

O Grupo Experiencial Como Modelo de Ensino da Grupanálise

Autores:

José de Abreu-Afonso*; **Graça Galamba****; **Vera Proença*****

* Grupanalista da SPG PAG e GASI; Psicanalista da SPP e IPA

**Grupanalista da SPG PAG

*** Psicóloga Clínica

Resumo:

Na área da educação, o grupo experiencial segue a tradição que combina a aprendizagem com a vivência pessoal. Neste trabalho descreve-se a aplicação de um grupo experiencial na transmissão do modelo grupanalítico no mestrado em Psicologia Clínica do Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA), em Lisboa, ao longo de três anos consecutivos. Enquadra-se o ensino e a aprendizagem dos modelos grupais bem como a importância do conhecimento do grupo para os futuros profissionais da saúde mental, sublinhando-se a sua relativa ausência dos planos de formação académica. Esclarece-se a fronteira entre o grupo experiencial e a psicoterapia de grupo. Após uma contextualização das circunstâncias da experiência no ISPA, procede-se à análise de conteúdo dos questionários que os alunos preencheram num encontro posterior às três sessões que decorreram em quatro grupos durante dois anos lectivos. Os resultados, bastante encorajadores, revelam que a maioria dos participantes considerou o grupo um momento muito positivo, nomeadamente nos aspectos experienciais, pessoais e académicos, facilitando a compreensão do modelo teórico em causa. Esta experiência confirmou a nossa convicção de que o método de aprendizagem no qual os estudantes descobrem o grupo através do encontro é a única forma de fazer perceber o que é a sua dinâmica grupal e apreciar esse método de tratamento.

Palavras-chave: aprendizagem, grupanalise, grupo experiencial

Abstract:

In the educational field, the experiential group follows the tradition that combines learning with personal experience. This paper describes the application of an experiential group in the transmission of the groupanalytic model in the master's degree in Clinical Psychology, at the Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA) in Lisbon, for three years. The teaching and learning of group models and the importance of group knowledge for future mental health professionals are highlighted, emphasizing its relative absence in academic *curricula*. The frontier between the experiential group and the group psychotherapy is clarified. After explaining the circumstances of the ISPA experience, the three sessions that have taken place are briefly reported. We then proceed to the content analysis of the questionnaires that the students completed in a meeting after the three sessions that took place in four groups during

two academic years. The encouraging results, show that most of the participants considered the group a very positive moment, namely in its experiential, personal and academic aspects, facilitating the understanding of the theoretical model in question. This experience confirmed our conviction that the learning method in which students discover the group through the encounter is the only way to make them aware of the group dynamics and to appreciate this method of treatment.

Key words: experiential group, learning, group analysis,

I - Introdução

O Ensino e a Aprendizagem da Psicoterapia e da Psicoterapia de Grupo

Ensinar não é uma tarefa fácil. Sobretudo quando se explicam conteúdos cuja compreensão conceptual – por si só eventualmente difícil – pode estar tão distante do entendimento clínico almejado pelos estudantes e pelo professor, que tenta prepará-los para o contacto futuro com a complexidade do ser humano em sofrimento psíquico, e procura transmitir as inúmeras varáveis em jogo na relação terapêutica. Mas aprender é também um processo delicado. Aprender neste contexto algo novo pode implicar uma perda do conhecimento anterior, perda que pode ser mais difícil por implicar tanto o “*self*” como o exterior (Nichols, 1997, citada por Bacha, 2005).

Por tradição os *curricula* universitários favorecem um modelo de intervenção individual e por isso a abordagem à intervenção psicoterapêutica grupal é, para a maioria dos estudantes, pouco conhecida. Desde os anos iniciais da grupanalise, Foulkes desejou que ela fosse aplicada a outros contextos. Foi Jane Abercrombie (citada por Jacobs, 1979) que em 1960 procurou aplicar o pensamento grupanalítico ao ensino superior e foi quebrando as fronteiras rígidas entre a educação e a psicoterapia. Mas a extrapolação dos princípios grupo-analíticos para situações mais vastas encorajada por Foulkes acarreta, como sublinha Hughes (1983), dificuldades teóricas e práticas não obstante o inegável interesse da sua aplicação a âmbitos diferentes do contexto controlado da psicoterapia.

Como podemos contornar essas dificuldades tornando a transmissão do modelo eficaz, sem cometer erros grosseiros? Na área da educação a maioria dos cursos de sensibilização combina teoria, treino de perícias e uma componente experiencial que tem em vista o aumento da consciência de si e dos outros. Este aspecto é hoje relativamente vulgar, não só no treino de terapeutas mas também na formação de vários profissionais. Os “*T*” *groups* e os Grupos de Encontro deram a base conceptual para a implementação dos grupos neste contexto (Hughes, 1983). Recorde-se que os “*T*” *groups* nasceram no fim dos anos 40 inspirados pelo trabalho de Kurt Lewin com grupos de formação. São centrados sobre si próprios, com um fim de formação, visando a compreensão dos fenómenos grupais. Reúnem 10 a 15 pessoas

sem outra função que não seja a de sensibilizar para a interacção dentro do próprio grupo, sendo conduzidos por um animador não comprometido. Esta abordagem e as suas variações foram consideradas por Rogers como um dos desenvolvimentos educativos mais importante do sec. XX, sendo decisiva a sua influência no modelo terapêutico dos Grupos de Encontro, que mais tarde veio a desenvolver. Aqui, os participantes são convidados a observar a natureza das suas relações e o processo de grupo, mas o objectivo central é já a evolução pessoal de cada um (Rogers, 1970).

A Importância do Conhecimento do Grupo e os Planos de Formação Académica

Os benefícios da experiência grupal não se restringem unicamente aos futuros terapeutas de grupo. Dags e Evans (1997) sublinham como a vivência da psicoterapia de grupo psicodinâmica facilita, de facto, as competências para a psicoterapia individual. Na verdade, uma das perícias mais difíceis de adquirir no modelo psicanalítico é atender ao processo inconsciente. Especialmente para quem tem treino em medicina, e criou a necessidade de “fazer algo” ao doente ou “consertar” o que está mal, pode ser estranho perceber que o essencial em saúde mental é escutar.

A situação de grupo facilita a capacidade de escuta ao exigir uma maior atenção ao contexto, à linguagem corporal e à meta comunicação - aspectos comuns a todas as terapias - o que dá importância ao modelo grupal na formação de qualquer terapeuta (Dags & Evans, 1997). No entanto, a psicoterapia de grupo tem sido minimizada no “curriculum” pós-graduado em Psicologia e Psiquiatria, apesar da evidência empírica da sua eficácia como forma de tratamento de uma variedade de problemas psicológicos e psiquiátricos. Acresce que os grupos psicoterapêuticos são mais usados actualmente que no passado e, na medida em que esta prática se difunde, os psicólogos são mais chamados a conduzir grupos em contextos institucionais, clínicos e educativos.

