

Grupo Psicoterapêutico em um Centro de Atenção Psicossocial: Lugar de Ser

Artigo de Relato de Experiência

Helena Palavro Basso

Jéssica Prates Ribeiro

Resumo: O presente relato de experiência traz a construção exitosa do grupo psicoterapêutico Trocando Ideias inseridos na realidade de um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) em uma cidade da Serra Gaúcha. Considera-se o CAPS como principal dispositivo da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) e fundamental para a legitimação da reforma psiquiátrica iniciada no Brasil na década de 70. O trabalho em grupo é uma das principais formas de cuidado nos CAPS, sendo preferencial ao tratamento individual. A clínica ampliada visa a singularidade e a integralidade dos sujeitos, produzindo saúde e ampliando a autonomia através da construção de vínculos. Nesse sentido, considera-se os grupos como uma importante estratégia de cuidado em saúde mental promovendo a atenção integral e humanizada. Os grupos constituem um espaço que favorece a autonomia, socialização e expressão.

Palavras-chave: CAPS. Grupo. Psicoterapêutico.

Introdução

Desde que se pronunciou a saúde como direito de todos e dever do estado (BRASIL, 1988) vem-se lutando constantemente e avançando devagar e sempre na defesa da integralidade, universalidade e equidade da saúde. Confronta-se os retrocessos e busca-se fortalecer o Sistema Único de Saúde (SUS) e as políticas públicas em prol de uma saúde de qualidade, integral e humanizada. A humanização perpassa

por tratar a pessoa, não a doença, valorizando os sujeitos implicados na produção da saúde. A política de humanização traz os valores da clínica ampliada, da autonomia, do protagonismo do sujeito, da corresponsabilidade, do vínculo e da participação coletiva (BRASIL, 2004; 2007). Concomitante ao movimento da Reforma Sanitária que resultou na criação do SUS e garantia constitucional da saúde, a Reforma Psiquiátrica resultou na criação de serviços substitutivos a internação psiquiátrica, reafirmando que todo cidadão tem o direito fundamental à liberdade, vivendo em sociedade e recebendo tratamento adequado. Dentro dessa rede o CAPS é considerado o dispositivo de Saúde Mental estratégico para a efetivação da reforma psiquiátrica – que segue em construção (NUNES; TORRES; ZANOTTI, 2015).

No final da década de 70 iniciou-se o Movimento da Reforma Psiquiátrica no Brasil, que propunha uma revisão do modelo hospitalocêntrico de assistência e denunciava violações aos direitos das pessoas internadas em hospitais psiquiátricos, sendo historicamente excluídos da sociedade e discriminados. Com o lema “por uma sociedade sem manicômios” o Movimento da Luta Antimanicomial sugere a reorganização do modelo de atenção à Saúde Mental a partir de serviços abertos, territorializados e comunitários, garantindo a cidadania e a manutenção da autonomia de usuários e familiares, inaugurando assim um novo lugar para a loucura dentro da sociedade.

O Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) é uma conquista da Reforma Psiquiátrica, sendo o principal equipamento da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS). A RAPS tem como diretrizes e objetivos a base comunitária e territorial, a atenção humanizada, a substituição do modelo asilar, o respeito aos direitos humanos, a autonomia e a liberdade das pessoas (BRASIL, 2015). No CAPS é oferecido um espaço de criação de vínculos, de convivência e de fortalecimento de redes de relação dos usuários (CFP, 2013). Sendo serviços de caráter aberto e comunitário, constituído de equipe multiprofissional trabalhando de forma interdisciplinar o CAPS é promotor de vida e de inclusão, tendo como principal objetivo o tratamento e reabilitação psicossocial e promoção de cidadania e dos direitos dos sujeitos, estimulando a autonomia (BRASIL, 2015).

