ARTIGO

A importância do período inicial no atendimento psicológico grupo: reflexões de uma experiência

The importance of the initial period in psychological care group: reflections of an experience

Marcelle Leonardo Braga

Revista IGT na Rede, v. 18, nº 35, 2021, p. 148–176. DOI **10.5281/zenodo.15149149**
Disponível em http://www.igt.psc.br/ojs ISSN: 1807-2526

RESUMO

Este artigo tem como propósito a reflexão sobre o momento inicial no processo de construção de um atendimento psicológico de grupo. Traz a experiência de um atendimento que ocorreu durante o curso de especialização em psicologia clínica promovido pela UniRedentor, realizado no polo IGT - Instituto de Gestalt-Terapia e Atendimento Familiar. Foi realizada consulta bibliográfica com o embasamento teórico da Gestalt-Terapia, tendo como tema norteador o atendimento de grupo. Utilizou-se leitura de relatórios desta experiência específica de atendimento, bibliografia sugerida e utilizada pelo curso de especialização, leitura das monografias da linha de pesquisa do IGT sobre atendimento de grupo, e por fim, levantamento no *Scielo* e Revista Eletrônica IGT na Rede, usando as palavras-chaves: Psicoterapia de grupo; Gestalt-Terapia; Psicoterapeuta de grupo; Atendimento psicológico de grupo. Foram abordados temas considerados relevantes para organização e início de um atendimento psicológico de grupo. Sendo o momento inicial do atendimento, um período essencial e de grande relevância para que o grupo de fato aconteça e se constitua de forma bem-sucedida, ou seja, com maior adesão, confiança, clareza e escolha dos clientes em dar continuidade a psicoterapia de grupo.

Palavras-Chave: Psicoterapia de grupo; Gestalt-Terapia; Psicoterapeuta de grupo; Atendimento psicológico de grupo.

ABSTRACT

This article aims to reflect on the importance of the initial moment in the process of building a group psychological care. It brings the experience of a group psychological care that occurred during the course of specialization in clinical psychology promoted by UniRedentor, held at the IGT - Gestalt-Therapy and Family Care Institute. A bibliographical consultation was carried out with the theoretical basis of Gestalt-Therapy, having as a guiding theme the group care. It was used reading of reports of this specific experience of service, bibliography suggested and used by the course of specialization, reading of the monographs of the line of research of the IGT on group attendance, and finally, survey in the Scielo and Electronic Magazine IGT in the Network, using Keywords: Group psychotherapy; Gestalt-Therapy; Group Psychotherapist; Psychological group counseling. Topics considered relevant to the organization and initiation of group psychological care were addressed. Being the initial moment of care, an essential and very important period for the group to actually happen and build up successfully with the highest adherence, confidence, clarity and choice of clients to continue group psychotherapy.

Keywords: Group psychotherapy; Gestalt-Therapy; group psychotherapist; Group Psychological Care

Introdução

O presente trabalho parte de uma experiência de atendimento psicológico de grupo dentro do contexto da clínica social, vinculada a um curso de especialização em psicologia clínica - Gestalt-Terapia da UniRedentor realizado no polo IGT- Instituto de Gestalt-terapia e Atendimento Familiar, situado no município do Rio de Janeiro, no Brasil.

O IGT atua na formação de psicólogos e não possui parceria com o SUS (Sistema único de Saúde). Os alunos que fazem parte do curso de especialização em Gestalt-terapia atendem na clínica social, cujo objetivo é fomentar experiência de atendimento clínico e prestar atendimento psicológico de qualidade. (IGT – Instituto de Gestalt-terapia e Atendimento Familiar). O que também representa uma possibilidade para aqueles que não conseguem o atendimento no SUS e não podem arcar com o valor de mercado das sessões de psicoterapia.

O atendimento na clínica social me traz a necessidade de contextualizar um pouco sobre a realidade do Sistema único de Saúde (SUS). Portanto, antes de me aprofundar sobre o tema principal que é a organização e início do atendimento psicológico de grupo, preciso salientar que a demanda aos serviços de saúde é alta.

Em relação ao serviço da atenção básica, vale lembrar que apesar da expansão da estratégia de saúde da família e do aumento da cobertura de serviços na atenção básica, a demanda ainda é grande e não há cobertura suficiente para toda a população que recorre aos serviços. A atenção básica é a “porta de entrada” dos usuários do SUS. Kuschnir (2014, p.78) cita que a atenção básica é o primeiro nível de atenção, garantindo acolhimento, promoção, prevenção, tratamento, acompanhamento e ordenamento do sistema.

Os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF) foram criados pelo Ministério da Saúde, em 2008, com o objetivo de apoiar a consolidação da Atenção Primária no Brasil, ampliando as ofertas de saúde na rede de serviços, assim como a resolutividade, a abrangência e o alvo das ações. (BRASIL, Ministério da Saúde)

Quando o usuário não consegue o acesso na atenção básica, acaba buscando outras alternativas no sistema, como por exemplo serviços de pronto atendimento, ou emergências dos hospitais. O acesso ao psicólogo para acompanhamento psicológico não ocorre nesses outros serviços, apenas na atenção básica. Portanto, o usuário que precisa ser atendido e não consegue acesso imediato a um serviço psicológico, pode acabar optando pelas clínicas sociais.

Ao pesquisar no *e-Gestor*, uma ferramenta de informação do Ministério da Saúde, alguns dados mais recentes foram observados sobre a cobertura da atenção básica no estado do Rio de Janeiro. Em julho de 2019, segundo as informações fornecidas, a população total do estado é de 17.159.960, a estimativa da população coberta pelas equipes da Estratégia Saúde da Família é de 8.977.811 ou seja: 52,31% de cobertura populacional. Já no município do Rio de Janeiro, onde o IGT está situado, a população em julho de 2019 é de 6.688.927 e 3.225.060 é a estimativa da

população coberta pelas equipes da Estratégia Saúde da Família. Ou seja 48,21% da cobertura populacional. (BRASIL, Ministério da Saúde)

Esse panorama me traz a reflexão sobre a importância do atendimento psicológico de grupo, também como uma modalidade interessante para que se possa acolher a demanda de atendimento a quem procura um profissional de psicologia. Sendo possível expandir o atendimento psicológico à população que necessita, já que mesmo nas clínicas sociais há grande demanda, e nem sempre se consegue atender de forma rápida quem procura o serviço, em função de filas de espera.

Gostaria de deixar claro, que esse é um dos benefícios do grupo, absorver mais pessoas e gerar maior acesso e expansão da psicologia para quem precisa, porém não é o único objetivo. O atendimento psicológico de grupo é uma modalidade potente de atendimento, ampliou meu olhar e me trouxe novas possibilidades, que vão além do atendimento individual. Foi uma grata surpresa como psicóloga.

No presente trabalho abordarei minha vivência de atendimento psicológico de grupo no contexto da clínica social do IGT. Essa modalidade embasada pela abordagem da Gestalt-terapia foi algo novo para mim. Na minha graduação em psicologia não foi possível vivenciar a clínica dentro dessa linha teórica. Tive uma breve experiência no estágio externo à faculdade, em uma instituição filantrópica onde os pacientes eram usuários do SUS.

Na experiência de estágio citada acima, lidei com grupos temáticos, que tem uma característica mais específica. Estes, são grupos compostos por pessoas que vivem um contexto similar, onde o psicólogo tem como critério para composição do grupo um tema central. Por exemplo: grupo de mães, grupo de pacientes amputados, em reabilitação física, depressão, usuários de drogas, entre outros.

Já formada, atuei em saúde pública, com apoio institucional mediando grupos de trabalho com profissionais de saúde dentro de unidades hospitalares. O foco estava na gestão e na qualidade dos serviços prestados à população usuária do SUS. Portanto, lidar com os grupos não era uma grande dificuldade para mim, mas ser psicóloga de grupo, utilizando a abordagem da Gestalt-Terapia e suas ferramentas era um terreno novo.

Durante o curso de especialização em psicologia clínica na abordagem da Gestalt-terapia inicialmente fui apresentada a duas modalidades de atendimento Clínico: atendimento individual e de família/casal. Curiosamente o atendimento de grupo não estava inserido no programa do meu curso de especialização. Propus junto à minha turma e aos professores que pensassem sobre a inserção dessa modalidade. A partir disso, inseriram no conteúdo programático o atendimento de grupo e acabou se tornando uma grande surpresa positiva. Sendo o tema que escolhi para me aprofundar no presente trabalho de conclusão de curso.

Comecei os atendimentos no IGT com uma bagagem pessoal e de aprendizados anteriores. Com suporte dos coordenadores que me auxiliavam nas supervisões. Tive a oportunidade de praticar com outros psicólogos da minha turma de especialização essa modalidade de atendimento. Foi possível vivenciar os

atendimentos de grupo a partir da minha própria experiência, já que nossa turma tinha um formato semelhante aos grupos psicoterapêuticos. As turmas são circulares e a cada mudança de módulo recebem alunos novos. Vivemos partidas de alunos que desistiam ao longo do processo ou que estavam se formando. Eu fiz parte da primeira turma dessa modalidade, portanto vivi a entrada de novos integrantes, assim como me despedi daqueles companheiros de jornada.