Como apontam Markus e King (2003) há uma teoria, um conhecimento e perícias distintas no que toca à condução de grupos, que vão muito além do conhecimento da intervenção clínica e da psicopatologia. Mas as universidades privilegiam o modelo individual, não formando nem expondo suficientemente os alunos aos modelos grupais. E se é cada vez mais pacífico que os profissionais de saúde mental beneficiam de uma psicoterapia pessoal, também se deve cuidar que um psicólogo ou psiquiatra que vá trabalhar com grupos tenha uma experiência terapêutica grupal. Assumindo que a complexidade da formação clínica em intervenção grupal está fora do âmbito académico, a universidade deveria proporcionar o contacto ou, idealmente, uma primeira exposição às intervenções grupais, ou seja uma aprendizagem experiencial. Vejamos um pouco melhor do que se trata.

A Aprendizagem Experiencial na Formação dos Terapeutas

Os grupos experienciais no treino de *counsellors* e psicoterapeutas individuais proporcionam “... *a space for registering and sharing the impact that the new insights and understanding are having on the students. We often underestimate how deeply disturbing engaging with the material of the course can be.*” (Kegerreis, 2001: 266, citado em Bacha, 2005).

David Kolb (1984, citado por Books-Harris, 1997) descreve um ciclo de formação que inclui experiência concreta, observação reflexiva, conceptualização abstracta e experimentação activa. Estes quatro modos de aprender podem ser usados para representar as extremidades de um contínuo, a saber: percepção – ancorada por experiência concreta e conceptualização abstracta –, e processamento – ancorado por experimentação activa e observação reflexiva (McCarthy, 1980, citado por Brooks-Harris, 1997). Este modelo sugere diferentes tipos de aprendizagem que completam o ciclo, encorajando os facilitadores a criar uma situação de estudo compreensiva em cada sessão, o que impacta mais os membros do que se apenas um ou dois dos tipos estiverem presentes. Finalmente, o modelo enfatiza a necessidade de criar modelos diferentes de ensino que vão ao encontro de pessoas com estilos de aprendizagem diferentes.

A participação num grupo é a única forma de os estudantes perceberem o que é a sua dinâmica e apreciarem este método de tratamento. O grupo experiencial torna-se assim um método de aprendizagem por excelência, onde os alunos experienciam, na prática, o que é a dinâmica grupal. É conduzido como um grupo de treino e não como um grupo psicoterapêutico. Nele os estudantes podem vivenciar e examinar directamente os processos grupais e os modelos de interacção. Contrariamente à psicoterapia, os participantes não são encorajados a explorar as suas preocupações individuais e as suas lutas emocionais. É-lhes sugerido que observem e experienciem os aspectos universais da formação e do funcionamento do grupo tais como os seus estádios de desenvolvimento, o papel do condutor e os papéis sociais que emergem (Markus & King, 2003). No entanto, como veremos adiante, a teoria subjacente ao modelo poderá determinar diferenças nos objectivos do grupo experiencial e condicionar o seu formato.

As Fronteiras entre o Grupo Experiencial e a Psicoterapia de Grupo no Treino de Terapeutas e no Meio Académico.

O grupo experiencial para a formação de terapeutas é distinto, em muitos aspectos, do grupo conduzido na sala de aula onde o objectivo é sensibilizar os alunos para o modelo grupal.

Hughes (1983) descreve um curso formação de professores para função de conselheiro universitário. O aspecto experiencial da formação consistiu num pequeno grupo centrado-na-pessoa de periodicidade semanal com 8 a 10 elementos. Se é

verdade que o grupo poderia ser descrito em termos educacionais - por exemplo a observação de uma determinada abordagem psicológica em acção - a palavra terapêutico, no sentir de Hughes, é mais apropriada para o caracterizar, uma vez que tornava os futuros conselheiros mais conscientes das suas capacidades e limitações relacionais, favorecia a aceitação de diferentes pontos de vista, reacções e expectativas, e ainda aumentava a capacidade de lidar com os outros sem restringir ou controlar os seus comportamentos. Procurou-se que a aprendizagem em geral, e estas aprendizagens sobre o próprio, ocorressem numa atmosfera de suporte e de forma não danosa. Um grupo que baseia a aprendizagem em experiência e sentimentos pessoais dos participantes difere claramente de um grupo-orientado-para-a-tarefa (Bales 1950; Bales & Strodbeck, 1951, citados por Hughes 1983).

Estes grupos experienciais não pretendem desenvolver perícias de argumentação e auto-expressão (Batie, 1982, citado por Hughes, 1983), nem são grupos tutoriais, mas de uma forma abrangente esta definição pode ser tomada (Bramley, 1979, citado por Hughes, 1983). Não são também grupos onde o material de estudo de caso é convocado e usado como ferramenta de ensino de relação humana e saúde mental, como os descritos por Irvine (1979), citado por Hughes (1983), apesar de alguns dos objectivos serem parecidos. Um programa de educação abrangente deve, no ponto de vista deste autor, providenciar uma variedade de grupos de aprendizagem claramente distinguíveis, estabelecidos num contexto total, que num sentido amplo será pensado como uma comunidade de aprendizagem/terapia. No programa aqui descrito havia oito tipos diferentes de grupos: aulas/palestras com discussão, seminário, grupo tutorial, grupos de formação prática, grupos de estudo de caso, exercícios tipo encontro, experiência de pequeno grupo, experiência de grande grupo.

Noutra abordagem teórica, na tradição da escola inglesa, a formação em grupanalise caracteriza-se nomeadamente pela importância da aprendizagem experiencial, em grupos formatados pela confidencialidade e, tanto quanto possível, pelo desconhecimento dos membros entre si, dando aos formandos a possibilidade de um trabalho pessoal e uma experiência, quer em terapia quer em dinâmica de grupo. Não havendo avaliação formal cria-se um espaço de integração de aprendizagem pessoal, profissional e intelectual (Bacha, 2005). O crescimento da vitalidade do "Institute of Group Analysis" levou à criação de cursos introdutórios em Psicoterapia de Grupo, experiência cuja avaliação dos cursos de Manchester entre 1996 e 2001, confirmou a importância de uma combinação de "settings" experienciais, académicos e de discussão, numa estrutura que providencie segurança suficiente para se fazer uso de toda a experiência formativa (Bacha 2005). Verificou-se que os estudantes valorizaram claramente esta abordagem apesar do desconforto ocasional, e ainda foram referidas, por vezes, mudanças pessoais profundas.

Para Andry (1969), os grupos de treino têm o objectivo de permitir ao futuro terapeuta, antes de conduzir o seu próprio grupo, ganhar “*insight*” sobre a sua personalidade, cruzando-se assim com o propósito dos grupos psicoterapêuticos. Este não seria, no entanto, o seu objectivo principal, que é, fundamentalmente, uma aprendizagem dos processos intergrupais. Como os componentes psicoterapêuticos facilitam a aprendizagem, os dois acabam por funcionar em conjunto. De qualquer maneira, treino e psicoterapia não devem ser confundidos e compete ao condutor zelar para que tal aconteça, sem, no entanto, deixar de ter em mente que existe uma interacção. Se o condutor, que funciona como um modelo de identificação, for demasiado psicoterapêutico, há o risco de alunos não psicoterapeutas ficarem confusos quando tiverem de lidar profissionalmente com grupos não psicoterapêuticos. Assim, devem ser bem delineadas as fronteiras entre a terapia e o treino, o que depende não só dos objectivos do grupo e dos seus membros, mas também do “*insight*” e da capacidade do condutor. Este deve ter a aptidão para lidar de forma diferente com as duas situações. Andry (1969) sugere que talvez ajude aqui uma designação diferente para cada uma das funções, propondo: condutor ou condutor analítico.