Dentro do contexto de Reforma Psiquiátrica, a clínica ampliada demonstra sua relevância a partir de uma prática que percebe os sujeitos em sua complexidade e integra os diferentes saberes na produção

de cuidado em saúde mental (GRIGOLO; PAPPIANI, 2014). O acolhimento e o vínculo fazem parte da clínica ampliada, nesse sentido o trabalho em oficinas e grupos é de grande importância, por valorizar tanto as diversidades quanto as singularidades, ofertando possibilidades aos usuários (FREITAS, 2010). Considerando o sujeito complexo em toda sua integralidade, na promoção da saúde do sujeito e nas estratégias de cuidado está incluso o grupo psicoterapêutico. O grupo trata-se de um dispositivo de cuidado reconhecido como um espaço adequado e acolhedor para a exploração das subjetividades, sentimentos e pensamentos dos sujeitos (BALLENZANI; COUTINHO; CHAVEIRO, 2009). Os grupos têm o objetivo de potencializar as trocas dialógicas e o compartilhamento de experiências, sendo um espaço de debate e de auxílio mútuo. Trata-se de espaços de comunicação e integração onde o sujeito desenvolve suas capacidades de criatividade e expressão, valorizando e respeitando as diversidades. A prática grupal amplia a autonomia e socialização dos sujeitos (BENEVIDES *et. al.*, 2010).

Rogers (1970, p. 5) classifica e nomeia o grupo que pretende “acentuar o crescimento pessoal e o desenvolvimento e aperfeiçoamento da comunicação e relações interpessoais, através do processo experiencial” como grupo de encontro. São grupos pequenos e não estruturados, onde o próprio grupo escolhe os próprios objetivos e direções.

O grupo serve como um espaço de relação e vínculo, onde as relações e o ambiente são facilitadores de crescimento pessoal. O encontro pode promover um estímulo à Tendência Atualizante, presente em todos os indivíduos, descrita por Rogers (1956) como a capacidade de crescimento e desenvolvimento presente em todos os indivíduos, capaz de trazer reestruturação e reorganização do *self*, onde o sujeito percebe suas possibilidades de vir a ser, com maturidade, responsabilidade e liberdade. Trata-se da tendência latente aos indivíduos para o crescimento e desenvolvimento, que é liberada quando há um clima psicológico e uma relação interpessoal adequados, o desenvolvimento se dá no encontro com o outro. Um clima facilitador se dá quando há consideração pelo outro, uma atmosfera de autenticidade e de interesse compreensivo (ROGERS, 1956). Fonseca (1986) coloca o ser humano como um conjunto de potencialidades com capacidade de autoatualização e realização. Neste sentido a potencialidade é mais importante que a patologia ou as dificuldades que o sujeito apresenta. Assim, os grupos de encontro quebram uma lógica de trabalho onde o facilitador

era programado para fornecer e propor atividades que estimulassem a expressividade dos sujeitos, de forma fragmentada, embora dentro do contexto grupal. Portanto se valoriza a espontaneidade do devir coletivo a partir das particularidades existenciais do grupo e dos seus integrantes, com seus interesses, motivações e o contexto que os cerca. Dessa forma deve ser valorizada a expressividade e experiências dos integrantes, assim como suas necessidades e sentidos que atribuem a partir de suas necessidades e capacidades.

O grupo é um espaço de humanização, onde se trabalha com a proposta da atenção centrada nas pessoas que compõem o mesmo, valorizando suas potencialidades, suas subjetividades, sua autonomia, seu protagonismo e suas experiências. A humanização não é uma técnica, mas um posicionamento de valorização do outro enquanto pessoa em sua integralidade. É uma ética de cuidado, um jeito se ser. O grupo que funciona como uma ferramenta de “maior envolvimento nas relações interpessoais, baseado na compreensão empática, na aceitação e genuíno interesse pela pessoa do outro como tal, seria propiciador do desenvolvimento de todos os envolvidos” (OLIVEIRA; CURY, 2020, p. 11).

Metodologia

O Grupo Psicoterapêutico Trocando Ideias teve seu início em Maio de 2022 e segue em desenvolvimento. A ideia do grupo nasceu de uma necessidade percebida diante da realidade do esvaziamento a ambulatorização CAPS após o período pandêmico, em que muitas práticas grupais deixaram de acontecer, deixando de constituir um espaço de socialização e interação tão necessário e importante aos sujeitos. Aos poucos, estavam sendo retomadas as atividades grupais, entretanto, observou-se que as oficinas realizadas eram todas voltadas ao fazer, à produção de algo ou à uma atividade específica, inexistindo um lugar aberto ao diálogo e a expressão de pensamentos e sentimentos, faltando um lugar de ser. Assim iniciou-se a proposta de criação e desenvolvimento do grupo psicoterapêutico Trocando Ideias.