Ter tido essa oportunidade me trouxe a riqueza de, a partir da minha vivência, experimentar o contexto grupal, criar vínculos e aprender para além da teoria, o que me fez me sentir ainda mais próxima dos meus clientes. Participei de *workshops* e pratiquei a condução de grupos com os outros alunos da turma. Estudamos o tema atendimento de grupo, através do nosso conteúdo programático, leitura de textos e trocas em sala de aula.

Tal experiência foi um grande aprendizado e me fez refletir sobre a importância de um norteador e uma base teórica na condução de grupos psicoterapêuticos, que auxilie e oriente nas decisões ao longo dos atendimentos. Vejo a necessidade de coerência nas ações e na prática clínica para realizar de fato um bom trabalho de atendimento psicológico de grupo, por isso a importância de uma especialização.

Me vi frente a desafios, principalmente no início do atendimento, que considero um momento muito importante, por entender que esse período inicial é a base do processo psicoterapêutico. É nesse momento que adubamos o terreno para que seja possível criar vínculos, criar raízes sólidas e cultivar o jardim. Devido a isso, resolvi compartilhar essa primeira fase nesse trabalho de conclusão de curso.

A partir da minha positiva e bem-sucedida experiência durante o período de especialização, optei por produzir um artigo que possa trazer contribuições práticas sobre o atendimento de grupo. Focando principalmente na organização, caminhos trilhados para efetiva formação do grupo e os momentos iniciais desse encontro.

Dentro desse contexto, trago contribuições sobre o tema, visando legitimar essa modalidade de atendimento e demonstrando que há possibilidades, caminhos e estratégias para que o atendimento de fato aconteça de forma fluida. Com esta perspectiva, resolvi escrever sobre minhas reflexões, a partir da minha experiência e da leitura de materiais que descrevem a prática do atendimento psicológico de grupo.

Por exigência do curso de especialização supracitado, faz-se imprescindível a produção de um artigo acadêmico. As linhas de pesquisa sugeridas pelo curso de especialização, somadas a um interesse pessoal sobre atendimento de grupo, me levaram a pesquisar sobre o tema. Diante de lacunas encontradas optei por produzir um artigo que possa trazer um pouco da minha experiência de atendimento e contribuições práticas sobre a psicoterapia de grupo. Nesse sentido, o presente trabalho serve de subsídio e fonte de estudo para outros profissionais da psicologia que tenham interesse no tema.

O presente trabalho tem como objetivo geral compartilhar a experiência sobre o atendimento de grupo, trazendo reflexões sobre essa modalidade, de modo a auxiliar outros profissionais sobre o tema e disseminar esta prática.

O objetivo específico, por sua vez, é apresentar ao leitor o caminho que segui para a realização do atendimento psicológico de grupo, desde a sua organização até o efetivo início do atendimento, enfatizando a importância desse momento para um processo psicológico de grupo continuado.

Não obstante, este artigo também compartilha a importância da experiência, da contínua aprendizagem e da formação enquanto psicólogo clínico no atendimento de grupo. Sendo o psicólogo o profissional que possui formação e habilitação para conduzir esse tipo de atendimento de forma efetiva e responsável.

Como metodologia de estudo, foi realizada consulta bibliográfica com o embasamento teórico da Gestalt-Terapia, tendo como tema o atendimento de grupo, para tal utilizei as palavras-chaves: Psicoterapia de grupo; Gestalt-Terapia; Psicoterapeuta de grupo; Atendimento psicológico de grupo. Utilizou-se a bibliografia sugerida pelo curso de especialização em Psicologia Clínica - Gestalt-terapia. Além disso, outras fontes de leitura foram as monografias da linha de pesquisa atendimento de grupo do IGT sobre atendimento de grupo, bem como as pesquisas sobre o tema no *Scielo* e Revista Eletrônica IGT na Rede.

Paralelamente a isso, foi fundamental o material reflexivo oriundo dos relatórios dos atendimentos do grupo que foi objeto da experiência e as respectivas supervisões. Tais relatórios foram resumos das 49 (quarenta e nove) sessões de atendimento ao longo do período de 5 de dezembro de 2017 até 4 de dezembro de 2018. Durante esse período 5 (cinco) clientes foram inseridos no grupo e por ser um grupo semiaberto os clientes foram iniciando a psicoterapia em momentos diferentes, os primeiros clientes entraram em dezembro de 2017 e o último cliente em junho de 2018, Todos estes registros foram salvos em um sistema do IGT. Este relatório, contempla a ação planejada pelos psicólogos, os elementos observados na dinâmica do grupo, o tema central da consulta, além da abordagem de todos os momentos marcantes da sessão. Em cada um desses momentos, são relatados os elementos observados no cliente quando cada tema foi trazido, a mobilização interna do psicólogo e as intervenções realizadas ao longo da consulta. Toda semana antes das aulas expositivas do curso ocorria a supervisão dos atendimentos com base nestes relatórios.

As inquietações e vivências que tive no atendimento de grupo me levaram a abordar nesse trabalho de conclusão questões práticas. O presente artigo está dividido em três seções. Na primeira seção que nomeio de período de organização, abordarei o caminho percorrido antes de começar os atendimentos em si. Escolhas sobre o funcionamento, planejamento e tudo aquilo que envolve a organização necessária para que o grupo aconteça, proporcionando ao leitor reflexão sobre possíveis caminhos para montar um grupo. Nessa seção elenquei fatores que percebo como importantes e essenciais. Abordo os seguintes subtemas: o público atendido, regras de entrada e de saída dos integrantes do grupo, contrato terapêutico e coterapia.

Na segunda seção abordo sobre o período inicial do atendimento de grupo, que é a fase onde os atendimentos começam a acontecer, onde o grupo já existe e está iniciando sua jornada. Escolhi abordar sobre a prática, trazendo elementos que auxiliem o leitor a pensar sobre a importância desse período e fatores essenciais no que se refere ao atendimento de grupo, relação terapêutica e possibilidades de condução. Nessa seção são trazidos os seguintes subtemas: O primeiro contato, o grupo reunido, experimentos e a presença do psicoterapeuta**.**

Concluo o trabalho na terceira seção, com as considerações finais trazendo um panorama geral sobre os desafios e as delícias que vivenciei ao longo da minha experiência com o atendimento de grupo.

Período de organização

O período de organização diz respeito a todo o processo anterior a formação do grupo em si. O momento onde cria-se diretrizes para a constituição do grupo. O psicólogo necessita se preparar de fato para receber de forma responsável aquelas pessoas que procuram por psicoterapia. Para isso é preciso ter o mínimo de planejamento, tendo consciência do caminho a ser seguido e para isso algumas questões precisam ser pensadas.

> Para que uma semente possa germinar precisam existir as condições básicas. É necessário o encontro da semente com o meio propício, normalmente com a terra, a umidade, etc. Quando a semente está em meio adequado, o primeiro movimento que observamos é o lançamento de raízes, a construção das bases. (PINHEIRO DA SILVA, 2015, p.66)

O público atendido

Na hora de montar o grupo primeiro precisa-se pensar qual o público se quer atingir: Qual tipo de grupo pretendo atender? Começar por este questionamento leva a uma direção interessante, pois vai definir com que público se gostaria de trabalhar. É importante identificar se há o interesse por parte do psicoterapeuta em definir perfis mais específicos para o atendimento, como a faixa etária (adultos, adolescentes, criança, idosos), escolaridade, gênero, dentre outros.

É preciso estar claro que existem diferentes tipos de grupo e isso vai atingir públicos diferentes. Portanto, é preciso definir se o atendimento será direcionado a um grupo temático ou um grupo sem um tema específico.

Quando a opção for por um grupo temático é importante pensar sobre o tema/assunto central que vai ser trabalhado no contexto psicoterápico. O tema escolhido será um norteador para formação do grupo. Utilizo aqui alguns exemplos: Grupo temáticos de depressão, ansiedade, violência à mulher, transtornos alimentares, transexualidade dentre outros. Agora quando o atendimento de psicoterapia de grupo não tem um tema específico e norteador, as temáticas a serem trabalhadas vão surgindo a partir do que aparece nas sessões como demandas dos clientes.

Existe também o que se nomeia de grupos íntimos, são aqueles grupos onde as pessoas já se conhecem e já tem algum tipo de relação. Pinheiro da Silva (2015, p.65) aponta que esses grupos são aqueles que pré existem à intervenção terapêutica, como famílias, casais, funcionários de uma empresa, membros de uma igreja e geralmente necessitam passar por uma intervenção psicoterapêutica, por questões que envolvem impasses na relação entre os integrantes.

Segundo Pinheiro da Silva (2015, p.66) os grupos terapêuticos são Grupos que se formam com a finalidade de desenvolvimento pessoal por parte dos membros, comumente os grupos terapêuticos são pensados pelos coordenadores.

Na experiência que serviu de base para esse artigo não trabalhamos com grupo temático, pois o curso de especialização nos direciona a seguir esse modelo. A escolha dos componentes do grupo seguiu o critério de ser um grupo voltado ao público adulto.

Nesse contexto, a formação do grupo se deu a partir de busca pelas fichas da fila de espera do IGT. Essa fila é constituída por pessoas que procuraram atendimento psicológico e que já passaram por uma primeira entrevista anteriormente, com psicólogos da especialização. O psicólogo responsável pela primeira entrevista é quem define os caminhos possíveis de atendimento dentro da realidade do instituto, podendo ser psicoterapia individual, de casal, família, de grupo, orientação profissional ou psicoterapia infantil e de adolescente.