Na formação de terapeutas, estes grupos são fundamentais sobretudo em paradigmas de formação onde o modelo tripartido da Escola Portuguesa de Grupanálise - que implica um longo processo terapêutico pessoal de grupo - não é o adoptado. Entre nós os grupos experienciais na formação são particularmente interessantes na divulgação do modelo grupanalítico e no processo de formação contínua do psicoterapeuta ou grupanalista.

Em meio académico, é muito importante que os condutores saibam distinguir os grupos experienciais, evitando transformar todos os grupos em grupos terapêuticos. Ao tomar em consideração o processo total aqui envolvido, nomeadamente os aspectos de aprendizagem e as componentes terapêuticas, alguns indivíduos poderão dar sinais verbais e não-verbais de sofrimento ou patologia, que ajudam a determinar a necessidade do grupo caminhar na dupla direcção terapêutica e de ensino (Andry, 1969). Hughes (1983), chama a atenção para o facto de se poderem criar expectativas psicoterapêuticas nos estudantes numa situação que, ao contrário dos grupos de psicoterapia, não é controlada. Devem também ter-se em conta as trocas inevitáveis fora da fronteira das sessões, levantando-se mais uma vez a questão da confidencialidade. É ainda preferível que o condutor seja alguém de fora da instituição sem qualquer obrigação que não a de conduzir o grupo de acordo com um dado modelo teórico.

A experimentação de um modelo psicoterapêutico pode pois criar situações equívocas. Estas observações tornam-se particularmente importantes quando a componente experiencial em sala de aula, com estudantes que se conhecem

previamente e que mantêm relações sociais, é usada de forma circunscrita no tempo, acarretando uma série de constrangimentos.

Como já dissemos, o modelo condiciona a teoria e teoria da técnica. No nosso caso, não sendo o grupo experiencial terapêutico no objectivo imediato, procura dar a vivenciar o grupo segundo o modelo da grupanalise. É, portanto, é um grupo de experiência, mas de experiência e exemplificação do grupo psicoterapêutico grupanalítico. Não estamos ali, na realidade, apenas para viver e observar uma dinâmica de grupo. Neste contexto sabemos que vamos ter de lidar permanentemente com a questão de como dar a experienciar um modelo psicoterapêutico, sem o deixar ser. Isto exige, da parte do condutor uma perícia particular no manejo da técnica que vai para além da prática clínica corrente, tal como veremos adiante.

A propagação do modelo grupanalítico implica um trabalho de difusão nas instituições de saúde e nas universitárias, para que não se perca o legado de gerações anteriores e a especificidade do modelo português. Trabalhando na academia e ensinando abordagens psicanalíticas de grupo, desejávamos que a transmissão de conhecimento assumisse, tanto quanto possível, uma forma diferente da convencional. Procurámos assim criar nas aulas uma atmosfera de grupo de discussão e lançámos, em 2011/2012, um primeiro ensaio de grupos experiencias, inicialmente de uma única sessão conduzida por Graça Galamba, proporcionando aos estudantes uma experiência de ensino vivencial mais consistente. Esta experiência de aprendizagem tem-se repetido, noutra formato, nos anos letivos seguintes.

II - Método

Participantes

Participaram na totalidade 40 alunos, 21 inscritos na unidade curricular de Modelos Analíticos de Avaliação e Intervenção em Grupo no ano lectivo de 2012/13 no e 19 inscritos na mesma unidade curricular no ano 2013/2014.

As idades dos participantes variavam entre os 21 e os 42 anos, com uma média de 24,2. Alguns dos participantes tinham experiência de psicoterapia individual.

Procedimento

Antes de estudar o modelo de intervenção grupanalítico português, a partir dos seus conceitos chave, convidaram-se os alunos presentes a participar em três sessões experienciais. Globalmente obtivemos uma taxa média de aceitação de 85%.

Em cada ano os alunos foram divididos aleatoriamente em dois grupos, perfazendo um total de quatro, que se reuniram durante uma hora, ao longo de três semanas consecutivas.

Em 2012/2013, o grupo A teve 10 participantes, todos do género feminino, o grupo B teve 11 participantes, 1 do género masculino. No ano seguinte o grupo A teve 7 participantes, todos do género feminino, o grupo B teve 8 participantes, 1 do género masculino. Não se verificaram faltas nas duas primeiras sessões. Contudo a última sessão teve, invariavelmente, ausências que variaram entre 2 e 3.

Uma semana após a última sessão, os estudantes tiveram uma aula teórica onde responderam, voluntariamente, a um inquérito de avaliação anónimo.

Material

Foi usado material de duas fontes:

1-Inquérito de Avaliação com duas questões:

1-Responda, antes da aula, à questão:

Qual a importância do grupo em que participou ao nível pessoal, académico e experiencial? Por favor refira aspectos positivos e negativos.

2-Responda, no final, da aula à questão:

A participação no grupo experiencial ajudou na compreensão do modelo grupanalítico e dos seus conceitos?

Quadro I – Inquérito de Avaliação

2 - Notas da Grupanalista Condutora do Grupo.

Tratamento de Dados

Uma leitura flutuante dos inquéritos recolhidos sugeriu a separação de conteúdos que transcendiam as respostas às questões colocadas. Deste modo, interpretámos os resultados adaptando-se o método clássico da análise de conteúdo (Muccielli, 1974, Bardim, 1977). Codificámos o material das respostas em *unidades de registo*, neste caso frases. Desmembrando-se o texto nestas unidades de significação, elas foram posteriormente reagrupadas por analogia. A regra de enumeração escolhida foi a *frequência*. Procedeu-se depois à categorização, construindo-se as categorias a partir de um critério não totalmente definido “*a priori*”, resultado de uma clarificação analógica progressiva que, finalmente originou o seu título. Uma categoria é uma noção geral representante de um conjunto de significados, reagrupados em grandes temas gerais, permitindo a exploração do seu conteúdo.

Obtiveram-se 26 questionários onde codificamos 215 unidades, posteriormente agrupadas em 10 categorias. Algumas das categorias foram induzidas das respostas havendo hipóteses formuladas à partida: Aspectos Pessoais, Aspectos Académicos e Aspectos Experienciais, e, Compreensão de Modelos e Conceitos. Noutros casos havia

apenas a hipótese geral de existir um impacto da experiência grupal nos alunos: Relação com o Condutor, Relação com o Grupo, Confusão com Psicoterapia, Desejo de aprofundamento do modelo, Confidencialidade / Exposição, Duração.

Cumpriram-se os critérios habituais de exaustividade, exclusividade, pertinência e objectividade.

Classificámos ainda as unidades em função do que nos pareceu ser uma vivência positiva, negativa ou neutra, considerando: aspectos facilitadores; aspectos dificultadores; aspectos neutros.

Definição das Categorias:

1 - *Aspetos Experienciais*: Categoria que se refere a aspectos que descrevem a importância da situação vivida, enquanto experiência.

