

**SIGNIFICADO DE VIVENCIAR UM GRUPO TERAPÊUTICO JUNTO A UM PROJETO DE EXTENSÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA****THE MEANING OF PARTICIPATING IN GROUP THERAPY WITHIN AN OUTREACH PROJECT: AN EXPERIENCE REPORT****SIGNIFICADO DE EXPERIMENTAR UN GRUPO TERAPÉUTICO JUNTO CON UN PROYECTO DE EXTENSIÓN: RELATO DE EXPERIENCIA**

Jurema Ribeiro Luiz Gonçalves<sup>1</sup>, Pollyana Pagliaro Borges Soares<sup>2</sup>, Camila Morena Margato Silva<sup>3</sup>, Mariana Silva Oliveira<sup>4</sup>, Amanda Ribeiro Gonçalves<sup>5</sup>, Érica Aparecida dos Santos<sup>6</sup>

**RESUMO**

O trabalho objetivou descrever o significado de vivenciar um grupo terapêutico como forma de capacitação junto a um projeto de extensão. Trata-se de um relato da experiência de vivenciar um grupo terapêutico realizado com 11 pessoas dentre elas graduandas, mestrandas e docentes do Curso de Enfermagem, integrantes de um Projeto de Extensão da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. O intuito foi possibilitar ao grupo o conhecimento dessa técnica como forma de assistência de enfermagem, por meio da capacitação da equipe para utilização dessa estratégia, após refletirem seus benefícios enquanto integrantes do grupo. Para avaliar os resultados utilizou-se uma questão norteadora contemplando o significado de participar do treinamento. A análise dos dados decorreu segundo análise de conteúdo proposta por Minayo. Foram observadas como resultados as seguintes categorias: I - Compartilhar experiências; II - Identificação; III - Auto avaliação. A partir da experiência foi possível evidenciar crescimento pessoal e profissional dos integrantes.

**Descritores:** psicoterapia de grupo, saúde mental, enfermagem.

**ABSTRACT**

The objective of this study was to describe the meaning of participating in group therapy training as part of an outreach project. This is an experience report of 11 people, including nursing undergraduate and graduate students and faculty, all of which were members of an Outreach Project by Universidade Federal do Triângulo Mineiro. The purpose was to allow the group to learn about group therapy as a nursing care approach and to train the team to use this strategy after reflecting, as a group, about the benefits of the strategy. The results were evaluated using a guiding question that contemplated the meaning of participating in the training program. Data analysis was performed using content analysis as proposed by Minayo.

<sup>1</sup> Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Curso de Graduação em Enfermagem da UFTM (Universidade Federal do Triângulo Mineiro). Docente do Programa de Pós-graduação Stricto Sensu Atenção à Saúde, Uberaba, MG, Brasil. E-mail: jugoncalves@enfermagem.uftm.edu.br.

<sup>2</sup> Enfermeira. Mestranda em Atenção à Saúde da UFTM. E-mail: polly-pb@hotmail.com.

<sup>3</sup> Acadêmica de enfermagem da UFTM. E-mail: camilinha\_morena\_silva@hotmail.com.

<sup>4</sup> Acadêmica de Enfermagem da UFTM. E-mail: maholiveira7@hotmail.com.

<sup>5</sup> Acadêmica de Enfermagem da UFTM. E-mail: mandy.ribeiro93@hotmail.com.

<sup>6</sup> Enfermeira. Mestranda em Atenção à Saúde da UFTM. E-mail: ericasfx@gmail.com.

The following categories were found: I – Sharing experiences; II - Identification; III – Self-evaluation. The experience revealed the personal and professional growth of the participants.

**Descriptors:** group psychotherapy, mental health, nursing.

## RESUMEN

Se objetivó describir el significado de experimentar un grupo terapéutico como modo de capacitación conjuntamente con un proyecto de extensión. Relato de experiencia de compartir con un grupo terapéutico de 11 personas, entre ellas alumnas de grado, de maestría y docentes del Curso de Enfermería, integrantes de un Proyecto de Extensión de la Universidad Federal del Triángulo Mineiro. El objetivo fue ofrecer al grupo el conocimiento de esa técnica como forma de atención de enfermería, mediante capacitación del equipo para utilizar la estrategia, luego de reflexionar sobre sus beneficios en su carácter de miembros del grupo. Para evaluar los resultados se utilizó una pregunta orientadora, considerando el significado de participar del entrenamiento. Análisis de datos realizado según análisis de contenido de Minayo. Surgieron tres categorías: I- Compartir experiencias; II- Identificación; III- Autoevaluación. A partir de la experiencia, fue posible evidenciar crecimiento personal y profesional de los participantes.