Na Clínica social do IGT, casos em que a pessoa não esteja em condição de viver o atendimento de grupo, segundo a avaliação do psicólogo, são indicados a psicoterapia individual. A psicoterapia de grupo é indicada para os demais que procuram atendimento psicológico por temáticas pessoais.

Trazendo para minha experiência de atendimento, para montar o grupo, procuramos pessoas que poderiam ser atendidas em um horário e dia estipulados por nós. Estava claro para nós psicólogos, que poderiam chegar pessoas de todas as idades, escolaridades, bairros e com demandas diferentes.

Lembro que um dos clientes fez uma primeira entrevista com o psicólogo com quem eu atuava em coterapia. Era um homem por volta de 40 anos de idade, com uma certa rigidez, timidez em compartilhar suas questões. Inicialmente ele estava bastante resistente em participar do grupo. Ele nunca havia feito psicoterapia antes e rejeitou o atendimento de grupo. Na supervisão nosso orientador sugeriu que fizéssemos de novo a proposta do grupo. A princípio achamos difícil que aquele cliente reconsiderasse, pois ele trazia temas delicados como demanda e não queria expor aquele conteúdo para mais pessoas, já estava sendo visivelmente difícil expor para o psicólogo, na primeira entrevista. Após uma nova conversa, o cliente aceitou participar do grupo. Mesmo depois de perceber que as outras participantes eram mulheres, ele se mostrou disponível para aquela experiência e decidiu continuar. No final das contas foi uma trajetória muito rica.

> Quando inserido em grupos terapêuticos o indivíduo pode sentir melhor a sua realidade, a partir dos contatos que são desenvolvidos.

> No grupo ele pode aprender a se diferenciar, embora nele possa perceber a universalidade que está em si e que também está em outros indivíduos. (SANTOS, 2015, p.25).

A não especificidade de um tema ou de critérios mais rígidos na hora da seleção dos componentes do grupo/público alvo cria um espaço ainda mais desafiador para o cliente e para o psicólogo, e ambos saem da zona de conforto, do conhecido e passam a explorar uma nova forma de interação e contato. Portanto, sujeitos podem se relacionar e vivenciar o grupo mesmo com suas diversidades, sem um tema em comum que os levaram a buscar por psicoterapia.

Essa experiência de grupo pode facilitar o surgimento de diferentes temas, proporcionando que os clientes através da relação e do se relacionar, entrem em contato com questões pessoais não resolvidas. *Gestalten* que não foram fechadas até então, temas que não tinham consciência anteriormente e que podem agora ser trabalhados, cuidados e transformados.

> Para Zinker (2001, p.52) a formação e a destruição de gestalten é um processo estético e não simplesmente utilitário. Isso acontece com o indivíduo e também com sistemas multipessoais. [...] Gestalten completas- experiências totalmente maduras das quais nos tornamos conscientes, experenciamos, assimilamos e finalmente deixamos ir – são graciosas, fluidas, esteticamente agradáveis e afirmam nosso próprio valor como seres humanos. (ZINKER, 2001, p.52)

Nesse sentido Zinker (2001, p.63) reforça:

> Uma imagem é formada para acomodar determinada situação. Pode ser um conceito que a define e lhe dá significado. Quando a situação muda, adaptação criativa exige a “destruição” da Gestalt antiga e a redefinição daquilo que está sendo criado, com o surgimento de uma nova Gestalt, que reorganiza a antiga. (ZINKER, 2001, p.63)

Portanto, algo que pode parecer simples como o público alvo, é essencial de ser pensado nessa fase de organização do grupo. O psicólogo precisa olhar para sua realidade e para o que faz sentido em sua clínica, tendo consciência que experimentar diversos arranjos pode trazer riqueza e possibilidades terapêuticas, assim como novas experiências enquanto profissional.

> No grupo psicoterapêutico pode ser mais fácil entrar em contato com seus sentimentos e comparar com os sentimentos dos outros para se avaliar. Isso poderá ajudá-lo a se habilitar mais em sua vivência nos diferentes contextos humanos. Além de poder se descobrir como um habitante de um mundo que está aberto a viver e a sofrer com arte para a conquista daquilo que pretende conseguir, fazendo seu próprio caminho. (SANTOS, 2015, p.26).

Regras de entrada e de saída dos integrantes do grupo

Um outro tema importante no período de organização está relacionado a entrada e a saída dos clientes. O grupo pode ser definido como aberto, fechado e semiaberto. Antes de iniciar o grupo propriamente dito, o psicoterapeuta deve ter tais aspectos claros e definidos.

Os Grupos caracterizados como fechados têm um número de integrantes definido que assume um compromisso de permanência, não podendo, portanto, entrar novos integrantes depois que o grupo se deu início. Já os grupos nomeados de abertos podem ter sua configuração modificada ao longo do processo e a cada sessão, tendo uma liberdade maior para as entradas e saídas dos clientes. (RIBEIRO, 1994, p.94-96 apud PINHEIRO DA SILVA, 2015, p.66)

Grupos semiabertos são aqueles grupos que têm uma composição estável, mas existe a possibilidade de entrada e saída de clientes ao longo do processo. A maioria dos grupos terapêuticos funcionam assim (RIBEIRO, 1994, p.94-96 APUD PINHEIRO DA SILVA, 2015, P.66).

Trazendo agora para a experiência de atendimento na qual baseio o presente artigo, optei por um grupo semiaberto, por assim funcionar também no IGT. Pessoalmente acho a escolha por um grupo semiaberto um caminho mais confortável, pois com esse modelo há possibilidade de iniciar o atendimento com um cliente e ir incorporando ao grupo novos integrantes ao longo do processo.

O grupo do qual embaso minha experiência, iniciou com 2 (duas) pessoas, um homem na faixa dos 40 anos e uma mulher com idade próxima aos 30 anos. Ao longo do tempo foram entrando outras 3 (três) integrantes, mulheres, de diferentes idades, na faixa dos 30 (trinta), 40 (quarenta) e 60 (sessenta) anos.

Os dois primeiros integrantes nunca haviam feito psicoterapia, portanto tudo era de fato novo. A terceira integrante vinha de outras experiências no IGT, com outros grupos e outros psicólogos. As duas últimas integrantes entraram meses depois, advindas de outros grupos do IGT. Portanto o grupo teve diferentes arranjos, até sua configuração final de 5 (cinco) pessoas. Nesse caso, não houveram saída de integrantes. Apenas despedidas ao final do período dos atendimentos.

As entradas e saídas possibilitam aos membros do grupo viver chegadas e partidas, os fazendo perceber como costumam lidar com esses temas. Podendo emergir no campo diversas possibilidades de assuntos a serem trabalhados e conscientizados pelo grupo. Tais experiências tornam possível revisitar situações vividas ao longo da vida. Os começos e recomeços, início de relacionamentos, novidades, dores, perdas, lutos mal resolvidos. Entrar em contato com as mudanças que surgem e em como se lida com elas, proporciona atualização e ajustamento criativo.

> Pode-se descrever o ajustamento criativo como o processo pelo qual a pessoa mantém sua sobrevivência e seu crescimento operando seu meio sem cessar ativa e responsavelmente provendo seu próprio desenvolvimento e suas necessidades físicas e psicossociais. Diante de condições alteráveis, o mero ajustamento do organismo ao meio é insuficiente, requerendo respostas criativas, justamente nesse

> encontro específico e singular no campo, por meio da identificação da novidade e assimilação ou rejeição do novo na fronteira de contato. É criativo na medida em que não se trata de adaptação a algo que já existe e sim de transformar o ambiente e, enquanto este se transforma, o indivíduo também se transforma e é transformado. (D’ACRI; LIMA; ORGLER, 2015, p.20-21)

Preciso salientar que todos os componentes do grupo devem ser avisados sobre a possiblidade de saída e entrada de novos integrantes, e que isso faz parte do processo. Todas essas informações devem estar claras, antes do início da psicoterapia. Esse tema pode ser abordado e revisitado durante o processo psicoterapêutico. O psicoterapeuta também deve estar atento as reverberações que a entrada e saída de integrantes pode gerar no grupo.

Em uma das experiências que tive com entrada de clientes no grupo, pude perceber que diferentes sentimentos e diferentes reações surgiram. Lembro de uma sessão onde entrou um novo integrante. O grupo estava muito agitado, mais agitado que o de costume. Contavam histórias e piadas internas, tudo com muita descontração. Eu sentia que alguma coisa estava diferente, eles pareciam alunos de uma turma da escola recebendo um novo aluno.

Posteriormente, procurei checar com o grupo e verificar como estava sendo lidar com a entrada de uma nova integrante. Também quis ouvir dela como estava sendo viver essa experiência de entrar em um grupo que já estava constituído. A nova integrante então compartilhou que se sentiu estranha e um pouco assustada, pois todos já pareciam tão conectados e engajados, inclusive pensou em não continuar com o atendimento psicológico de grupo, mas decidiu esperar para tomar tal decisão, ao longo das semanas, se adaptou e se surpreendeu por estar gostando muito daquela experiência, que era algo novo em sua vida. Portanto, entradas e saídas sempre vão gerar algum tipo de impacto na estrutura do grupo, cabe ao psicólogo mediador estar atento.

