuldades em perceber o movimento do grupo em si. Por várias vezes questioneei-me: Como poderei ajudar as pessoas que aqui estão, se eu preciso dar atenção a todos ao mesmo tempo?

Aos poucos fui percebendo que as relações que aconteciam durante o processo terapêutico não eram apenas intrapessoais, mas também interpessoais. Cada membro vivenciava a experiência a seu modo, de acordo com a sua matriz, lidando com as questões que iam surgindo do outro, dentro do espaço terapêutico. Cada gesto, cada olhar, a cada silenciar-se, reverberava de um modo diferente em cada um, dando movimento, trazendo novas configurações para o grupo, ou seja, tornando figura o que no momento anterior mostrava-se como fundo e vice-versa.

Acredito que um grande perigo para o psicólogo iniciante é estar focado apenas ao que cada membro traz. Em preocupar-se a dar as respostas para o problema de cada cliente do grupo, colocando-se no lugar de detentor do saber. Ou ainda buscar trabalhar o tema trazido pelo cliente como se os demais participantes não estivessem presentes. Esquecer da importância do como e quando cada tema é trazido por cada um e do quanto estes podem refletir nos demais. É muito comum a ideia de que a dor é privativa e que pode ser ouvida fora de um contexto mais amplo. Para buscar sair deste caminho limitador é interessante que o coordenador busque manter a curiosidade e o olhar mais aberto para o contexto em que cada tema surge durante as consultas de terapia de grupo. Uma possibilidade é devolver os temas trazidos para este mesmo grupo, a fim de que tomem consciência de como tal questão é sentida nesse coletivo e de como reagem diante dessas situações, para que assim possam ir se apropriando de si mesmos. Desta forma, o psicoterapeuta sai de uma posição superior, favorecendo a relação dialógica⁷, que deve estar presente no trabalho do Gestalt-terapeuta. Neste contexto o psicólogo sai do lugar de que somente ele pode contribuir para o desenvolvimento de seu cliente e amplia as possibilidades de troca dentro do grupo. Para 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”*.

Além disso, eu e minha Co-terapeuta, cada uma com suas histórias e percepções, tocamos e fomos sendo tocadas ao longo dos atendimentos. Na medida em que os temas eram trazidos, de acordo com a forma com que cada um reagia a uma fala, ou um gesto e até mesmo ao silêncio íamos nos atualizando, ampliando nossa percepção sobre nós mesmas e sobre os membros do grupo. Assim, nessa teia relacional, as formas de nos colocarmos ou de reagirmos, iam influenciando as relações, dando aos poucos uma forma, uma cor para a maneira de funcionar do grupo. Nós também fazíamos parte do grupo.

O psicólogo precisa estar muito presente, no aqui e agora, dando-se conta além do

que acontece no grupo, mas também de si mesmo, das suas emoções, sentimentos, pensamentos, diante do que é vivido no processo. Estar atento ao processo de “*awareness*”⁸, para que possa aproveitar de modo mais produtivo os fenômenos que ocorrem no “*setting*”. Quando me refiro ao bom aproveitamento dos fenômenos, quero trazer a importância de se estar consciente do que ocorre no aqui e agora, ao que é dito, como é dito. Olhar para expressões e gestos de cada membro do grupo e ao mesmo tempo, como psicoterapeuta, perceber o que é vivido internamente diante desses fenômenos.

A partir do momento em que passei a olhar para a forma como cada membro posicionava-se diante das várias situações vividas, e como suas respostas reverberavam no grupo, pude aos poucos ir me apoderando de como fazer terapia de grupo. Assim, fui conseguindo obter melhor aproveitamento das intervenções e facilitando o processo de dar-se conta dos clientes para além do enfoque individual de cada um. Fiquei mais voltada para o processo no grupo e não para o olhar em partes.

Embora pareça fácil, quando se diz da necessidade de estar atento ao que se vive internamente durante os atendimentos, na verdade não é. Muitos fatores atravessavam meus pensamentos durante as consultas. Nesses momentos em que vivia um certo distanciamento momentâneo, ao perceber-me distante, retomava meu olhar atento ao grupo, conseguindo observar o que estava acontecendo no campo e assim, captava aspectos importantes do que era trazido pelo grupo. Tornava-me capaz de dar as devolutivas por meio do que era percebido, através de intervenções clarificadoras de processo. Isso tendia a me aproximar mais ainda do campo.

Quando me refiro à linha tênue considerando as duas modalidades terapêuticas, individual e grupal, trago justamente um lugar que permeia com grande facilidade o trabalho entre uma e outra forma de atuação do psicólogo, a terapia individual, porém estando dentro de um propósito de terapia de grupo. Essa facilidade de penetração da terapia individual no trabalho com grupos, constituiu-se para mim num grande desafio, conforme trouxe neste artigo. Esse era um exercício constante em minha prática, pois em alguns momentos, mesmo estando atenta a importância de uma postura e olhar de campo, me via tentada a assumir um olhar mais individual.

A partir do momento em que me conscientizei e foquei no movimento de olhar para o campo como sendo o lugar onde os fenômenos ocorrem, de onde se extrai o que emerge dessa relação e se devolve para o grupo, pude favorecer o processo de “*awareness*” tanto para o cliente em relação a seus processos pessoais, quanto em relação ao meu trabalho e a minha habilidade de fazer contato com o outro. Posso dizer que para mim, esta é a oportunidade genuína de atuação do Gestalt-terapeuta no grupo, no sentido de que a partir desse momento do encontro entre o fenômeno e o dar-se conta, tendo o psicoterapeuta como um facilitador desse processo surge uma oportunidade para que as mudanças possam começar a acontecer.

