

GRUPO LITERATURA E SENTIMENTOS: UMA EXPERIÊNCIA REVELADORA ETIENE SILVEIRA DE MENEZES¹; HELENA STRELOW RIET, IZAMIR DUARTE DE FARIAS, ARIANE CRUZ GUEDES²; LUCIANE PRADO KANTORSKI³

¹*Universidade Federal de Pelotas –etimenezes@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – helenarietpsico@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas - arianechguedes@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas - izamironline@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – kantorski@uol.com.br*

1. INTRODUÇÃO

No campo da atenção psicossocial a utilização da abordagem grupal como recurso terapêutico é um importante instrumento para auxiliar pessoas em sofrimento psíquico no enfrentamento de situações cotidianas e reestruturação de suas vidas.

Por intermédio dos grupos, as interações pessoais agem com propósito terapêutico com vistas a ampliação das possibilidades de inserção do sujeito no âmbito familiar, institucional e social, os quais ficam enfraquecidos devido a sucessivas crises e internações (DALMOLIN, 2006).

Neste sentido, os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) são serviços que têm como principal proposta terapêutica as atividades grupais, regidos pela lógica psicossocial. Sendo assim, são espaços que promovem uma rede de relações existentes entre aqueles que escutam e cuidam e os sujeitos que experienciam as dificuldades na qual a resolução dos problemas ocorre em conjunto com todas as pessoas envolvidas neste processo (AMARANTE, 2007).

Diante disso, a proposta dos grupos operativos apresenta-se como um importante recurso terapêutico a ser utilizado atendendo a proposta de reabilitação, pois promove a construção de estratégias de enfrentamento das situações do cotidiano.

O grupo operativo trata-se de um conjunto de pessoas que estão articulados por constantes de tempo, espaço e mútua representação interna, e de forma explícita ou implícita propõem-se a assumir papéis e desenvolver tarefas (PICHON-RIVIÈRE, 2009).

A realização da tarefa possibilita conhecer as dificuldades individuais, a identificação dos obstáculos que impedem o desenvolvimento da pessoa e, também, auxilia o encontro de formas de enfrentamento dos problemas (ZIMERMAN, 2000).

Neste sentido, o enfermeiro insere-se neste contexto de cuidado no qual as relações interpessoais são prioritárias e tem por proposta a reabilitação psicossocial, ou seja, auxilia as pessoas a encontrarem outras formas de lidar com seu sofrimento o que propicia um novo olhar frente suas experiências, podendo, dessa forma, reinventar-se diante das adversidades e reconstruir sua trajetória no mundo.

Assim, o enfermeiro necessita incluir-se em atividades que contemplam toda a complexidade da pessoa em sofrimento psíquico regida pelo modelo psicossocial, precisando promover a construção de espaços que promovam a reabilitação biopsicossociocultural e política deste indivíduo (KANTORSKI et al, 2010).

Neste sentido, a reabilitação psicossocial representa um conjunto de meios utilizados para melhorar a vida das pessoas em sofrimento mental, levando em consideração a complexidade e subjetividade do ser humano, por isso, as estratégias de cuidado também são complexas (PITTA, 2016).

Diante disto, pretende-se descrever a atividade grupal desenvolvida num CAPS na cidade de Pelotas a qual se denomina de Grupo de Literatura e Sentimentos.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência no qual é desenvolvido um trabalho de grupo com a proposta de funcionamento de grupo operativo, coordenado por uma enfermeira, que iniciou suas atividades no início do ano de 2017, ocorrendo semanalmente, durante 60 minutos, sendo um grupo aberto que possui um número máximo de 12 usuários.

Os grupos operativos têm como característica principal estar centrado em uma tarefa que pode ser aprendizagem, a cura, as relações interpessoais das instituições, entre outros (PICHON-RIVIÈRE, 2009).

Sendo assim, o referido grupo tem como disparador a leitura de um texto (conto, poema, frase...) que discorra sobre um sentimento que é definido pelos membros do grupo na sessão anterior e após se inicia a discussão do texto com o intuito de estabelecer estratégias para lidar com as situações do cotidiano. Cabe ressaltar que após a escolha do sentimento que será abordado no próximo grupo, um dos participantes fica responsável por escolher um texto que aborde o sentimento proposto e trazê-lo ao grupo no próximo encontro.

No primeiro dia de funcionamento, foram estabelecidas algumas combinações como sigilo e respeito pelo que for conversado na sessão; após o início da atividade os membros terão 15 minutos de tolerância e não pode ser usado o celular durante esse período.

Esta atividade grupal tem por objetivo: promover a verbalização de sentimentos e estimular a troca de experiências geradas por esses sentimentos, procurando repensar e estabelecer estratégias de enfrentamento de conflitos, bem como, estimular pensamentos que potencializam o desenvolvimento de habilidades.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A discussão dos textos promove a interação entre os membros que se identificam entre si e constroem juntos estratégias de enfrentamento aos seus conflitos, o que apresenta potência no processo de reabilitação psicossocial.

Assim, o trabalho em grupo possibilita que o indivíduo reviva suas relações interpessoais, existentes nos outros ambientes em que convive, possibilitando que os diversos aspectos e conflitos que estão presentes em sua vida possam ser trabalhados no ambiente terapêutico de um grupo.

Para muitas pessoas o grupo é o único local disponível para refletirem sobre si e seus relacionamentos, assim como para exercitarem a reinserção na família e na comunidade (MUNARI; FUREGATO, 2003).