O contrato terapêutico

Na fase de organização outro tema importante é a elaboração do contrato, que também pode ser nomeado de termo de compromisso ou qualquer nome que o psicólogo se sentir mais à vontade. Este documento serve para especificar as responsabilidades das partes envolvidas. O contrato tem papel fundamental para criação de um vínculo terapêutico, ele traz uma responsabilização pelo processo, pois a partir dele é possível estabelecer acordos sólidos e limites.

É imprescindível que nele constem informações gerais e especificas sobre o que o psicoterapeuta percebe como importante salientar a respeito do funcionamento da psicoterapia. Cito algumas aqui: informações pessoais do cliente, contato de emergência, data e horário da sessão, tempo de duração da sessão, honorários, data do pagamento, especificação do pagamento como mensal ou semanal, informações sobre o funcionamento em caso de desmarcações, troca de horário, faltas (se serão cobradas ou não, se será estipulado um tempo de antecedência

para aviso da falta para que não seja cobrada), regras de entrada e de saída, avisos de encerramento, importância e necessidade de sessões de fechamento, se será estipulado tempo de duração do atendimento, número total de integrantes do grupo e acordos sobre sigilo.

Cada psicoterapeuta vai estruturando seu contrato da maneira que considera viável, encontrando uma forma de criar algo que tenha proximidade com sua realidade e vivência de atendimento. Em um grupo, a relação não é apenas entre o psicólogo e um cliente, existem mais atores envolvidos. Utilizar esse documento como uma oportunidade para troca de informações ajuda a se ter menos ruído na relação psicoterapêutica.

> [...], o terapeuta sempre tem uma função reguladora frente ao grupo e frente à instituição, na demarcação destas fronteiras que podemos chamar de contratuais.
>
> A explicitação do contrato equivale 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 questão de poder. Quanto mais claro o contrato inicial, melhor [...]. (TELLEGEN, 1984, p.77)

O contrato tem duas vias e uma delas é entregue aos clientes, a outra fica com o psicoterapeuta ou com a instituição como no caso do IGT, permitindo revisitar o que foi dito, tirar dúvidas e ser uma segurança para os psicoterapeutas e para os membros do grupo.

Saliento que o atendimento em grupo é um pouco diferente do atendimento individual em alguns quesitos. No grupo se torna mais complicado trocar dia de atendimento, pois existem outros integrantes que se organizaram para estar presentes naquele dia e horário, combinado. O tempo de atendimento do grupo é maior que o tempo de atendimento individual, os psicoterapeutas necessitam reservar um horário maior que o habitual na agenda e na sala de atendimento. Portanto, uma troca de horário acaba não sendo algo simples e, para que funcione, é preciso grande compromisso de todos envolvidos.

É importante ressaltar que o contrato não é apenas um papel e não precisa necessariamente ser algo engessado, segundo Pinheiro da Silva (2015, p.79) a finalidade do contrato é proteger a relação que está sendo estabelecida entre os participantes do processo terapêutico. Quanto mais claras as regras de funcionamento de uma relação terapêutica, menos chances de problemas que podem tensionar e, às vezes, inviabilizar as relações.

Falar do contrato no início do processo ajuda a estar protegido de ruídos de comunicação. No caso do grupo é um elemento que pode ser trabalhado conjuntamente. O tema envolve a todos e permite que os clientes se familiarizem com a psicoterapia. A possibilidade de pensar juntos sobre o contrato, ler, abrir para

sugestão para mim é uma forma de auxiliar aos clientes a ter maior responsabilidade e coparticipação no processo terapêutico. Os acordos do contrato podem ser modificados em conjunto, caso surjam necessidades. São muitas informações novas e às vezes aquele encontro está carregado de emoção, preocupações. Nem sempre o cliente vai lembrar do que foi dito e combinado. Ter algo em mãos, com as cláusulas escritas e que permita que se revisite o que foi dito, pode ajudar a assegurar a relação. Muitas pessoas nunca viveram um atendimento psicológico e não sabem como funciona.

> Este tipo de organização favorece o trabalho do psicólogo no sentido de proteger a relação de possíveis dúvidas em relação aos acordos estabelecidos para o desenvolvimento do atendimento psicológico. O contrato cumpre a função de proteger as relações terapêuticas. (PINTO, 2013, p.382)

No grupo com a possibilidade de entrada de novos clientes ao longo do caminho será importante revisitar o contrato, sendo novidade para uns e uma possibilidade de reafirmar o compromisso terapêutico para os demais. O interessante é que o contrato pode ser considerado um elemento simples, mas com criatividade e manejo pode servir como um aliado e trazer à tona temas importantes. Por isso é indispensável se planejar e se organizar para elaboração deste, antes de iniciar psicoterapia.

Atendimento de grupo por um psicólogo ou em coterapia.

Um quesito importante da fase de organização é pensar se o atendimento de grupo será conduzido por apenas um psicólogo ou em coterapia. A coterapia é uma modalidade que pode ser utilizada na Gestalt-terapia, nela uma dupla de psicólogos realiza o atendimento clínico em parceria, conduzindo um determinado grupo de clientes.

Não há nada que impeça um psicólogo de atender um grupo sozinho, a minha experiência é embasada no atendimento em coterapia, que foi o modelo vivenciado na especialização. Trata-se de um atendimento de natureza diferente daquele realizado por um único psicólogo, pois o psicoterapeuta também estará em relação, o que gera outros tipos de afetamentos e tensionamentos que precisam ser cuidados de forma atenta. Essa relação entre os psicoterapeutas, antes de tudo, precisa ser cuidada, de maneira que não reflita de uma forma negativa para os clientes. Nesse sentido BEHNKEN (2016, p.7) reforça:

> O trabalho em coterapia exige grande disponibilidade dos profissionais envolvidos. O atendimento em dupla, como tal, também obriga que os psicólogos envolvidos entendam que essa modalidade clínica produz uma nova forma de se relacionar com o cliente, tornando-os uma unidade. (BEHNKEN, 2016, p.7)

Cada psicólogo traz suas bagagens, aprendizados, experiências e uma forma própria de atuar na clínica e na vida. É importante, pois, identificar um parceiro de

atendimento com quem se tenha afinidades. Isso não quer dizer que essa escolha precise ser por um alguém parecido, mas sim por alguém com quem a relação e o diálogo fluam, uma vez que, mesmo com as diferenças, há uma energia que se move em parceria.

O interessante da coterapia é a possibilidade de mais de um ponto de vista diante de uma mesma situação, bem como diferentes percepções do que surge no campo, o que também possibilita diferentes intervenções e trocas. Para que isso aconteça de uma maneira fluida, é importante haver disponibilidade para ouvir o outro, receber críticas e lidar com outras acepções, o que demanda criatividade para lidar com o novo e com as mudanças que o “estar em relação” exige.

> Entre os humanos o contato é a grande força de transformação e mudança. Sem contato simplesmente morremos. Quando estamos face a face com o outro, o que lhe faz face não sou eu, mas a energia que emana de mim em forma de contato, energia pela qual minha presença se presentifica para ele, mas com uma condição: se não estou presente em mim mesmo, não estarei presente para o outro. Contato e encontro são funções da presença. O que transforma o outro e talvez o cure, é a presença em forma de contato. (RIBEIRO, 2017, p.16)

Na experiência que baseio esse artigo, já conhecia um pouco o psicólogo com quem atuei em conjunto, pois erámos da mesma turma e vivemos vários momentos do curso juntos, como aulas, supervisões e *workshops*. Tínhamos similaridades e diferenças. Em comum, tínhamos a abordagem da Gestalt- terapia, que é algo importante a se pensar na hora de escolher um coterapeuta. A abordagem teórica do outro psicoterapeuta também vai ter peso nos atendimentos, no que se refere à postura e intervenções terapêuticas. Por isso, é sempre bom avaliar se a abordagem teórica seria também um critério ao escolher a dupla de atendimento (coterapia).

Paralelamente a isso, outro ponto em comum entre nós era o humor e a facilidade de interação em grupo, mas acima de tudo era o respeito na hora de colocar nossas opiniões, além do fato de nos sentirmos à vontade um com o outro para colocar os pontos de vistas e percepções. Apesar de realidades, criação, estrutura familiar e contextos de vida diferentes, além de algumas características distintas bem marcantes, tínhamos outras características comuns. Certamente uma das nossas características mais marcantes era a vontade de experenciar a psicoterapia de grupo, a disponibilidade, assiduidade e o comprometimento com nossos atendimentos.

> Encontrar uma pessoa para estabelecer essa relação tão harmoniosa, igualitária e complementar pode não ser fácil. Aspectos práticos, como disponibilidade de tempo e local; aspectos conceituais e teóricos, como formas de intervenção e; aspectos pessoais relacionados à forma de lidar com o outro fazem parte das questões a serem avaliadas e (bastante) combinadas. Devido à importância de fazer esses ajustes, pessoas que sempre trabalharam sozinhas, seja por necessidade ou preferência, e outras que viveram situações conflituosas em coterapia anterior podem experimentar grande

> expectativa e receios em ter que dividir o “setting” grupal (BOLORINI, 2016, p.161)

É no dia a dia do atendimento que essa relação vai se constituindo e fazendo sentido. Somente na prática que é possível perceber se está dando certo e se isso está sendo positivo para o atendimento e para os clientes. É vivendo que se cresce, se relacionando que se aprende e é através do diálogo e da troca que vai se consolidando a coterapia.