**Descriptores:** Psicoterapia de Grupo; Salud Mental; Enfermería.

## INTRODUÇÃO

Mediante a necessidade de ampliar a abordagem de cuidados aos aspectos subjetivos do indivíduo, em um contexto de saúde arcaico e fragmentado, com enfoque apenas biológico, emerge a necessidade de subsidiar uma assistência integral que seja capaz de alcançar o ser humano em sua multidimensionalidade<sup>(1)</sup>.

Dessa forma, surge um novo significado para as práticas em saúde, a partir de uma visão que propõe a compreensão da complexidade das relações, das trocas e do próprio processo de cuidar em saúde, o que não pode ser apreendido como algo pronto, estático e/ou como um fim em si mesmo, pois se caracteriza como dinâmico e interativo; fenômeno que demanda um processo dialógico-reflexivo

por parte dos profissionais da saúde, usuários, instituições e pesquisadores<sup>(2)</sup>.

Frente a isso, questiona-se o preparo profissional para o alcance da compreensão do cuidado, enquanto essência da integralidade do ser, de modo que sua ação contemple a pessoa humana nos aspectos biopsicológico, emocional, social, cultural e espiritual. A subjetividade perpassa por uma dimensão na qual os profissionais precisam aprimorar seus conhecimentos para identificar as necessidades de bem-estar de cada sujeito e então atuar<sup>(3,4)</sup>.

Essa abordagem encontra diversas dificuldades de aderência no contexto de práticas de saúde. Os profissionais admitem a necessidade de uma assistência voltada ao emocional, entretanto identificam-se diversos entraves como lacunas na

formação, inexperiência, despreparo, medo de envolver-se e insegurança<sup>(3,4)</sup>.

Diante do exposto, a enfermagem configura-se como agente viabilizador deste processo, oferecendo assistência com enfoque na saúde mental. Para tanto, o profissional enfermeiro, munido de preparo e conhecimentos, amplia seu olhar na perspectiva de enxergar o ser intersubjetivamente, de forma a alcançar o indivíduo em suas relações, considerando o contexto, cenário de suas vivências, experiências, valores e sentimentos<sup>(1)</sup>.

Neste contexto, o grupo terapêutico consolida-se como uma estratégia da assistência de enfermagem, que possibilita a construção de saberes e reformulação de conceitos, levando a mudança de comportamento. Constitui uma ferramenta importante na promoção da saúde, bem como na prevenção e no tratamento de doenças<sup>(5)</sup>. Como tal, o grupo tem o intuito de possibilitar a ressocialização, a ajuda mútua e um espaço para se exercer o pensamento crítico<sup>(6)</sup>.

Mediante as possibilidades de intervenção do enfermeiro no que concerne à assistência de enfermagem com abordagem aos aspectos subjetivos do indivíduo, e a utilização do grupo terapêutico como ferramenta importante neste contexto, o trabalho objetivou descrever o significado de vivenciar um

grupo terapêutico como forma de capacitação junto a um projeto de extensão.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de um relato de experiência sobre vivenciar um grupo terapêutico realizado com 11 pessoas, sendo seis graduandas, duas mestrandas e três docentes do Curso de Enfermagem, integrantes do Projeto de Extensão Promoção da Saúde Mental do Idoso Institucionalizado da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. O intuito de realizar a Terapia Comunitária somente com os integrantes do projeto foi possibilitar o conhecimento dessa técnica como forma de assistência de enfermagem, por meio da capacitação da equipe para a utilização dessa estratégia após reflexão sobre os seus benefícios.