Os participantes reúnem-se para ouvir o texto e compartilhar suas experiências. É com o propósito de promover trocas de experiências que as discussões ocorrem, surgindo diferentes opiniões e posicionamentos, e isso, promove a aceitação de pensamentos e posicionamentos diferentes entre os participantes, bem como, o enriquecimento de conhecimento perante as experiências alheias.

Através das vivências no grupo, as pessoas aprendem como são percebidas pelas outras pessoas, como se colocam diante de si e frente aos outros,

compreendendo, também, o motivo pelo qual agem de determinada forma nos seus relacionamentos (MUNARI; FUREGATO, 2003).

Além disso, na medida em que o grupo foi se consolidando pode-se notar que a interação entre os seus membros promove uma relação de cooperação e pertencimento a um grupo, superando os encontros semanais e produzindo laços afetivos entre os participantes do grupo fora do CAPS.

Deste modo, ocorre a reinserção social dentro do território e o fortalecimento da rede de cuidados e convivência cotidiana, uma vez que, um dos objetivos do CAPS é a promoção de autonomia e ampliação da rede de cuidados.

Diante do exposto podemos constatar dois fenômenos grupais descritos por Pichon-Rivière (2009), o sentimento de *pertença* no qual ocorre uma maior integração com o grupo, permitindo que os participantes criem uma *estratégia*, uma *tática*, uma *técnica* e uma *logística*. E a *cooperação* que significa a contribuição para que tarefa grupal seja alcançada.

Durante o grupo pode ser percebido que muitas vezes o processo de sofrimento psíquico vai “minando” a experiência dos indivíduos o que faz com que as pessoas passem a ser vistas como uma doença e seus sintomas. E é através da experiência em grupos que se torna possível reestabelecer a condição de sujeito de sua vida, pois quando se reconhecem nos outros já não se encontram sozinhos.

A tarefa realizada nos grupos operativos, possibilita que o sujeito consiga discernir as relações sociais, através da aprendizagem e assim toma consciência de sua própria identidade e da identidade dos outros dentro da realidade (PICHON-RIVIERE, 2009).

Na medida em que conseguem juntos construir pensamentos e estratégias a respeito de um determinado tema, percebem que são capazes de realizar mudanças. Assim, quando isso é percebido como necessário por eles, são capazes de defender seu ponto de vista e assumirem sua postura diante de determinadas situações que acreditam ser adequada para si. Desse modo, cabe ao coordenador buscar que o grupo se volte para a tarefa, procurando auxiliar as pessoas a encontrarem as alternativas para resolução de forma a facilitar o processo.

Outro aspecto é a escolha do tema a ser abordado no encontro seguinte, definido pelos participantes do grupo. E a decisão de um deles responsabilizar-se por trazer um texto que fale sobre o sentimento que será abordado no próximo encontro estimula que as pessoas atuem de forma ativa neste processo, fortalecendo sua autoestima e autonomia.

Segundo Pichon-Rivière (2009), nas técnicas grupais a função do coordenador consiste em estimular a comunicação de forma a promover o desenvolvimento progressivo da tarefa, valendo-se do processo de aprendizagem, operatividade e comunicação.

A experiência de coordenar o grupo promove um novo olhar sobre o processo de cuidado às pessoas em sofrimento psíquico, gerando um enriquecimento para a melhora da qualidade de vida dos usuários, sendo esse processo visível à medida que se interage com seus membros.

Com isso, as relações entre o coordenador e seus membros ocorre de forma horizontal, estimulando a participação de todos na tarefa proposta. E isso possibilita que o grupo se torne um ambiente de aprendizado mútuo.

4. CONCLUSÕES

A utilização da atividade grupal é uma abordagem ampliada para construção da reabilitação e reinserção social, pois o grupo permite a interação entre seus membros, formando um ambiente no qual podemos trabalhar com conflitos presentes na vida cotidiana dos usuários e em suas relações interpessoais na sociedade.

A experiência de grupo descrita auxilia na promoção do resgate da autoestima emergindo a condição da pessoa de protagonista de sua própria existência. Além de proporcionar que, ao se aceitarem no mundo e não mais sozinhos, podem se sentir pertencentes ao ambiente grupal e social.

Pode-se destacar que o crescimento e o aprendizado proporcionado nesta atividade perpassam todos membros do grupo, inclusive o coordenador que a cada encontro fortalece suas convicções e luta por um cuidado digno e em liberdade das pessoas em sofrimento psíquico.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMARANTE, P. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.

DALMOLIN, B. M. **Esperança equilibrista**: cartografias de sujeitos em sofrimento psíquico. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2006.

KANTORSKI, L. P. et al. A atuação do enfermeiro nos centros de atenção o psicossocial à luz do modo psicossocial. **Revista Mineira de Enfermagem**, v.14, n.3, p. 399-407, 2010.

MUNARI, D. B.; FUREGATO, A. R. F. **Enfermagem e grupos**. 2ª ed. Goiania: AB, 2003.

PICHON-RIVIÈRE, E. **O Processo Grupal**. 8.ed. São Paulo: Editora Martins Fontes, 2009.

PITTA, A. M. F. (org). **Reabilitação psicossocial no Brasil**. 4. Ed. São Paulo: Hucitec, 2016.

ZIMMERMAN, D. E. **Fundamentos Básicos das Grupoterapias**. 2ª ed. Porto Alegre: Artimed, 2000.