2 - *Aspetos Pessoais*: Categoria que se refere à importância pessoal da experiência vivida.

3 - *Aspetos Académicos*: Categoria que se refere à importância da experiência como método potenciador de aprendizagem.

4 - *Compreensão de Modelos e Conceitos*: Categoria mais específica que a anterior, referindo-se à compreensão dos conceitos estudados imediatamente antes da resposta à questão 2 do questionário.

5 - *Relação com o Condutor*: Categoria que se refere à relação estabelecida com o condutor.

6 - *Relação com o Grupo*: Categoria que se refere a aspectos da dinâmica relacional estabelecida no grupo.

7 - *Confusão com psicoterapia*: Categoria que se refere a aspectos onde estão presentes referências ao grupo experiencial como se de uma psicoterapia se tratasse.

8 - *Desejo de aprofundamento do modelo*: Categoria onde se encontram referências a um desejo futuro de aprofundamento de conhecimentos.

9 - *Confidencialidade / Exposição*: Categoria onde se encontram referências a aspectos relacionados com a confidencialidade do que é partilhado, assim como da exposição pessoal ao grupo.

10 - *Duração*: Categoria que se refere à duração das sessões e da experiência vivenciada.

III-Resultados

As unidades foram divididas pelas respectivas categorias e podem ser consultadas no Quadro 1 do Anexo 1.

A figura seguinte traduz os resultados em percentagens.

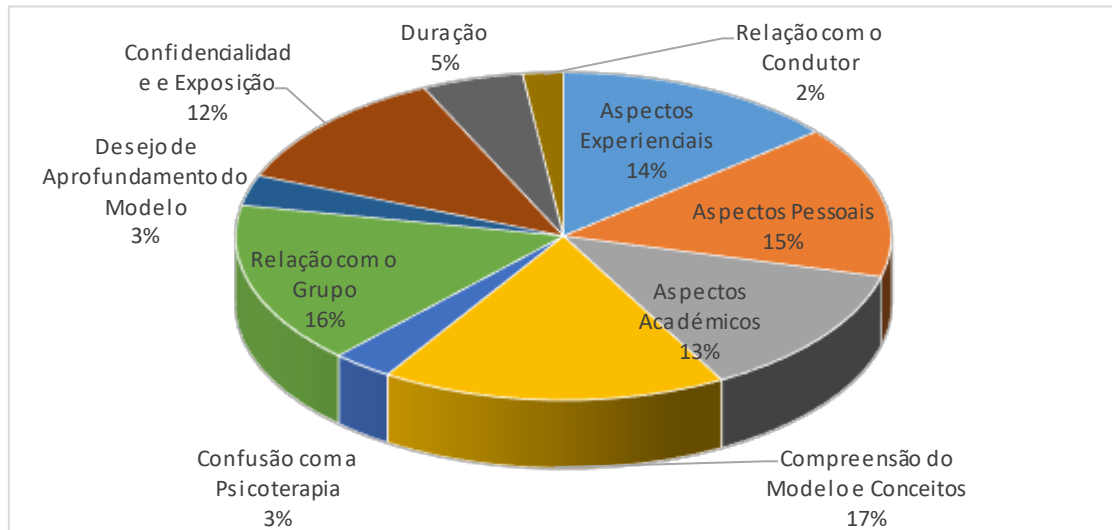


Figura 1. Percentagem de respostas dadas nas diferentes categorias

Da análise de conteúdo resultou que 16% das respostas foram colocadas na categoria “Relação com o Grupo”, 17% “Compreensão de Modelos e Conceitos”, 13% em “Nível Académico”, 15% no “Nível Pessoal”, 15% no “Nível Experiencial”, 12% na “Confidencialidade”, 2% na categoria “Relação com o Condutor”, 5% “Duração” e por último 3% em “Confusão com a Psicoterapia” e “Desejo de Aprofundamento”.

A Figura 2 permite-nos analisar as vivências realizadas no que diz respeito ao seu carácter facilitador, dificultador ou neutro.

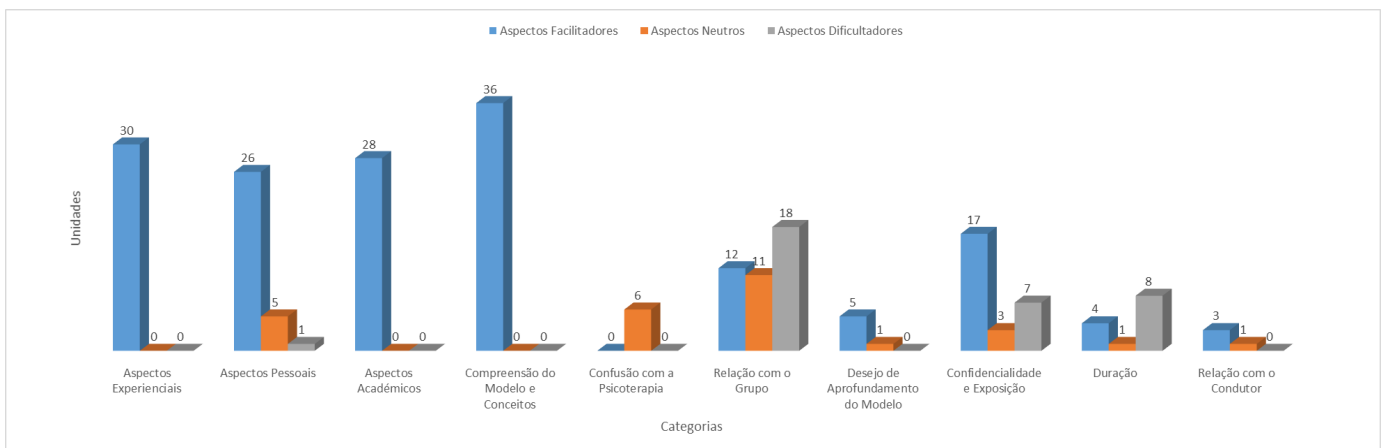


Figura 2. Número de unidades divididas por aspectos facilitadores, dificultadores e neutros, em cada categoria

Os resultados mostram que na maioria das categorias não há referência a aspectos dificultadores, surgindo estes unicamente nas categorias “Aspectos Pessoais”, “Relação com o grupo”, “Confidencialidade” e “Duração”. Desta forma, da totalidade das 215 unidades consideradas 34 são negativas (15%): 18 na “Relação com

o Grupo” (53%) e 7 na “Confidencialidade/exposição” (21%), 8 na “Duração” (23%) e 1 nos “Aspectos Pessoais” (3%).