O grupo Trocando Ideias foi estruturado para ser aberto e contínuo, realizado em encontros semanais com cerca de uma hora de duração. Traz as características de um grupo de encontros, onde são os participantes que constroem o grupo a partir das temáticas que fazem

sentido para o coletivo naquele momento, servindo como um lugar seguro e um espaço acolhedor.

Análise e discussão

Devido à uma característica muito cultural da região, se percebe uma baixa adesão em atividades coletivas voltadas à saúde, principalmente na população em idade produtiva. Também pelo perfil dos participantes do grupo, pessoas que, em geral tinham compromissos com estudos e trabalhos, o grupo, pensado para comportar no máximo dez pessoas por encontro, teve uma participação tímida, de um número menor de pessoas, porém constante. O grupo serviu como espaço de discussão dos mais diversos temas, escolhidos pelos usuários, alguns exemplos foram: qualidade de vida, alimentação saudável, mercado de trabalho, emoções, resolução de conflitos, cuidados em saúde mental, entre outros. A construção e elaboração do grupo mostrou sua relevância como um novo espaço para os usuários onde podem se expressar livremente. No grupo é possível a troca e a reflexão a partir de diferentes pontos de vista. Também demonstra sua importância na clínica ampliada, trabalhando com a integralidade da saúde dos sujeitos e na humanização da atenção, conceitos imprescindíveis ao trabalho no Sistema Único de Saúde (SUS).

O grupo constitui-se como um espaço onde os sujeitos podem colocar o que pensam, o que vivem e o que sentem, valorizando as potencialidades e singularidades dos sujeitos, oferecendo um local de fala, mas também um local de escuta e acolhimento. O grupo é construído pelos seus integrantes, sendo imprevisível, mesmo quando há um planejamento. O espaço grupal como dispositivo de ação é pensado de forma a possibilitar um espaço de escuta e acolhimento, entendido como necessário, onde os sujeitos possam se expressar livremente, trazendo em suas narrativas suas histórias singulares, suas angústias, seus pensamentos e emoções. A atividade em grupo tem como objetivo fornecer um espaço de fala e expressão dos sentimentos e subjetividades dos participantes.

Heberle e Oliveira (2016) colocam que a prática grupal possibilita ao participante, além da troca de experiências, a resolução de problemas, a reinserção social e a estimulação da responsabilidade sobre si mesmo e sobre a própria saúde. Os participantes reconhecem o grupo como um

espaço de acolhida, segurança e ajuda, favorecendo a escuta de si, as elaborações, a participação social, o autoconhecimento e a mudança positiva (FURLAN; RIBEIRO, 2011). Nascimento e Galindo (2017) colocam o grupo como um espaço de empoderamento dos sujeitos, possibilitando uma postura crítica e ativa diante da sua realidade. Ressaltam que se constituem como espaços de diálogo, aprendizagem e educação em saúde. Os grupos promovem a construção coletiva e ativa de soluções a partir de mudanças nas compreensões e percepções dos problemas. O grupo possibilita a emergência da singularidade do sujeito no espaço coletivo. Cada pessoa que compõem o grupo traz consigo uma forma de ver o mundo criada a partir dos vínculos e acontecimentos de sua história. Benevides *et. al.* (2010) relatam que, ao ingressarem em um grupo terapêutico, os sujeitos melhoram suas relações sociais, o nível de conhecimento acerca das questões discutidas no grupo, adquirem maior autoconfiança e apoio emocional e melhoram a capacidade de lidar com situações relacionadas a sua saúde mental e sofrimento psíquico.

Fonseca (1986) compara o funcionamento inicial do grupo a uma orquestra, que começa desencontrada e desafinada, mas que vai ganhando ordem artística a partir de sua intensidade, e formando uma sinfonia ordenada, com ritmo próprio. O processo grupal tem um funcionamento frequentemente desconcertante, mas rico, intenso e estimulante. É capaz de estimular a criatividade e fortalecer os sujeitos para o enfrentamento e transformação de suas questões existenciais. O grupo tem uma proposta diferenciada, fugindo das condições institucionais e exercícios de poder, se constituindo de forma descentralizada e com participação espontânea, apresentando as perspectivas dos integrantes. Neste contexto cabe ao coordenador do grupo ocupar o papel de facilitador da comunicação e das expressões dos pensamentos e dos sentimentos dos membros do grupo, observando as dinâmicas das interações (FONSECA, 1986).