O desenvolvimento das atividades grupais teve como embasamento os pressupostos da Terapia Comunitária (TC), a qual tem sua identidade alicerçada no pensamento sistêmico, na teoria da comunicação, na antropologia cultural e na resiliência. Consiste em uma metodologia de intervenção centrada na reflexão do sofrimento causado pelas situações estressantes, favorecendo a criação de espaços de partilha de sofrimentos, digerindo uma ansiedade paralisante que traz riscos à saúde<sup>(7)</sup>.

Assim, foram realizadas quatro reuniões, sendo uma por semana, no mês de agosto de 2011, coordenadas por um terapeuta auxiliado por um co-terapeuta. Os temas discutidos emergiam a cada encontro, de acordo com as necessidades manifestadas pelo grupo, considerando as seguintes fases da TC: 1) acolhimento, 2) escolha do tema, 3) contextualização, 4) problematização e 5) encerramento<sup>(8)</sup>.

Para alcançar o objetivo, utilizou-se a seguinte questão norteadora: “Qual o significado de vivenciar o grupo terapêutico?”. As respostas foram escritas e entregues ao pesquisador responsável. Os dados foram digitados, analisados e categorizados pela técnica de análise de conteúdo, que abrange três etapas: pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados obtidos<sup>(9)</sup>. Os participantes do grupo foram identificados pelas Letras P, acrescidos de um número arábico (P1, P2, P3 [...]), garantindo assim o anonimato, mantendo princípios éticos.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal do Triângulo Mineiro, protocolo de N° 2245.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos depoimentos feitos pelo grupo permitiu a construção de 3 categorias: I - Compartilhar experiências; II - Identificação; III - Auto avaliação.

### Categoria I: Compartilhar experiências

Durante o desenvolvimento dos grupos, a relação de confiança e cumplicidade foi estabelecida gradativamente, proporcionando um ambiente propício para o compartilhar de experiências pessoais, perspectivas, frustrações e dificuldades. Com isso, o grupo se tornou um espaço para expor vivências, valorizar opiniões e pensamentos, possibilitando trocas, com enfoque nas estratégias para lidar com os problemas.

Na percepção do grupo, compartilhar experiências remete a sensações de amizade, alívio, aceitação da fragilidade, aprendizado, troca, reformulação de idéias, descoberta de novos conceitos e aprendizado mútuo. Isso pode ser verificado nos depoimentos seguintes:

*É um ambiente seguro para compartilhar experiências, fraquezas, desabafar, se abrir, e às vezes simplesmente ouvir. [P 7]; Pude perceber a maneira que outras pessoas lidam com situações. Esse compartilhar nos faz sentir mais juntos uns dos outros. [P 8]; [...] foram momentos de aprendizado, de troca. [P 5].*

Uma das características primordiais do grupo é que os indivíduos se sintam mutuamente apoiados, recebidos em um ambiente acolhedor, de confiança e

solicitude, em que as pessoas possam falar de seus medos e anseios<sup>(10)</sup>. Neste sentido, a coesão entre o grupo favorece a aceitação e facilita a efetiva participação dos membros nas atividades, o que contribui para a manifestação de sentimentos e compartilhar de experiências de maneira autêntica e sincera, fortalecendo o grupo<sup>(11)</sup>.

Dessa maneira, o acolhimento permite que o indivíduo encontre um espaço para ser ouvido, aumentando a sua auto-estima e permitindo o desenvolvimento de autonomia, sendo estruturada sua capacidade de visualizar resolução de problemas através do compartilhar de idéias<sup>(12)</sup>.

#### Categoria II: Identificação

No contexto do compartilhar de experiências, verificou-se a identificação com o depoimento do outro, de forma que era possível vislumbrar a similaridade entre as pessoas e seus problemas. Assim, ao refletirem sobre circunstâncias remotas ou atuais vivenciadas, os membros se identificavam entre si, o que proporcionou conforto pela sensação de não estar sozinho. Mediante a percepção de similaridades entre os indivíduos, foram abordadas pelo facilitador do grupo questões como efemeridade dos problemas da vida, auto-aceitação, possibilidades de recomeços e visualização do problema sob outro aspecto, com ênfase na mudança de comportamento mediante estratégias

particulares compartilhadas pelos integrantes:

*[...] uma vez que tive a oportunidade de ouvir depoimentos que se aproximam de minhas dúvidas e angústias, consegui entender que tenho o direito de ser frágil e expor meus sentimentos, e ver que não sou a única e que não estamos sozinhos, nos tornamos mais fortes quando estamos em grupo. [P 4];*

*[...][...] como foi bom ver que existem pessoas tão parecidas com a gente, com as mesmas angústias, medos, aflições.*

*[...] [P 6]; Estar de frente com outras pessoas, olhar nos olhos. Se ver nos depoimentos dos outros, se identificar, repensar, descobrir novos conceitos e às vezes até mudar de opinião, se reconstruir. [P 7].*

O grupo pode exercer efeito terapêutico quando conduzido corretamente, e sua efetividade surge através do desenvolvimento de discussões de fenômenos humanos como ansiedades, defesas, disputas, projeções e resistências, permitindo a identificação entre os integrantes e auxiliando na percepção de si mesmo e do outro sob um novo enfoque<sup>(13)</sup>.

Em relação à participação em grupos, verificam-se mudanças comportamentais incentivadas pela identificação entre os integrantes em relação aos sentimentos

manifestos, apontando para redução de ansiedade à medida que discutem suas angústias e falam sobre seus problemas<sup>(14)</sup>.

Diante disso, atribuem-se as iniciativas para mudança à força exercida pelo trabalho grupal nos contextos comunitários, de forma a realçar as potencialidades como um fomentador de transformação e ferramenta de mudança individual<sup>(15, 16)</sup>.

Assim, reintegrar, inserir e promover a socialização dos membros participantes de oficinas terapêuticas permite a forma de ação e pensamento coletivos, além do trabalho, respeito a diversidade, subjetividade e capacidade de cada integrante do grupo<sup>(17)</sup>.

### Categoria III: Auto-avaliação

Na percepção dos participantes, vivenciar o grupo terapêutico proporcionou a oportunidade de introspecção e reflexão sobre a própria vida. Isso pode ser evidenciado pelos depoimentos que expressam a contribuição do grupo na valorização do pensamento reflexivo, conforme demonstrado nas falas a seguir:

*Grupo terapêutico para mim é confronto. É momento de parar para pensar, refletir, fazer auto-avaliação [...] organizar idéias. [P 7]; [...] Ainda nos momentos que permaneci em silêncio e, talvez, principalmente nesses momentos, pude refletir sobre*

*vários aspectos da minha vida que estavam esquecidos. [P 6].*

*[...] olhar para questões pessoais e refletir sobre como modificá-las. [P 8]*

A vivência grupal representa reconhecimento da vida e da realidade de forma a contribuir para benefício do indivíduo, uma vez que suscita questões como fatores existenciais, que colocam a pessoa frente a frente com a finitude humana e com o reconhecimento das realidades que a compõem<sup>(10)</sup>.

Estudos evidenciam que a participação em grupos terapêuticos pode fortalecer identidade pessoal por meio da autorreflexão, possibilitando o reconhecimento de suas condições, características e comportamentos, permitindo reformulação de conceitos e mudanças, à medida que sensibiliza o indivíduo para as reais condições em que vive<sup>(18)</sup>.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da experiência de vivenciar o desenvolvimento de um grupo terapêutico foi possível conhecer essa técnica de intervenção e vislumbrar as possibilidades de aplicação em outros grupos, como forma de assistência de enfermagem. Percebeu-se que a cada encontro, o vínculo entre os integrantes aumentava, tornando a participação produtiva e evidenciando que

essa modalidade de assistência permite que a enfermagem tenha mais contato com os envolvidos e possa realizar um atendimento humanizado.

Mediante o exposto, verifica-se que as categorias estabelecem relação de consequência entre si, uma vez que a construção de um espaço propício para o compartilhar de experiências pessoais permite a identificação com o relato exposto pelo outro, onde o integrante do grupo se vê no depoimento referido, evidenciando a similaridade entre as situações vivenciadas. Assim, é capaz de se perceber, em um processo de autoavaliação e reflexão sobre a própria vida, o que repercute em novas possibilidades e estratégias de enfrentamento dos problemas, proporcionando crescimento pessoal e profissional aos integrantes.