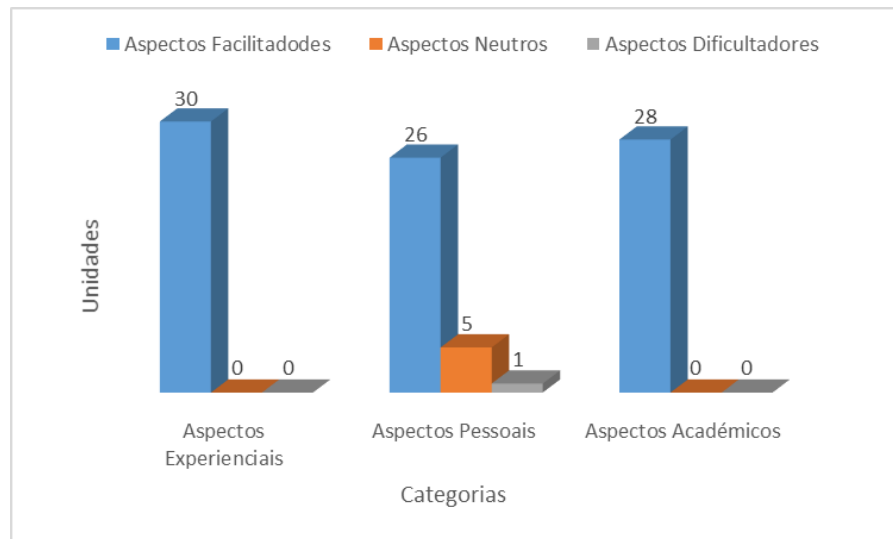


Figura 5. Importância a nível pessoal, académico e experiencial em número de unidades, traduzida por aspectos facilitadores, dificultadores e neutros

Sobre a importância do grupo para os participantes ao nível “Pessoal”, “Académico” e “Experiencial”, maior número e ocorrências dá-se nos aspectos experiencial (30), seguindo-se o académico (28) e o pessoal (26), havendo na sua maioria aspectos facilitadores a referir, com excepção do nível pessoal que contabiliza cinco aspectos neutros e um aspecto dificultador.

Entretanto considerámos a compreensão de modelos e conceitos (36), relação com o condutor (4), a relação com o grupo (35), a confusão com psicoterapia (6), o desejo de aprofundamento do modelo (6); a confidencialidade /exposição (26) e a duração (12).

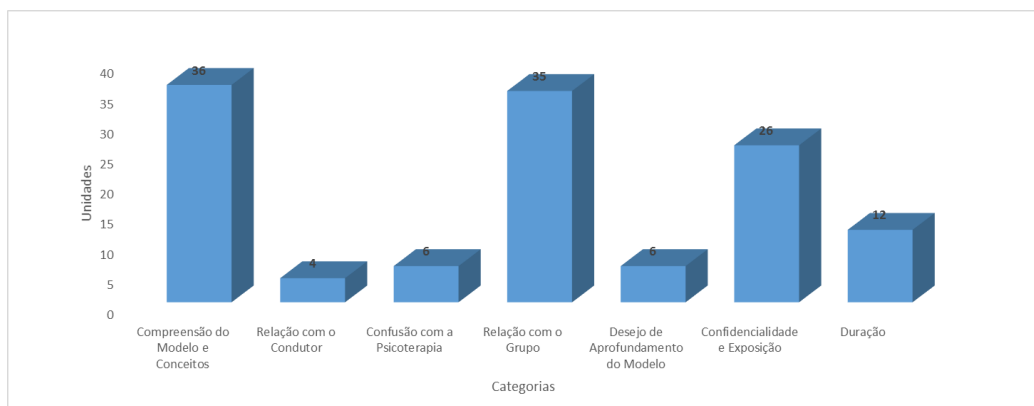


Figura 6. Número de unidades global apresentado nas categorias: Compreensão de modelos e conceitos, Relação com o condutor, Confidencialidade, Relação com o grupo, Confusão com psicoterapia, Desejo de aprofundamento do modelo e Duração

Se integrássemos estas categorias nas anteriores, considerando apenas três categorias mais genéricas teríamos:

Nível académico: 64 (nível académico (28) + compreensão de modelos e conceitos (36))

Nível experiencial: 69 (nível experiencial (30) + relação com o condutor (4) + relação com o grupo (35))

Nível pessoal: 71 (nível pessoal (32) + relação com o condutor (4) + relação com o grupo (35)).

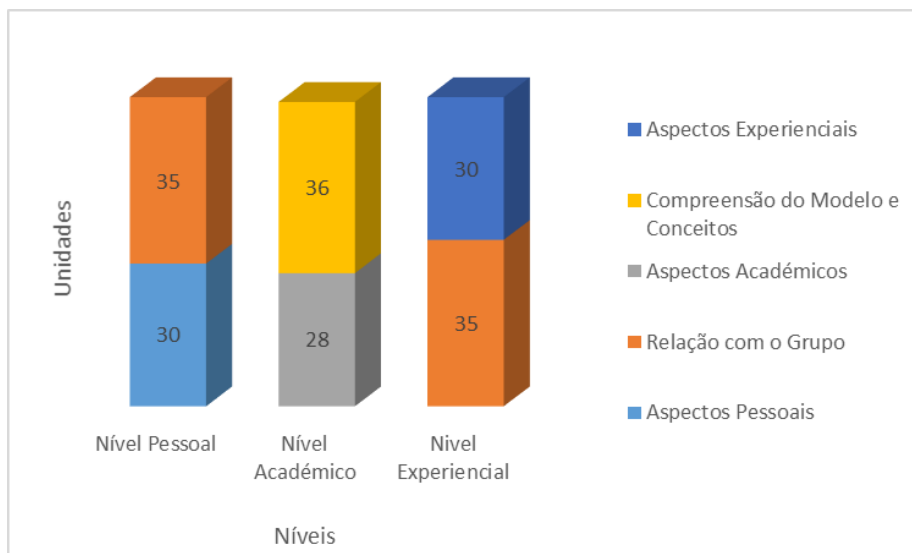


Figura 10. Número de unidades por categoria global

A leitura do material de acordo com as categorias genéricas permite verificar que esta experiência foi considerada pelos estudantes nas três categorias de forma muito semelhante, onde a “Académica”, com 64 unidades que corresponde a 31% da totalidade; seguiu-se a categoria “Experiencial” com 34% que correspondem a 69 unidades e por último a categoria “Pessoal” com 35% ou 64 unidades.

IV-Discussão

A análise dos resultados mostra que o objectivo de facilitar a aquisição de conhecimentos teóricos foi atingido. Também julgamos ter proporcionado alguma compreensão clínica do modelo grupanalítico, tendo em conta que os estudantes

valorizam igualmente o lado experiencial que está ligado a aspectos da relação com o grupo e com o condutor. Uma parte dos participantes aponta ainda mais-valias pessoais, objectivo não visado por nós mas que pode ser colateral á participação e aos aspectos experienciais. Confirmamos assim a nossa proposta e a argumentação a favor da metodologia experiencial na aprendizagem.

Na análise de conteúdo efectuada aparecem contudo, em quatro das 10 categorias, 16% de ocorrências sentidas como dificultadores. Mesmo sendo um valor muito pouco expressivo não podemos deixar de o ter em conta. Destes 16%, 53% prendem-se com aspectos da dinâmica relacional estabelecida no grupo, 21%, com receios face à Confidencialidade/Exposição e 24% com a Duração, cuja negatividade, no entanto, tem um colorido muito diferente das anteriores, referindo-se ao facto de ser uma experiência de curta duração.