Furlan e Ribeiro (2011) apontam a importância de o mediador ter um manejo com flexibilidade, espontaneidade, autenticidade, tolerância e a capacidade de mediar discussões, favorecendo assim o crescimento dos participantes do grupo e valorizando as formas do sujeito estar no mundo. O grupo não diretivo apresenta como angústia o não saber de que maneira se aproveitará o tempo destinado a realização do encontro, já que este aspecto surge das demandas do grupo. A falta de estrutura possibilita uma desinstitucionalização e um espaço de liberdade, mas também gera desconforto, surpresa, ansiedade e irritação quan-

to a falta de estrutura. A estrutura vai se construir a partir da relação entre os membros do grupo, seus sentimentos e atitudes para com os outros e consigo próprios, estabelecendo uma comunicação autêntica com sentimentos e pensamentos reais. Portanto o grupo de encontro tem por objetivo facilitar a expressão, as relações e o autoconhecimento, caracterizando-se como um espaço terapêutico seguro para o crescimento e desenvolvimento de seus membros (ROGERS, 1970).

Ouvir o outro e outros modos de existência, de produção, de afeto, de subjetividade e de experimentar desloca o espaço das angústias, antes vistas como individuais, para o campo do coletivo, valorizando o indivíduo e também o aspecto de ser social próprio do humano (BARROS, 1997). O grupo deve ter um clima psicológico de segurança, onde todos se sintam à vontade para ter liberdade de expressão. A liberdade de expressar sentimentos reais, positivos ou negativos, a confiança no vínculo grupal e a construção da empatia colaboram para o crescimento do sujeito, com maior aceitação do seu ser emotivo, intelectual e físico, de forma global, como ele de fato é, incluindo todas as suas potencialidades de vir a ser (ROGERS, 1970). Além disso, o grupo, como um todo, trabalha dentro dos princípios descritos por Rogers (1956): aceitação incondicional do outro, empatia e congruência, tornando-se um ambiente facilitador e formando uma relação promotora da Tendência Atualizante inerente aos sujeitos.

Conclusão

Quando colocamos em prática a clínica ampliada, passamos a atender a integralidade dos sujeitos, e não mais “fatiar o usuário” (MERHY, 2003) em um atendimento de linha de produção, onde cada trabalhador faz uma parte. O usuário existe em sua totalidade. É necessária a soma dos vários saberes para o fortalecimento da autonomia e protagonismo do usuário, produzindo o cuidado em conjunto com o mesmo. Assim como versou Basaglia, a doença deve ser posta entre parêntesis – se é que compreendemos essa forma de existência como doença – para que se possa olhar para o sujeito que possui uma história (FREITAS, 2010). O grupo constitui-se como um espaço onde os sujeitos podem colocar o que pensam, o que vivem e o que sentem, valorizando as potencialidades e idiossincrasias dos sujeitos, oferecendo um local de fala, mas também um local de escuta e acolhimento.