## REFERÊNCIAS

- 1- Nunes ECDA, Silva LWS. A subjetividade de enfermeiros expressando em arte o significado Texto Contexto Enferm, Florianópolis, 2011; 20(3): 453-60.
- 2- Erdmann AL, Souza FGM, Backes DS, Mello ALSF. Construindo um modelo de sistema de cuidados. Acta Paul Enferm [online]. 2007 [acesso em: 10 jun 2012]; 20(2). Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php>
- 3- Scherer ZAP, Scherer EA, Labate RC. Interconsulta em enfermagem psiquiátrica: qual a compreensão do enfermeiro sobre esta atividade?. Rev Latino-am Enfermagem. 2002 ; 10(1):7-14.
- 4- Nunes ECDA, Silva LWS, Pires EPOR. O ensino superior de enfermagem: implicações da formação profissional para o cuidado transpessoal. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2011;19(2):[09 telas]
- 5- Zerbetto SR; Efigênio EB; Santos NLN; Martins SC. O trabalho em um Centro de Atenção Psicossocial: dificuldades e facilidades da equipe de enfermagem. Rev. Eletr. Enf.[internet]. 2011[acesso em: 25 Jun 2012]; 13(1):99-109. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista/v13/n1/v13n1a11.htm>.
- 6- Azevedo DM; Miranda FAN. Oficinas terapêuticas como instrumento de reabilitação Psicossocial: percepção de familiares. Esc Anna Nery. 2011; 15 (2): 339-45.
- 7- Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde (BR). O SUS e a Terapia Comunitária. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.
- 8- Grandesso MA. Terapia Comunitária: uma prática pós-moderna crítica - Considerações teórico-epistemológicas. In: Grandesso M, Barreto MR. Terapia Comunitária: tecendo redes para a transformação social, saúde, educação e políticas públicas. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2007. p. 181-9.
- 9- Minayo MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 11ª ed. São Paulo: Hucitec; 2008.
- 10- Santos LF, Oliveira LMAC, Munari DB, Peixoto MKAV, Barbosa MA. Fatores terapêuticos em grupo de suporte na perspectiva da coordenação dos membros do grupo. Revista Acta Paul Enferm. 2012; 25 (1): 122-127.
- 11- Erdman SA. Therapeutic factors in group counseling: implications for audiologic rehabilitation. Perspect Aural Rehabil Instrum. 2009; 16 (1): 15-28.
- 12- Benevides DS, Pinto AGA, Cavalcante CM, Jorge MSB. Cuidado em saúde mental por meio de grupos terapêuticos de um hospital-dia: perspectivas dos trabalhadores de saúde. RevistaInterface: Comunicação, saúde, educação. 2010; 127-38.
- 13- Sousa DLM, Pinto AGA, Jorge MSB. Tecnologia das relações e o cuidado do outro nas abordagens terapêuticas grupais

do centro de atenção psicossocial de Fortaleza – Ceará. Revista: Texto Contexto Enfermagem, Florianópolis, 2010. 19 (1): 147-54.

14- Wiethan FM, Souza APR, Klinger EF. Terapêutica grupal com mães nos casos de distúrbios de linguagem. Revista: Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia. 2010; 15(3): 442-51.

15- Zimerman D. A importância dos grupos na saúde, cultura e diversidade. Vínculo. 2007; 4 (4): 1-16.

16- Moreira MD. A orientação fonoaudiológica a pais e a capacitação da linguagem de seus filhos [dissertação]. Santa Maria: Universidade Federal de Santa Maria. Programa de Pós-graduação em Distúrbios da Comunicação Humana; 2007.

17- Azevedo DM, Miranda FN. Oficinas terapêuticas como instrumento de reabilitação psicossocial: percepção de familiares. Revista Escola Anna Nery. 2011; 15 (2): 339-345.

18- Oliveira NF, Munari DB, Bachion MM, Santos WS, Santos QR. Fatores terapêuticos em grupo de diabéticos. Rev. esc. enferm. USP [Internet]. 2009 [Acesso em: 20 jun 2012]; 43(3): 558-565. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php>

Artigo recebido em 18/07/2012.

Aprovado para publicação em 24/10/2013.