> No momento da escolha é importante que esteja bem claro o que cada um espera do trabalho em dupla e o que cada um está disposto a investir neste trabalho. Ou seja, quais as responsabilidades de cada um e quais as expectativas com relação ao trabalho do outro. Para isto é importante a qualidade do contato de cada um e da dupla. Pois, na Gestalt-terapia é no contato que acontecem as relações e é nele que o humano pode *ser* humano. (BEHNKEN, 2016, p.14)

Se torna imprescindível cuidar da relação entre os psicoterapeutas, reservar momentos para conversar sobre as sessões, perceber como foi para cada um atender e lidar com os assuntos e intervenções que surgiram, abrir espaço para a troca. Portanto, firmar um compromisso de realizar a pré sessão e a pós sessão, assegura que haverá um momento para que os psicoterapeutas cuidem da relação e do processo psicoterapêutico.

A pré sessão e a pós sessão são espaços antes da sessão começar e depois que a sessão finaliza, para que seja possível para os coterapeutas realizar trocas, percepções e planejamentos sobre o processo psicoterapêutico. Firmando esses momentos de encontro se faz possível abrir caminho para um constante diálogo.

Nesse sentido, Yontef (1998, p.234-235) coloca que o diálogo é conversar juntos. Um diálogo existencial é o que acontece quando duas pessoas se encontram como pessoas, em que cada pessoa é “impactada por” e “responde ao” outro, Eu e Tu. Zinker (2001, p.165) traz a ideia de que uma das tarefas é ver as fronteiras e que se deve ser capaz de se afastar a qualquer momento e identificá-las:

> A Gestalt-terapia afirma que na fronteira você experimenta a diferença- existe um “eu e um você”, ou uns “nós” e um “eles” e que o crescimento acontece quando existe contato na fronteira. As diferenças precisam ser enfatizadas antes que você possa fazer contato: preciso saber que você e eu somos diferentes antes que possamos ficar juntos. (ZINKER, 2001, p.165)

Diante disso, é importante salientar que antes de se escolher um parceiro para realizar a coterapia, é necessário que se verifique se há disponibilidade para lidar com o outro e estar em relação. Ter claro que necessitará gastar um tempo, conhecendo sua dupla de atendimento e estar sempre atento para verificar se a relação está sólida, bem resolvida e estar disposto para cuidar e olhar quando algo não esteja bom ou fluindo da forma que deveria. Conflitos não cuidados podem gerar impactos negativos nos atendimentos.

O período inicial do atendimento de grupo

O primeiro contato

Cada profissional planeja à sua maneira o primeiro contato com seus clientes. Esse é o momento onde acontece o primeiro encontro entre o psicólogo e o cliente, no caso do atendimento de grupo propõe-se agendar de forma individual um primeiro contato, com cada cliente que vai participar do grupo.

> É o primeiro encontro de duas pessoas que nunca se viram antes, sendo a primeira vez que o cliente se encontra com aquela pessoa (terapeuta) frente a frente para falar de seus problemas. Muitos fatores interferem neste primeiro contato, como por exemplo: ser a primeira experiência com um (a) psicoterapeuta; o preconceito presente em nossa sociedade em relação a quem busca ajuda psicológica (Isso é coisa de “maluco”!); o cliente ter vivido experiências desprazerosas em outras tentativas de tratamento com psicólogos, não se sentindo ouvido ou entendido. A proposta daquele momento é que se fale de temas que não são fáceis de lidar para aquele cliente, caso contrário ele (a) não estaria ali [...] Cada cliente tem sua história e suas características próprias que estão presentes naquele encontro o qual definitivamente não é um “encontro” qualquer. (ESTARQUE PINHEIRO, 2007, p.138)

Esse momento inicial proporciona um espaço para tirar dúvidas, conhecer as demandas individuais e se aproximar daquele indivíduo e da sua história. O cliente e o psicoterapeuta vão viver o atendimento de grupo, mas têm a oportunidade de se conhecerem antes e isso pode gerar maior conforto e segurança.

RIBEIRO, (1994, p.88 apud QUEIROZ, 2017, p.115) aponta que, na maioria das vezes, os clientes não se encontram pela primeira vez no grupo com o psicólogo. De alguma forma tiveram algum contato anterior, seja em entrevistas ou quando são provenientes da terapia individual. Segundo o mesmo autor “o terapeuta não deveria encontrar o cliente pela primeira vez no grupo”. Um encontro prévio com o terapeuta dá a sensação de segurança ao cliente, sentimento este fundamental para se iniciar um grupo.

Conhecer o cliente antes que ele conheça os outros integrantes do grupo, vai ajudar para que ambos, psicoterapeuta e cliente, se situem e criem algum tipo de conexão e confiança. O psicoterapeuta será a referência inicial e já vai ter uma noção de características e contextos de vida dos integrantes do grupo.

Juliano (1999, p.22) afirma:

> O terapeuta ouve com clareza a declaração do cliente sobre os lugares aonde ele não deseja ir, qual o sintoma que deseja combater, qual a dor que o aflige, qual o monstro que o ameaça. Ele chega no consultório pedindo ajuda para livra-se das situações que o machucam [...]. Nesse percurso, terapeuta e cliente em conjunto fazem o reconhecimento do campo onde se trava a batalha [...]. (JULIANO, 1999, p.22)

Ao realizar essa entrevista que antecedia a entrada no grupo, ouvi muitos receios e curiosidades dos clientes. Certa vez uma das clientes confidenciou que tinha medo de sair pior das sessões, pois já estava lidando com muitos problemas e tinha medo que o problema dos outros a abalasse ainda mais. Tivemos a oportunidade de cuidar disso e deixar claro que ela sempre poderia sinalizar como estava se sentindo e que estaríamos ali para ela.

Hycner (1995, p.23), discorrendo sobre os ensinamentos de Martin Buber, explica:

> [...] a ênfase tecnocrática da sociedade moderna provoca um distanciamento maior entre as pessoas. A orientação tecnocrática moderna obscurece a dimensão central - o status ontológico - da esfera relacional em nossa vida. [...] O relacional fica subjugado por uma ênfase excessiva no individual. A ênfase excessiva no individual cria uma separação não somente entre as pessoas e em nosso relacionamento com a natureza, mas também dentro de nossa própria psique [...](HYCNER, 1995, p.23),

O Psicoterapeuta deve sempre estar atento a essas pequenas nuances que o atendimento psicológico de grupo revela. O cliente pode ter muitas fantasias a respeito da psicoterapia, não sabemos que batalhas foram travadas para que ele chegasse ali. Compartilhar sobre sua própria história e sentimentos para um desconhecido não é uma tarefa tão simples, ainda mais se tratando da realidade do grupo, onde não existe apenas a figura do psicoterapeuta, mas também de outros atores. Ribeiro (2017, p.24) descreve o grupo como uma rede de contatos, funcionando como um todo:

> A Gestalt pode ser definida como uma Terapia do Contato em ação, no sentido que o terapeuta e cliente estão atentos aos modos pelos quais o cliente procura satisfazer suas necessidades, em dado campo. Somos os contatos que fizemos e continuamos a fazer. O processo terapêutico recapitula, mostra como o cliente abre, às vezes escancara, o livro de sua vida, introduz o terapeuta nos seus meandros, nos seus deltas experienciais, e ali o terapeuta pode ver os ciclos existenciais através dos quais o cliente procura dar sentido a ele próprio e à sua vida. Fazer contato é entrar respeitosamente na intimidade do outro e lá cuidar de suas feridas. (RIBEIRO, 2017, p.24)

O primeiro contato entre o cliente e psicólogo dá início a relação terapêutica e um primeiro encontro com qualidade, facilita muito a entrada deste no grupo. É papel do psicoterapeuta nesse primeiro momento criar de alguma forma essa conexão. Hycner (1995, p.124) expõe que é tarefa do terapeuta construir uma “ponte” em direção ao cliente. Não é, certamente, responsabilidade do cliente construir uma ponte em relação ao terapeuta.

O grupo reunido

Esse é o primeiro contato dos clientes entre si e com os psicoterapeutas. A partir desse encontro, começa uma nova jornada, com uma série de expectativas, medos e curiosidades. Cada integrante vai chegando do seu jeito, mostrando o que pode

mostrar inicialmente, cada um tem seu próprio tempo e sua própria maneira de se relacionar.

> A mudança e a cura grupal é fruto da qualidade de contatos que o grupo desenvolve ao longo da sua constituição e formação subjetivas, internas. Motivação, segurança, permissão para fala e coesão grupal são os pilares que constituem por contato, toda complexidade de um processo grupal [...] (RIBEIRO 2017, p. 25)

Esse é o momento que o grupo começa a acontecer, é no início que construímos a base e as raízes do grupo, então são os psicoterapeutas que vão começar a dar a forma e continente ao grupo para que ele aos poucos vá se solidificando. (PINHEIRO DA SILVA, 2015, p.71)

> A tarefa do terapeuta é acolher o cliente, com tudo o que este traz de tenebroso ou sublime, deixando-o depositar no chão sua bagagem, que se tornou pesada de tanto ser carregada nas costas. À medida que se desenvolvem o calor da intimidade e a confiança, o viajante recém-chegado se dispõe a abrir seus pacotes, mostrando então seus conteúdos e compartilhando histórias de viagem, dos lugares longínquos de onde foram trazidos, os objetos que hoje, malgrado o peso a ser carregado, constituem a sua atual riqueza e patrimônio. (JULIANO 1999, p.21)

Por mais que alguns dos clientes já tenham passado por um processo psicoterapêutico anterior e já estejam mais à vontade em relação ao espaço da psicoterapia, aquele encontro que está se iniciando e acontecendo é novo, é único, pois nenhum encontro é igual ao outro, assim como cada experiência é vivida de uma forma, com novos fenômenos e novos acordos.