Pensando nestas respostas, voltamos a alguns condicionalismos circunstanciais que tornam estes grupos diferentes de um grupo de Grupanálise ou Psicoterapia grupanalítica e implicam controlo do “*setting*” e um manejo particular da técnica nomeadamente da relação trasfero/contratransferencial, nas suas múltiplas direcções:

- a) Os participantes conhecem-se entre si.
- b) Os participantes vão continuar em contacto/relação uns com os outros fora das sessões e posteriormente a elas.
- c) A condutora não conhece os participantes, não conhece as suas histórias pessoais, familiares e clínicas.
- d) A condutora não tem com os participantes qualquer relação prévia à acção em curso, não havendo, portanto, uma aliança terapêutica já estabelecida.
- e) A duração do grupo é pré-definida de apenas 1 hora cada sessão.
- f) O número de três sessões também está pré-definido.

Parece-nos existir um padrão comum na evolução dos grupos, que vão das temáticas do “fora” e “dentro”, ao desejo de ligação e ao medo da separação, sobretudo comunicando ao nível da experiência subjetiva individual e plural (Cortesão, 1989).

Em trabalhos futuros, tentaremos estudar melhor este padrão, bem como compreender quais os factores e fenómenos de grupo se conseguem manifestar e desenvolver no grupo experiencial, e até que ponto.

O número pré-definido de sessões e as queixas de alguns dos participantes neste ponto particular, levam-nos a questionar quer o número quer à duração das sessões, na tentativa de encontrar o formato mais equilibrado.

Pretendemos assim vir a encontrar o modelo mais adequado bem como os aspectos técnicos a ter em conta na condução deste tipo muito específico de grupos.

Referências Bibliográficas

- Andry, R.G. (1969). Problems Concerning Therapeutic and Training Groups. *Group Analysis*, 1, 173-174.
- Bacha, C. S. (2005). Evaluating Experience: The Manchester Course in Group Psychotherapy. *Group Analysis*, 38(4), 499–518.
- Bardim, L. (1977). *A Análise de Conteúdo*. Lisboa, Portugal: Edições 70, 1994.
- Brooks-Harris, J.E. (1997). *Promoting Experiential Learning in Group Counselling*. Program presented at ACPA / NASPA Joint Convention March 21, Chicago, Illinois
- Cortesão, E.L. (1989). *Grupanálise: Teoria e Técnica*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Dags, P.K.B., & Evans, J.B. (1997). The Synergy of Group and Individual Psychotherapy Training. *American Journal of Psychotherapy*, 51(2), 204-209
- Hughes, P. (1893). Group Work in a Training Environment. *Group Analysis*, 16, 203-212
- Jacobs, I. (1979). Talking to Learn. *Group Analysis*, 12, 80-83.
- Markus, H.E., & King, D.A. (2003). A Survey of Group Psychotherapy Training During Predoctoral Psychology Internship. *Professional Psychology: Research and Practice*, 34(2), 203–209.
- Muccielli, R. (1974). *L'observation psychologique et psychosociologique*. Paris, France: Librairies Techniques
- Rogers, C.R. (1970). *Grupos de Encontro* (6ª ed.). Lisboa, Portugal: Morais Editores

ANEXO 1

Quadro 1

Resultados. Divisão das 215 unidades pelas 10 categorias

<p><i>Nível pessoal</i> 32 Unidades</p> <p>Facilitadores – 26</p> <p>Neutros – 5</p> <p>Dificultadores – 1</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A nível pessoal o grupo obrigou-me a intervir • Intimidante ao início • Fez-me perceber o quanto muitas vezes somos egoístas e não conseguimos compreender os outros, mas na verdade passamos por várias situações semelhantes e no dia-a-dia não visualizamos isso • Fez-me pensar o quanto fugimos a certos problemas, mesmo que tenhamos consciência • Ajudou-se a sentir-me mais confiante e menos sozinha pois não sou a única nesta situação e aprendi a lidar melhor com a minha ansiedade e preocupação perante medos e falhas. • Teve grande impacto sobre mim, pois nunca tinha participado em nada semelhante • Fez-me pensar em assuntos da minha vida de forma diferente aquela que tinha pensado até então • Fizeram com que eu relembresse aspetos do meu passado que já estavam arrumados • Ajudou-me imenso a “deitar cá para fora”, coisas que no momento estavam a precisar de sair • Permite um crescimento individual • Ajudou-me a pensar e elaborar certos temas próprios meus que também eram temas grupais, mesmo que de maneiras diferentes • Passar pela experiência e viver esses mesmos conceitos chegou a ser libertador • Ao tornar-me consciente das variadas formas de viver uma determinada experiência que me perturbava ou preocupava, consegui dar um novo sentido às minhas próprias experiências • Aumentou a minha consciência das vidas distintas das minhas colegas, tornando-me mais empática não só em relação a elas, mas para todas as pessoas que encontro no meu dia-a-dia • Experiência enriqueceu-me como pessoa • Fez com que me encontrasse com o meu “eu” interior • Benefício pessoal • Ajudou-me na “digestão” de certas situações / vivências pessoais • Sentir-me bem comigo própria; motivação para vir; conhecer novas pessoas • Emoções; aprendizagem pessoal • Poderá dever-se há minha própria experiencia no grupo, ao que senti e pensei. • Foi um processo, apesar de muito curto, que na minha opinião me permitiu pensar com os outros, ouvi-los e sentir aquilo que sentiam. • Sinto que é agora necessário falar e partilhar as experiências e essas ligações com o grupo na aula. • Conhecer os outros e ver que não somos só nós que temos problemas • Podemos nos conhecer melhor, • Questões e problemáticas relacionadas com o tema discutido, que era comum a todos e não uma questão ao nível individual • Maior conhecimento dos colegas e das suas dificuldades, • Perceber que havia pessoas que se sentiam como nós • Também porque me fez perceber que todos sofremos por motivos semelhantes, e achei bastante interessante estarem todos a falar de algo que nos toca a todos. • Boa experiência de aprendizagem e sobretudo pessoal • Foi interessante e satisfatório saber que não sou a única neste meio com dificuldades de integração • A nível pessoal considero a experiência muito positiva.
--	--