Referências

- BARROS, R. D. B. Dispositivos em Ação: O Grupo. *In: Lancetti, A. Saúde e Loucura*. 2. ed. São Paulo: Hucitec, 2009.
- BELLENZANI, R; COUTINHO, M. K. A. R. G; CHAVEIRO, M. M. R. S. As Práticas Grupais em um CAPS – Centro de Atenção Psicossocial: Sua Relevância e o Risco de Iatrogenias. *In: ENCONTRO NACIONAL DA ABRAPSO*, 15., 2009, Maceió. **Anais [...]**. Maceió: ABRAPSO, 2009. Disponível em: http://www.abrapso.org.br/siteprincipal/images/Anais_XVENABRAPSO/322.%20as%20pr%C1ticas%20grupais%20em%20um%20caps.pdf. Acesso em: 25 set. 2023.
- BENEVIDES, D. S; PINTO, A. G. A; CAVALCANTE, C. M; JORGE, M. S. B. Cuidado em saúde mental por meio de grupos terapêuticos de um hospital-dia: perspectivas dos trabalhadores de saúde. **Interface - Comunic., Saúde, Educ.**, v. 14, n. 32, p. 127-138, jan./mar. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/sGxSVwVhyjSyhWZXM8txYXS/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 25 set. 2023.
- BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília, DF: Presidência da República, 1988.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Especializada e Temática. **Centros de Atenção Psicossocial e Unidades de Acolhimento como lugares da atenção psicossocial nos territórios**: orientações para elaboração de projetos de construção, reforma e ampliação de CAPS e de UA. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização. **Clínica ampliada, equipe de referência e projeto terapêutico singular**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2007.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria Executiva. Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização. **HumanizaSUS: a clínica ampliada**. Brasília: Ministério da Saúde, 2004.
- CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (CFP). **Referências Técnicas para Atuação de Psicólogos(os) no CAPS - Centro de Atenção Psicossocial**. Brasília: CFP, 2013.

- FONSECA, A. H. L. O Modelo de Trabalho com Grupos na Abordagem Centrada na Pessoa. *In*: GOBBI, S. L.; MISSEL, S. T. (orgs.). Vocabulário da Abordagem Centrada na Pessoa. Porto Alegre, 1986.
- FREITAS, D. A. CAPS e seus dispositivos: por uma clínica comprometida com o sujeito. 2010. 28 f. Monografia (Trabalho de Conclusão do Programa de Aprimoramento Profissional em Saúde Mental) - Faculdade de Ciências Médicas. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2010. Disponível em: https://www.fcm.unicamp.br/fcm/sites/default/files/02_uma_clinica_comprometida.pdf. Acesso em: 25 set. 2023.
- FURLAN, V; RIBEIRO, S. F. R. A escuta do psicoterapeuta em grupo com pessoas em sofrimento mental atendidas em Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). **Vínculo**, São Paulo, v. 8, n. 1, 2011. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-24902011000100005. Acesso em: 25 set. 2023.
- GRIGOLO, T. M; PAPPIANI, C. Clínica Ampliada: Recursos Terapêuticos dos Centros de Atenção Psicossocial de um Município do Norte de Santa Catarina. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental**, Florianópolis, v. 6, n. 14, p. 1-26, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/68902/41459>. Acesso em: 25 set. 2023.
- HEBERLE, A. Y; OLIVEIRA, L. A. **Grupos terapêuticos em saúde mental**: uma modalidade na prática dos serviços de atenção à saúde mental. Florianópolis: Unoesc, 2016. Disponível em: <http://www.uniedu.sed.sc.gov.br/wp-content/uploads/2016/09/unoesc-ANDR%C3%89IA-YESS-HEBERLE.pdf>. Acesso em: 25 set. 2023.
- MERHY, E. E. **Como fatiar um usuário**: ATOMédico + ATOfenfermagem + ATOfx + ATOfy. Conselhos regionais de saúde MG: jornal unificado, 2003.
- NASCIMENTO, T. M; GALINDO, W. C. M. Grupo Operativo em Centros de Atenção Psicossocial na opinião de psicólogas. **Pesquisas e Práticas Psicossociais**, São João del Rei, v. 12, n. 2, e1384., abr./jun. 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082017000200013. Acesso em: 25 set. 2023.

- NUNES, V. S.; TORRES, M. A.; ZANOTTI, S. V. O psicólogo no caps: um estudo sobre oficinas terapêuticas. **ECOS – Estudos Contemporâneos da Subjetividade**, v. 5, n. 2, p. 135-146, 2015. Disponível em: <http://www.periodicoshumanas.uff.br/index.php/ecos/article/view/1649>. Acesso em: 25 set. 2023.
- OLIVEIRA, A. E. G; CURY, V. E. A Experiência de Pacientes Assistidos por um Serviço de Atenção Domiciliar (SAD). **Psicologia em estudo**, v. 25, e44108, 2020. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/PsicolEstud/article/view/44108>. Acesso em: 25 set. 2023.
- ROGERS, C. R. (1970) **Grupos de Encontro**. 8. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2002.
- ROGERS, C. R. (1956). **Tornar-se Pessoa**. São Paulo: Martins Fontes, 2019.