> [...] O terapeuta frequentemente tem bons resultados quando busca intervenções marcadas pelo oferecimento de um suporte, quando trabalha no sentido de criar condições para que o grupo possa, gradativamente, ganhar maturidade. Para que as pessoas gradativamente construam um vínculo entre elas e com o grupo (PINHEIRO DA SILVA 2015, p.78)

Alguns receios e medos podem surgir. O psicoterapeuta pode se fazer uma série de questionamentos. Será que o assunto vai fluir? O que fazer para quebrar o gelo? Vou dar conta? Cada psicólogo vive esse momento da sua maneira. Para alguns funciona se planejar de alguma forma para a sessão e pensar na possibilidade de introduzir algum experimento que promova interação ou podem escolher não planejar nada específico. Acredito que cada grupo é de uma forma e cada psicoterapeuta tem um jeito próprio.

Como um caminho interessante penso na importância de estar disponível ao que vai surgir no campo e ter em mente algumas ferramentas que possam ser utilizadas caso haja necessidade. Mas nada disso fará sentido se não houver escuta interessada e a postura acolhedora por parte dos psicoterapeutas. Portanto não adianta utilizar dos mesmos experimentos, das mesmas propostas para todos os grupos. Cada grupo é único e nesse primeiro momento conhecemos pouco de cada pessoa. Todos chegaram ali, pois estão passando por algo em suas vidas e buscam

auxílio, muitos nunca viveram a experiência de estar em um processo psicoterapêutico.

Pinheiro da Silva (2015, p.78) pontua que nesse período inicial normalmente ainda não existe uma vinculação sólida entre os clientes e entre cliente e terapeuta, assim como não há uma vinculação com o local e com aquele espaço da psicoterapia. Torna-se imprescindível, nesse primeiro momento, checar com os clientes como eles estão se sentindo naquele espaço, observar suas falas, postura corporal, os lugares que escolheram sentar, os movimentos, tom de voz, aparência. À medida que a sessão vai fluindo, pode-se sugerir experimentos que promovam interação.

EXPERIMENTOS

Polster e Polster (2001, p.237-238) colocam que as pessoas se acomodam em uma atitude de “falar sobre” para solucionar problemas, porém padrões são repetidos, com modos costumeiros de abordar esses problemas, sufocando a inovação e improvisação indutiva. A Gestalt-terapia tenta recuperar a conexão entre o “falar sobre” e a ação. O experimento é uma tentativa te trazer o indivíduo para ação, pois por meio do experimento o indivíduo é mobilizado para confrontar as emergências de sua vida.

Dentro dessa mesma perspectiva, para Zinker (2007, p.141-142):

> O experimento é a pedra angular do aprendizado, ele transforma o falar em fazer, as recordações estéreis e as teorizações em estar plenamente presente aqui, com a totalidade da imaginação, da energia e da excitação [...]
>
> Os experimentos podem envolver cada uma das esferas de funcionamento humano. Contudo, a maioria deles tem uma qualidade em comum: pedem que ao cliente que expresse alguma coisa comportamentalmente, em vez de apenas passar por uma experiência cognitiva interior.

Algo importante a pontuar é que existe uma série de experimentos e, por insegurança nesse início, o psicólogo pode acabar utilizando essa ferramenta mesmo sem ter uma conexão real com o que está emergindo no campo. Porém, o experimento só vai fazer sentido se ele estiver ao encontro com o que está surgindo no momento, se tem a ver com o tema que está sendo trazido.

É importante que se explique os experimentos e que fique claro para os participantes a proposta, muitos não conhecem nem mesmo alguns jargões e palavras utilizadas por nós psicólogos. Também é necessário respeitar e entender que ainda não existe um grau tão grande de intimidade para que se proponha experimentos mais profundos nesse início.

Nesse primeiro momento, onde o grupo ainda não está totalmente estruturado e ainda está se conhecendo, busca-se estimular a participação de uma forma mais ativa, que ajude a quebrar aquele gelo inicial, possibilitando que eles se exponham

de uma forma mais espontânea e gradual. O psicólogo vai auxiliar o cliente a executar o experimento no nível que ele está pronto para trabalhar.

> Como pode o terapeuta saber que a relação está sendo construída? É uma avaliação intuitiva que deve ser feita. Em um sentido maior, é a culminação e a integração de numerosos momentos de interações em direção a uma experiência global. Em última instância, é uma compreensão de ambos os parceiros na terapia de que há um profundo entendimento compartilhado. É o compartilhar “de dentro” de cada um com o outro. Uma vez que a relação esteja estabelecida e aprofundada, as possibilidades na terapia são virtualmente infinitas. Com uma sólida relação estabelecida, o clínico pode correr grandes riscos na terapia. Ele pode explorar áreas excessivamente vulneráveis, em relação às quais, até então, o cliente poderia estar muito resistente a exploração. Hycner (1995, p.124).

Quando alguns temas são trazidos precocemente, isto pode influenciar na permanência dos integrantes do grupo, podendo haver saídas por vergonha de ter se exposto demais, antes de sentir à vontade. É interessante refletir que esse é o início, portanto pode-se optar por não trabalhar determinado tema naquele momento. Temas importantes tendem a ressurgir e terão oportunidade de ser cuidados quando o grupo já estiver mais solidificado.

> Para o terapeuta tudo o que é apresentado é novo, e ele se põe atento e curioso, pois é justamente essa curiosidade, esses olhos e ouvidos atentos que incentivam esse viajante. Instala-se uma fase de discriminação: coisas de pronto uso, outras a serem reformadas, outras de valor ainda incerto a serem guardadas para exame posterior, outras para serem recicladas ou jogadas fora. (JULIANO, 1999, p.22)

Existem alguns experimentos simples para esse momento inicial: pode-se pedir para que a pessoa escolha um objeto que a represente, ou faça um desenho, pense em uma música, recite uma poesia. Escreva ou represente suas expectativas em relação ao processo psicoterapêutico. Pode-se pedir também que eles se dividam em duplas e falem sobre como é estar ali, sobre o que os levaram àquele espaço e elaborem algo para apresentar ao grupo. Ideias simples, mas que possibilitem a interação e uma forma mais criativa de se expor ao grupo. Os clientes vão entendendo como funciona a psicoterapia, vão se sentindo mais à vontade para trazer suas questões, contar suas histórias e dividir suas queixas. Vão aprendendo a se colocar, a falar o que sentem diante do outro.

Essas intervenções mais estruturadas, podem facilitar muito o caminho para os membros do grupo, já que podem ajudar a organizar suas formas de estar, definir diretrizes de ação em um momento em que essas pessoas ainda não estão seguras o suficiente para elas mesmas inventarem suas condutas (PINHEIRO DA SILVA, 2015, p.78)

No grupo que me baseio para escrever esse trabalho, experimentos eram inicialmente difíceis para um dos integrantes, ele tinha vergonha e medo de errar, percebemos que experimentos mais lúdicos e simples, como desenhos, músicas

eram melhor recebidos. Isso gerou um efeito importante, foi valioso. No final da sessão que experimentamos a expressão através da música todos estavam cantando e interagindo. Gerando uma conexão e leveza. Ao longo dos atendimentos, foi ficando mais fácil e percebi uma evolução absurda em relação à compreensão, contato e raciocínio desse cliente.

A presença do psicoterapeuta

Esse início exige uma presença forte dos psicoterapeutas que estão conduzindo o grupo. A presença forte significa que, nesse momento, é necessário estar ainda mais atento, intervindo, dando constante suporte aos clientes, pois o psicoterapeuta nesse momento é a maior referência para o grupo. A postura acolhedora é um outro fator importante, pois facilita que de alguma forma os clientes se sintam mais confortáveis.

Juliano (1999, p.26) menciona que a principal característica do terapeuta para executar bem o seu trabalho é a qualidade de sua presença: uma atitude descontraída e atenta, inteira, disponível, energizada. Ficando com o fenômeno tal qual ele se apresenta, tal qual ele é.

Dando continuidade a esse ponto de vista, Juliano (1999, p.26-27) também enfatiza que a atenção do terapeuta fica centrada não apenas no conteúdo do que é relatado, mas principalmente, sobre “como o cliente narra” [...] A escuta interessada do terapeuta é curativa por si só, uma vez que consegue, por espelhamento, fazer emergir o interesse da pessoa por si mesma.

O psicoterapeuta ou os psicoterapeutas darão esse tom inicial e a forma que eles se relacionam com o grupo influencia na maneira que o grupo vai lidar com esse momento. Por isso ter uma postura cuidadosa, que respeita o movimento dos clientes, suas falas, acolhe as demandas de forma atenta, presente e generosa poderá criar uma atmosfera mais convidativa para que sigam caminhos parecidos. (PINHEIRO DA SILVA, 2015, p.77)

Quando se refere à presença, cabe lembrar que o psicólogo que se apoia na Gestalt-terapia também traz um pouco de si. Trata-se de uma abordagem que não busca a neutralidade total. O Psicólogo pode ser honesto em relação ao que sente e como o cliente o afeta, podendo compartilhar sentimentos gerados quando julga necessário e importante, além de comunicar observações sobre o cliente.