<p>Nível académico 28 Unidades</p> <p>Facilitadores – 28 Neutros – 0 Dificultadores – 0</p>	<ul style="list-style-type: none"> • É útil porque nos dá uma ideia do que é terapia de grupo • Fez-nos perceber melhor o papel do terapeuta numa situação de análise em grupo • De facto, não fazia ideia que se processavam assim, alterando a minha perceção sobre o assunto • Serviu para perceber um pouco de grupanalise, do papel do grupanalista e do papel dos elementos do grupo • Aquisição de conhecimento através da experiência. • Vai apresentar uma importância relevante para o ensino da presente cadeira. • Além de que me permitiu perceber melhor a relação com o terapeuta • Trouxe à luz vários conceitos anteriormente apreendidos • Vivi na primeira pessoa aquilo que tenho vindo a aprender ao longo dos quatro anos • Ter uma vertente mais prática no curso, algo que eu sinto que falha no curso como um todo • Permitiu-me ter uma perspetiva diferente em relação a certos temas • A nível académico enriqueceu-me bastante • Penso que uma experiência como a que tivemos é indispensável para um curso sobre a grupanalise • Experiência enriqueceu-me como futura psicóloga • Ganho académico • Experiência de aprendizagem • Uma diferença gigantesca entre o meu entender dos conceitos do semestre passado, onde não houve grupo experiencial, e este semestre. • Aprender melhor como funciona uma possível terapia de grupo, • Foi uma experiência muito útil para a compreensão dos termos teóricos apreendidos nas aulas. • Pois permitiu ter uma outra perspectiva de psicoterapia • Serviu para vermos, enquanto alunos, como é a interacção entre o terapeuta e os pacientes. • Fez-me ficar mais interessada e curiosa relativamente a este tipo de abordagem terapêutica • Deu para perceber como é trabalhar neste contexto. • Serviu para perceber como funciona uma sessão em grupo e a que tipos de dificuldades estão expostos tanto os pacientes como os psicoterapeutas • Foi muito mais esclarecedora, quer no porquê do comportamento da terapeuta, no seu silêncio e nas suas poucas falas, quer no comportamento do grupo, em que partilhou mais na primeira sessão (assunto social) e menos na segunda (assunto pessoal). • Consegui entender melhor como funciona esta terapia na realidade e ao mesmo tempo perceber a sua complexidade. • Percebemos como é que se faz uma terapia em grupo, as limitações que muitas vezes tempo, e que só quem passa por essa experiência é que sabe • Esta experiência fez-me ver a cadeira de outro modo, acho que tornou o objectivo desta cadeira mais claro. Tornou algo que parecia muito teórico em prático, o que se torna muito motivador • É uma experiencia ótima • É interessante • Temos pouco contacto com algo real e esta experiência fez com que tivéssemos um contacto mais direto com a realidade • Gostei bastante • Foi fantástico perceber os quão diferentes somos mas ao mesmo tempo tão “iguais”. • Uma nova experiência em que tinha uma enorme curiosidade. Gostei da experiência • O grupo foi muito importante • Experiência extremamente benéfica • Foi a primeira vez que tive contacto com a parte experiencial
<p>Nível experiencial 30 Unidades</p>	

Facilitadores – 30
Neutros – 0
Dificultadores – 0

- Tinha a necessidade de ter uma experiência mais prática e concreta
- Tornou-me consciente do valor único, terapêutico, de participar num grupo experiencial a experiência foi bastante positiva para mim
- O grupo permitiu adquirir, através da experiência, conhecimentos.
- Partilha de experiências e enriquecimento pessoal e social
- Experiência nova dá para aprender e perceber como funciona uma grupanalise
- A experiência de estar num grupo
- Ter uma noção prática de como é estar em grupo
- É uma mais valia passar pela experiencia para compreender todos os fenómenos que ocorrem num grupo analítico
- Deste modo, considerei essencial a experiência
- A nível geral há dificuldade em perceber alguns aspetos pois nunca tivemos contacto com a realidade, neste caso esta UC é uma mais-valia, não só para esta UC mas também para outras em que lecionamos alguns temas, porque nos permite a proximidade com os conceitos
- Foi uma experiencia muito enriquecedora do ponto de vista individual e grupal (coletiva).
- Temos na memória, e conseguimos relacionar de forma mais prática e fácil.
- Tornar claro as experiências vividas ☐ Consolidar ☐ Fazer a ligação entre o vivido/sentido e o conceito teórico concreto
- De uma forma mais pessoal e íntima (experiencial).
- Aprender melhor como funciona uma possível terapia de grupo, através da “libertação” de possíveis angustias, tristezas e dilemas.
- Tornou-se bastante esclarecedor em termos comparativos com a análise individual que efectuo já a alguns anos.
- Sabermos/vivermos o papel do paciente, porque muitas vezes não pensamos no quão difícil é para o paciente falar com o terapeuta que é uma pessoa totalmente desconhecida.
- Mesmo estando no meio de pessoas desconhecidas ou conhecidas de vista, neste âmbito uma pessoa facilmente se dá a conhecer e transmite o que pensa e sente, sem medo de ser julgado ou criticado
- Perspectiva diferente da terapia individual pois estamos expostos a mais do que uma pessoa com problemas tal como nós
- Foi muito gratificante poder experienciar aquilo que será idêntico a uma terapia de grupo “real”.
- Foi a forma como aprendi a interagir com os colegas que não conheço e até mesmo o modo como o terapeuta conduziu o grupo, o que não foi fácil.

- As coisas que falamos na aula e acredito que agora alguns conceitos, tanto nesta UC como em outras, ficarão mais clarificados.
- Permitiu-me entender alguns conceitos teóricos que já tínhamos discutido de uma forma mais clara e “experiencial”
- Sem a experiência os conceitos teóricos apreendidos não tomam o mesmo sentido
- Podermos entender os conceitos teóricos de uma forma tão não só experimental mas pessoal
- A experiencia dos outros relatada na discussão ajudou na compreensão de certas ideias.
- A discussão ajudou-me a compreender melhor alguns conceitos, não todos
- Ter havido a experiencia antes de haver a discussão dos conceitos tornou mais fácil a sua compreensão dado que mesmo durante a discussão dos conceitos recorremos sempre aos exemplos de fenómenos e situações que ocorreram durante os grupos experienciais, tornando algo teórico em algo prático, o que é útil e torna fácil interiorizar conceitos teóricos analíticos ao

Compreensão
modelo e conceitos
36 Unidades

Facilitadores – 36
Neutros – 0
Dificultadores – 0

- perceber a sua aplicação prática e concreta.
- Há conceitos que talvez tenha compreendido com a experiência, que no semestre passado não ficaram bem aprendidos.
 - Os conceitos ficaram muito mais claros com a experiência da terapia de grupo, nomeadamente com a discussão em grupo sobre as experiências que passamos no grupo experiencial nestas últimas aulas.
 - Nós já tínhamos algum conhecimento, mas ao viver a grupanálise permitiu-nos viver esses conceitos
 - Tenho que confessar que não pensei ser tão óbvia a “ilustração” dos conceitos nas sessões do grupo experimental. Desde a ressonância ao anti grupo, penso terem existido fenómenos que facilitaram o encaixe e compreensão. A forma como comunicámos, como interagimos, como nos entregámos em grupo, espelhou a teoria que temos vindo a discutir
 - O grupo experiencial permitiu clarificar os conceitos apreendidos além de o ter experienciado na primeira pessoa.
 - Estas aulas que se seguiram ao grupo experiencial foram a “cereja no topo do bolo” pois ficamos com uma ideia ainda mais clara.
 - Creio que foi mais fácil perceber os conceitos estudados uma vez que tivemos contacto com o que aprendemos e assim ser mais fácil a compreensão.
 - A experiência no contexto grupal facilitou tremendamente a minha compreensão dos conceitos teóricos, especialmente no que diz respeito à interligação dos conceitos. A personalização de ideias teóricas e conceitos mais abstratos foi não só interessante mas muito clarificador; creio que sem a experiência grupal não teria ainda dominado ou entendido com a mesma profundidade e clareza grande parte dos conceitos discutidos.
 - Tornou mais clara a compreensão dos conceitos dados em aula
 - A experiência de grupo ajudou-me à compreensão dos conceitos teóricos expostos na aula. Permitiu-me clarificar e aprofundar alguns conceitos que já tínhamos falado no semestre passado e conhecer outros conceitos novos
 - Existem determinados aspetos que ficaram mais clarificados, sendo que foi possível pensar em situações específicas e elaborar significados para as mesmas
 - É muito mais fácil compreender a teoria, pois é, possível identificarmos e identificar conceitos de acordo com a nossa vivência.
 - Claramente a experiência ajudou a perceber os conceitos teóricos já falados
 - As quatro sessões que tivemos ajudaram-me bastante a compreender os conceitos teóricos, uma vez que me permitiu ver as coisas de uma perspetiva diferente. Consegui associar várias vezes, certos conceitos, àquilo que se passava nas sessões, ou seja, consegui identificar em determinadas alturas, certos pontos que aprendemos, tanto nesta cadeira como noutras, ao longo do curso.
 - Foi bastante útil a experiência na compreensão dos conceitos uma vez que pude entender e ter outra visão da terapia de grupo.
 - Leva a um melhor conhecimento teórico, quer de conceitos quer da actuação do psicólogo.
 - Alguns fenómenos tratados em aula foram de certa forma experienciados na grupanálise, nomeadamente, uma certa angústia gerada por silêncios incomodativos e constrangidos, ou certos assuntos tratados que causaram a nível pessoal, uma certa irritação e tensão (Neurose de transferência?).
 - Considero que foi útil a experiência da prática antes de se ter a teoria, pois assim já se consegue compreender e sentir melhor os conceitos
 - Apesar de ainda não termos dado muita matéria acerca da temática, acredito que irá facilitar a