⁷ Dentro da abordagem dialógica, o terapeuta é visto como “*Steward*” do diálogo, ficando a personalidade do terapeuta à serviço do diálogo com o cliente. O terapeuta nessa relação, tenta compreender a pessoa como um todo, em suas dimensões intrapsíquica, interpessoal ou transpessoal. ⁸“*Awareness* é uma forma de experienciar; é o processo de estar em contato vigilante com o evento mais importante do campo indivíduo/ambiente, com total apoio sensorio motor, emocional, cognitivo e energético”. (YONTEF, 1998, p.215)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao revisar os relatórios, associado às leituras que realizei, pude tornar-me mais apoderada da minha atuação enquanto psicóloga, no trabalho com grupos psicoterápicos. Além disso, consegui ver-me em momentos diferentes, adquirindo agora melhor percepção do quanto me desenvolvi. E ao dar ênfase sobre a importância da minha ampliação de consciência sobre uma linha tênue, da terapia de grupo, para terapia individual no grupo, pude constatar quão rico e intenso é o caminho que tenho para percorrer. Caminho esse que não tem um ponto de chegada.

A realização deste artigo, foi para mim, um grande facilitador do meu processo de “*awareness*” dessa atuação, pois a cada releitura de textos, a cada revisão dos nossos relatórios de atendimento, a sensação de “Ah!” se fazia presente dentro mim, fechando questões que ainda se mostravam latentes e abertas. Embora eu tenha encontrado dificuldades no decorrer da execução deste artigo, pude amadurecer e ratificar o conhecimento e a experiência adquiridos.

Hoje, percebo minha atuação em grupo, mais madura em relação a esta primeira experiência, durante a minha especialização. Venho constatando que estou mais atenta aos fenômenos que ocorrem, procurando fazer vários movimentos de olhar de fora do grupo e buscar formas de manejo que toquem as pessoas de modo a darem-se conta do que estão vivendo no aqui e agora. Ainda assim, noto certa dificuldade de minha parte quando o cliente sente necessidade de trazer questões suas, muito específicas para grupo, necessitando de atenção em seu dilema. Nesses momentos, busco me conscientizar do que estou vivendo internamente, procuro observar como as pessoas do grupo estão lidando com as questões que estão sendo expostas pelo cliente. A partir disso, realizo intervenções que podem ser direcionadas ao grupo ou ao próprio cliente, dependendo do que estiver presente como figura no momento.

Outro ponto que considero oportuno destacar ao final deste artigo, é o fato da importância do psicólogo estar em psicoterapia, pois acredito que este é o ponto central para um trabalho satisfatório. Assim, ele terá um melhor apoderamento de seus conteúdos internos durante sua atuação psicoterapêutica, buscando maior consciência de sua ação no grupo, estando sobretudo, mais disponível para utilizar-se como ferramenta nesse trabalho. Possuindo consciência de que o que acontece no campo lhe toca, de como lhe toca, adquirindo maior apropriação na hora de devolver para o grupo, aquilo que é vivido entre os membros. Estar em vigilância constante, inclusive para que se dê conta de que em algum momento poderia não estar presente no grupo.

Diante do que foi dito no início do artigo, sobre a minha descoberta do trabalho com grupos, do quanto me senti instigada, hoje ao concluir este trabalho, vejo-me ainda mais motivada a dar continuidade. Tendo como aspecto relevante, a importância do trabalho com grupos dentro do cenário de atendimento das redes públicas, em que a demanda de pessoas necessitando dos serviços de profissionais de saúde mental é muito grande, em relação ao número de profissionais disponíveis para prestação de atendimentos psicológicos. Além do contexto do serviço público percebo a

importância e riqueza desta modalidade de atendimento como forma de atender de maneira consistente um número maior de pessoas, através de uma ferramenta poderosa de intervenção. Deste modo, se faz presente e extremamente válido ter adquirido essa experiência de realizar psicoterapia em grupo, pois me preparou para atender esta demanda social, através de uma ferramenta consistente de trabalho psicológico.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

HYCNER, Richard. **Relação e Cura em Gestalt Terapia** – São Paulo: Summus, 1997.

PERLS, F.S. **A Abordagem Gestáltica e Testemunha Ocular da Terapia**. – 2.ed. Rio de Janeiro: LTC, 1973.

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

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.

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

THERESE, A. Tellegen. **Gestalt e Grupos Uma Perspectiva Sistêmica**. São Paulo Summus, 1984.

VINOADOV, S; YALOM, I. D. **Psicoterapia de grupo: um manual prático**. Sophia Vinogradov, Irvin D. Yalom. Trad.de Dayse Batista. Porto Alegre: Artes Médicas, 1992.

YONTEF, Gary M. - **Processo, Diálogo e Awareness** - Tradução Eli Stern. São Paulo: Summus, 1998.

NOTAS

Roberta Sant'Anna dos Prazeres Freixo da Silva: Graduada pelo Centro Universitário Celso Lisboa-1999; Especialização em Recursos Humanos e Especialização em Psicologia Clínica pelo IGT-RJ. (Instituto de Gestalt-Terapia – Indivíduo, Grupo e Família) -2016.

Endereço para correspondência

Roberta Sant'Anna dos Prazeres Freixo da Silva
E-mail: psirobertasp@gmail.com

Recebido em: 20/09/2016

Aprovado em: 27/12/2106