> Sem assumir a posição nem a 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. (D´AVILA, 2015, p.10)

Nesse período o psicoterapeuta revelará seu jeito e sua forma de condução, esse tom refletirá muito em como o grupo vai reagir dali para frente, lembrando, que todo grupo possui uma forma própria de atuar no contexto da psicoterapia e a forma que

os psicoterapeutas conduzem o grupo, principalmente nesse início tem grande impacto.

Pinheiro da Silva (2015, p.77) cita que se uma pessoa tem a agressividade como uma característica forte terá naturalmente a forma de se expressar mais agressiva, por mais que esteja frente a uma pessoa de postura mais suave que expresse menos agressividade.

Trazendo para minha experiência, nossas posturas sempre foram atenciosas e cuidadosas, utilizamos um tom leve e humorado, os tratando com proximidade. A maioria dos integrantes eram mais cuidadosos na hora de falar ou abordar algum tema. Traziam também assuntos sérios e profundos com cuidado e, desde o início demostravam leveza e bom humor.

Apesar disso, um dos clientes tinha em sua postura uma forma bem direta e em alguns momentos não muito cuidadosa na hora de abordar alguns temas. Por mais que nossa postura enquanto psicólogos do grupo fosse de um estilo diferente, esse cliente tinha seu estilo próprio de funcionar no mundo. É natural cada pessoa ter uma forma de se relacionar e de se colocar. Essas diferenças trazem riqueza ao grupo e muitos temas para trabalhar.

> Nas sessões iniciais, os clientes ainda não sabem como fazer terapia de grupo. Como o estar trocando com um grupo pode gerar transformações em sua forma de lidar com o mundo no ambiente externo ao grupo. Nesta fase os membros do grupo estão ávidos para entender o que devem fazer ali para desenvolver seus processos terapêuticos. (PINHEIRO DA SILVA, 2015 p.78)

O processo de mudança de comportamento não é simples. Nem sempre será fácil para o cliente falar sobre o que incomoda na postura do outro, ainda mais quando ainda não existe um vínculo forte. É nesse período que mostramos ainda mais a responsabilidade de cada integrante do grupo rumo a sua mudança. Não será algo imediato, mas sim construído, aprendido, que demandara esforço e participação.

> A psicoterapia não tem necessariamente que ver com a cura, mas sim com a mudança, a qual pode levar a cura. Mudar significa ressignificar coisas, pessoas e, sobretudo, a própria existência. Não é um ato de vontade apenas, é um ato integrado, envolvendo a pessoa, na sua relação com o mundo como uma totalidade consciente (RIBEIRO, 2017, p.35)

No início dos atendimentos do grupo no qual baseio essa experiência, quando algum tema era trazido por um dos componentes os outros ficavam calados ouvindo. Nós psicoterapeutas, precisávamos estimular de forma mais ativa essa participação. Muitas vezes é preciso convidar os clientes a falar como se sentiu, checar o que a fala do outro gerou, o que aquele tema abordado o fez refletir. Essa postura do psicólogo é importante para que o diálogo e o que está sendo vivido ali flua de maneira natural, e para que de fato se trabalhe os temas em grupo com aprofundamento. Essa postura auxilia que não seja uma psicoterapia individual em grupo, mas que de fato seja uma psicoterapia de grupo.

Hycner discorrendo sobre os ensinamentos de Martin Buber, cita:

> Há o monólogo disfarçado de diálogo, quando dois ou mais indivíduos, encontram-se em algum lugar, falam cada qual consigo mesmo de formas singularmente tortuosas e em circunlóquios e ainda assim imaginam que escaparam do tormento de estarem limitados a seus próprios recursos. (Buber, 1965a, p.19 apud Hycner 1995, p.69)

Muito do que se considera diálogo é frequentemente uma forma sútil, e às vezes nem tanto, de monólogo. A pessoa está falando consigo mesma na presença de outros, criando a ilusão de que está realmente falando com os outros e interessada neles. (Hycner 1995, p.69)

Com o passar do tempo o psicólogo não vai mais precisar estar sempre chamando os integrantes do grupo para participar. Com vínculos mais sólidos e ao decorrer dos atendimentos os clientes naturalmente vão “aprendendo” como funciona a psicoterapia, estando mais atentos, conectados e disponíveis com o que está sendo vivido. Percebendo sentimentos e sensações geradas e tendo maior segurança para compartilhar opiniões e percepções, constituindo relações genuínas.

É importante lembrar que nem toda sessão será muito profunda e com temas intensos. Se torna importante também ter momentos de leveza. Nesses momentos também aparecem muitos materiais, o importante é não se engessar, usar da criatividade e estar ali presente e disponível. Lembro que o grupo que atendia tinha muita energia, as pessoas “de fora” ficavam curiosas para saber o que rolava ali. As supervisões eram muito interessantes e animadas. Isso fala também do nosso estilo enquanto psicoterapeutas, saber caminhar e dançar entre os momentos e nuances que a clínica apresenta.

Aprender está relacionado a uma mobilização grande, levando a níveis elevados de *awareness e* de auto atualização. Yontef (1998, p.30-31) explica:

> *Awareness* é uma forma de experiência que pode ser definida aproximadamente como estar em contato com a própria existência, com aquilo que é. O objetivo da Gestalt Terapia é o *continuum* da *awareness,* a formação continuada e livre de Gestalt, onde aquilo que for o principal interesse e ocupação do organismo, do relacionamento, do grupo ou da sociedade se torne Gestalt, que venha para o primeiro plano , e que possa ser integralmente experenciado e lidado (reconhecido, trabalhado, selecionado, mudado ou jogado fora). (YONTEF,1998, p.30-31)

Deve-se ter em mente que formas rígidas e autoritárias não permitem que o cliente viva o processo psicoterapêutico de forma plena e criativa. A ideia é que o psicoterapeuta seja um instrumento que facilite o amadurecimento, a mobilização da energia e a tomada de consciência.

Zinker (2007, p.186) afirma que “para promover a *awareness* do grupo, bem como a excitação e o contato, os líderes gestálticos cuidam de comunicar aos participantes suas regras básicas essenciais. Alguns escolhem comunicar essas regras no

começo, enquanto outros introduzem à medida que apareça apropriado, dentro do processo grupal”. Algumas delas são:

> Que o cliente assuma a autoria de sua fala e de seus comportamentos. Se você quer dizer, “eu” em vez de “você” ou a “gente”. [..]
>
> Dê prioridade ao que está experenciando aqui e agora. Compartilhe sentimentos, pensamentos e sensações presentes. [..]
>
> Preste atenção na maneira como ouve os outros. “Você está ouvindo essa pessoa que fala ou está distante, só esperando o momento de entrar em cena? [...]
>
> Faça um esforço para falar diretamente com a outra pessoa.
>
> Ouça o que a outra pessoa está sentindo e valide essas vivências – Evite também buscar as causas dos atuais sentimentos da outra pessoa, dizendo por exemplo: você está ansiosa porque...” [...]
>
> Respeite o espaço psicológico dos outros, da mesma forma como quer que respeitem o seu. Se alguém está retraído ou deprimido, respeite o desejo dessa pessoa ser deixada em “paz” por um tempo. Embora incentivemos a pessoa a mudar, não as coagimos a adotar novos comportamentos. [...] (ZINKER, 2007, p.186)

As observações do autor citadas acima é uma proposta de possíveis caminhos e manejo do grupo que o psicoterapeuta pode utilizar para estimular o contato entre os sujeitos e não apenas a interação sem maior profundidade, proporcionando o encontro e a oportunidade de aprendizado, amadurecimento e mudança através da experiência relacional.

> O processo de crescimento e expansão da consciência é, em parte autônomo. Sob essa luz, vemos que cabe ao psicoterapeuta e ao cliente aprender a dar passagem, a compreender e cooperar com esse processo. Esse terapeuta precisa fundamentalmente ser um homem de fé. Fé na possibilidade de crescimento inerente ao homem, fé na possibilidade de autogestão psicológica, fé na existência de um centro norteador, organizador do psiquismo. (JULIANO, 1999, p.21)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Começar um atendimento psicoterapêutico é desafiador, lidamos com o ser humano e com toda a sua subjetividade. Estamos diante de diversos fenômenos e peculiaridades. O ambiente terapêutico é por si relacional, na psicoterapia individual ou na psicoterapia de grupo. Se trata de um contato real e verdadeiro com o outro, que deposita em nós psicoterapeutas sua confiança e compartilha suas histórias. São muitos os desafios. Não é possível sair dessa experiência da mesma forma que entrou. Com certeza se trata de algo transformador.

Diante do novo, buscamos a teoria, estudar, ler, praticar entre colegas, mas é a experiência a cereja do bolo. A vivência dos atendimentos que dá a liga e que torna tudo mais especial. Para que se consiga lidar de forma positiva com essa prática, é imprescindível se preparar tecnicamente e teoricamente, entendendo, que ser psicólogo de grupo vai além das técnicas.

O início é a base de tudo, é onde plantamos as sementes, tudo é novo. No caso de quem está iniciando os atendimentos de grupo é uma experiência nunca antes vivida. Portanto ter um norteador de como se organizar e estruturar os atendimentos para que aconteçam de forma positiva, é essencial. Os clientes ainda não têm o vínculo formado e isso demanda ainda mais do psicólogo que conduz o grupo, sendo ele o principal responsável e o suporte para os clientes e para as relações que estão se constituindo.

Estamos diante de um grupo de pessoas que estão em um contexto que proporciona experimentar novas maneiras, novas formas de se relacionar e de se perceber nessas relações e no mundo. Tive a oportunidade através desse estudo, de reviver meu processo de formação quanto psicoterapeuta de grupo. Revisitei todos os momentos e fases que precisei passar para conseguir realizar o atendimento de forma positiva e estruturada. Descrevi pontos importantes do período de organização, até o início dos atendimentos.

Me propus escrever sobre aspectos que me chamaram atenção e sobre o que foi importante olhar e cuidar durante todo esse processo, como o contrato terapêutico e seu papel fundamental para se criar diretrizes, resguardando o psicólogo e criando solidez no encontro. Cada fase passada foi comemorada, foram muitas tentativas e alguns erros. A escolha por um atendimento em coterapia foi uma grata surpresa e trouxe benefícios para os atendimentos e para minha experiência, com a possibilidade de expansão de olhar e exposição de outros pontos de vistas, abordei sobre a importância de cuidar dessa relação e de ter consciência na hora de escolher por atender sozinho ou com uma outra pessoa.

Tive a oportunidade de ser mais criativa, a observar mais, estar atenta a mim e as minhas percepções e sensações, podendo compartilhá-las. Aprendi com essa vivência a trabalhar ainda mais a humildade. Humildade em ouvir os meus orientadores e no contato com os clientes. Abordei aqui a importância do cuidado e de utilizar de experimentos que fazem sentido para o momento inicial do atendimento psicológico de grupo, pois muitos clientes ainda não estão prontos para viver algumas experiências. Por isso, destaquei nesse trabalho a importância da presença do psicoterapeuta.

Através da experiência de atendimento de grupo foi possível concluir que ser um psicoterapeuta de grupo em Gestalt-terapia é um desafio e demanda que se reinvente a todo instante, se questione e que esteja atento a não ficar na zona de conforto. É ser instrumento para que as interações aconteçam, é abrir espaço, facilitando a tomada de consciência e a busca por uma vida emocional mais saudável.

É preciso se planejar, olhar para a sua clínica e estruturá-la. A pressa pode revelar futuramente descuido de aspectos importantes para um bom trabalho. É necessário reconhecer os caminhos que fazem sentido, estando consciente da responsabilidade que se tem ao conduzir um grupo, portanto somente um psicólogo atento, em constante processo de atualização, poderá efetivamente realizar esse trabalho.

Esse estudo não tem a pretensão, de encerrar o assunto, mas visa promover reflexões e direções para aqueles profissionais que se interessam pelo atendimento psicológico de grupo, uma modalidade de atendimento repleta de possibilidades, onde pessoas podem ser tocadas e transformadas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BEHNKEN, Liza S Moraes. **Os primeiros passos da coterapia: alguns critérios para a construção desta parceria** / Liza S Moraes Behnken – 2016 27 Fls.

BOLORINI, Priscila Abdias da Silva - **Receios e expectativas de clientes e psicólogos acerca da psicoterapia de grupo.** Revista IGT na Rede, v. 13, nº 24, 2016. p. 134 – 172. Disponível em http://www.igt.psc.br/ojs ISSN: 1807-2526. Acesso em 13 maio de 2019

BRASIL, Ministério da Saúde: DATASUS, Informações em saúde/ Indicadores do rol de diretrizes, objetivos, metas e indicadores 2013 - Rio de janeiro. Disponível em:<http://tabnet.datasus.gov.br/cgi/tabcgi.exe?pacto/2013/cnv/absrj.def> Acesso em 19 de março 2019.

BRASIL, Ministério da Saúde: e-Gestor, Atenção Básica/ Informação e gestão da atenção básica. Relatórios públicos, Histórico de cobertura da atenção básica. Disponível em <https://egestorab.saude.gov.br/paginas/acessoPublico/relatorios/relHistoricoCobertura.xhtml> Acesso em 11/10/2019

D’ACRI, Gladys, LIMA, Patrícia; ORGLER, Sheila. **Dicionário de Gestalt-terapia:** Gestaltês. São Paulo: Summus, 2007, p. 20-21.

ESTARQUE PINHEIRO, Márcia C. - **A primeira entrevista em psicoterapia.** Revista IGT na Rede, v. 4, nº 7, 2007, p.136-157. Disponível em http://www.igt.psc.br/ojs/ ISSN: 1807-2526. Acesso em 13 de maio de 2019.

FADEL**,** Fábio Costa, PINHEIRO, Márcia Estarque – ***Gestalt-Terapia de Grupo: o que é isso?*** Revista IGT na Rede, v. 12, nº 22, 2015. p. 196 – 239. Disponível em http://www.igt.psc.br/ojs ISSN: 1807-2526. Acesso em 30 de janeiro de 2019

HYCNER, Richard. **De pessoa a pessoa: psicoterapia dialógica.** São Paulo: Summus, 1995.

IGT – Instituto de Gestalt-terapia e Atendimento Familiar. Disponível em http://www.igt.psc.br/site/index.php/psicoterapia-mainmenu-53/clnica-social-mainmenu-93. Acesso em: 19 de março de 2019.

JULIANO, Jean Clark. **A Arte de restaurar histórias: o diálogo criativo no caminho pessoal.** São Paulo: Summus, 1999, 3ª edição.

KUSCHNIR, Rosana. **Organizando Redes de Atenção à Saúde: perfis assistenciais, articulação entre níveis e organização de linhas de cuidado**. In KUSCHNIR, Rosana; FAUSTO, Marcia Cristina Rodrigues (Org.). **Gestão de Redes de Atenção à Saúde.** Rio de Janeiro: EAD/ENSP,2014. CAP. 5, v.1. p.59-78.

LIA Dávila, S. **Relato da Experiência em Grupo – Lidando com a Criação de Vínculos no Grupo**. Revista IGT na Rede, v. 12, nº 22, 2015. p. 240 – 257. Disponível em <http://www.igt.psc.br/ojs> Acesso em 17/09/2018

LIMA, L.D; MACHADO, C.V; NORONHA, J.C. **O Sistema Único de Saúde (SUS): Princípios e lógica organizativa; avanços, dificuldades e desafios.** In KUSCHNIR, Rosana; FAUSTO, Marcia Cristina Rodrigues (Org.). **Gestão de Redes de Atenção à Saúde**. Rio de Janeiro: EAD/ENSP,2014. CAP. 2, v.1. p.59-78.

MICHAELIS UOL: Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa. Disponível em: <https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/organiza%C3%A7%C3%A3o/ > Acesso em 17 de jan. 2019

PINHEIRO da Silva, Marcelo. **O afeto e o afetar em relações de grupo: um olhar a partir da Gestalt Terapia**. Rio de Janeiro: Viavérita, 2015, 1ª Ed.

POLSTER, Erving; POLSTER, Miriam. **Gestalt-terapia integrada.** São Paulo: Summus, 2001.

PINTO, Ana Paula Cavalcante – **O Perfil da Clínica Social do IGT: da primeira entrevista ao início do tratamento**. Revista IGT na Rede, v. 10, nº 19, 2013, p. 371 – 415. Disponível em http://www.igt.psc.br/ojs ISSN: 1807-2526. Acesso em: 20 de março de 2019

QUEIROZ, Edilza Wanderleia da Silva – **A Construção do Vínculo Terapêutico: Uma reflexão sob a perspectiva gestáltica**. Revista IGT na Rede, v. 14, nº 26, 2017. p. 109 – 126. Disponível em http://www.igt.psc.br/ojs ISSN: 1807-2526. Acesso em 19 de março. 2019

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Gestalt-terapia: o processo grupal. Uma abordagem fenomenológica da teoria do campo e holística.** São Paulo: Summus, 1994. 3ª Ed.

RIBEIRO, Jorge Ponciano**. O ciclo do contato. Temas Básicos Na Abordagem Gestáltica.** São Paulo: Summus, 2017.7ª Edição.

RIO DE JANEIRO, Secretaria de Estado de Saúde:

Políticas, Programas e Estratégias- Disponível em: <, https://www.saude.rj.gov.br/atencao-basica/politicas-programas-e-estrategias/2017/07/nucleo-de-apoio-a-saude-da-familia> Acesso em: 16 de jan. 2019.

RIO DE JANEIRO, Secretaria Municipal de saúde: Unidades de Saúde, CAPS- Disponível em: <http://www.rio.rj.gov.br/web/sms/caps> Acesso em 19 de jan.2019.

SANTOS, Edinyr Marques dos**. Os benefícios das vivências em grupo: Possibilidades de transformação do Gestalt-terapeuta. / Edinyr Marques dos Santos - 2015. 73 Fls.**

TELLEGEN, Therese Amelie. **Gestalt e grupos: uma perspectiva sistêmica**. São Paulo: Summus, 1984.

YONTEF, Gary M**. Processo, Diálogo e Awareness**. Ensaios em Gestalt- Terapia. São Paulo: Summus, 1998.

ZINKER, Joseph C. **A Busca da elegância em psicoterapia: uma abordagem gestáltica com casais, famílias e sistemas íntimos**. São Paulo: Summus, 2001.

ZINKER, Joseph C. **Processo criativo em Gestalt-terapia.** São Paulo: Summus, 2007 2ª ED.

Submetido em: 19/03/2020