	<p>aprendizagem e compreensão da mesma</p> <ul style="list-style-type: none"> • O grupo em que participamos foi útil para podermos entender um pouco mais os conceitos de transferência e contratransferência • Talvez por não ter frequentado muitas sessões não encontro muitas divergências com o que aprendi na teoria e aquilo que vivi na grupanálise. No entanto, ao familiarizar-me com os textos, certos aspectos fazem-me lembrar e associar a certas situações que surgiram na sessão • Com base nos conceitos estudados e nas terapias de grupo, aliando estes dois aspectos penso que se torna claro e perceptível o que é suposto fazer nestas terapias é uma maneira de perceber que situações nos podem passar ao lado, podem ser significativas e têm valor predicativo. • Ter estado em grupo fez-me compreender melhor os conceitos da aula que não teriam sido muito visíveis. • Estava animada pela diferença da dinâmica, apesar do pouco que aprendemos sobre a teoria, a prática é uma experiência na minha opinião muito mais lucrativa. • Na primeira sessão fiquei um pouco perdida ao tentar encaixar a teoria que havia anteriormente aprendido, no que estava ali a acontecer ou iria acontecer. Na segunda sessão já tive um pouco mais de esclarecimento da parte da própria psicóloga, que me explicou coisas como por exemplo os mecanismos de defesa do nosso grupo. • De acordo com os conteúdos abordados nesta aula, considero que a experiência anterior foi um instrumento essencial para clarificar e até mesmo compreender alguns conceitos desta temática. • Por um lado ajudou porque vivemos muitos dos termos que estudámos e que quando olhamos para essas situações conseguimos perceber melhor o que estamos a falar e a compreender muitas vezes porque é que acontece. • Após aprofundar a matéria relativamente a esta mesma situação, fica mais claro o conceito e aquilo que foi experienciado. • Foi possível perceber os processos transferenciais e contratransferenciais, talvez devido à experiência da Dra. Graça estes últimos foram menos nítidos. Mas foi muito visível que as emoções foram resultantes de afectos transferidos pelo grupo.
<p>Relação com o condutor 4 Unidades</p> <p>Facilitadores – 2 Neutros – 1 Dificultadores – 0</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A relação com a professora Graça ser bastante boa • Mas como aluna fiquei com dúvidas em relação ao silêncio da psicóloga e senti também que em sessões reais, aquele silêncio talvez fosse um impasse para os participantes. • A paciência da Dra. Graça uma vez que o meu grupo pouco ou nada falava • Mas apoio, e da parte da terapeuta, mais interacção no que toca a puxar pelos participantes mais calados.
<p>Relação entre o grupo 35 Unidades</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Por algum tempo fiquei a olhar a ver a dinâmica do grupo para ver como me podia encaixar • É complexo porque depende das pessoas que constituem o grupo, dado que nos conhecemos isso torna difícil a partilha • Foi importante para me sentir bem simultaneamente com várias pessoas • Sempre pensei que não conseguir-me-ia adaptar • Criar uma relação grupal mais forte entre colegas • Foi a tomada de consciência das perspetivas e vivências de outros elementos do grupo sobre uma temática comum • O facto de ter sido desenvolvido com pessoas, que apesar de “desconhecidas” partilham momentos de vida uns com os outros. Penso que esta vicissitude interferiu no desenrolar das sessões por ter sido um início quase “tirado a saca-rolhas”. Mas após esse desbloqueio, mais sessões viessem

<p>Facilitadores – 12 Neutros – 11 Dificultadores – 18</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pessoas faltarem foi o lado mais negativo • Houve mais silêncio do que diálogo e talvez não tenha sido possível partilhar tudo o pretendido • Depois desta experiência somos mais abertos para as relações em grupo, não estamos tão fechados, tão envergonhados, temos mais à vontade para falar em grupo, devido às relações que se criaram • As pessoas faltarem • Não podermos falar fora do grupo • Começar com um grupo grande de pessoas, com a qual há uma partilha em grupo de aspetos da vida de cada um e depois, como o passar do tempo, essas pessoas vão desaparecendo • Sente muita falta de quem não está, sentindo uma grande vontade dessas pessoas chegarem a qualquer momento • Faz com que pouco a pouco as pessoas possam interagir mais, trabalhando os “problemas”. • O grupo só funciona quando os membros têm determinadas características • Silêncios, muitos não foram constrangedores, pois dava para pensar em tudo o que se encontrava no nosso mundo interno, e ao mesmo tempo, foram acolhedores • O facto de o nosso grupo ser mais pequeno, sentia-se quando faltava alguém, em que o grupo ficava mais tímido • A falta de muitos elementos, sessão após sessão, pois parecendo que não, acabou por criar um clima estranho, fazendo com que os membros presentes se sentissem abandonados ou de alguma forma rejeitados • A relação com o grupo ser bastante agradável • A conversa fluiu bastante bem • Pouco à vontade das pessoas em se exporem • Fraca participação dos colegas • Os alunos ficavam em silêncio com receio de serem os primeiros a falar. A falta de um tema também fez com que alguns colegas ficassem mais inibidos • Os colegas interagiram e viram que não estão “sozinhos” • Nem todos falaram o que sentiam e de como se sentiam • Podermos ficar a conhecer os outros colegas de uma forma que não conhecíamos • Devido à novidade da situação e talvez à timidez da maioria de nós a interação e conversa foi fraca • Silêncios, que eventualmente, se faziam sentir e que por vezes eram difíceis de lidar • Na segunda sessão, vim com vontade de partilhar questões pessoais, ao início foi complicado, o grupo estava num ainda maior silêncio e alguns manifestaram-se sobre o incómodo daquela situação, partilhei a minha expectativa ao início daquela sessão • Da parte dos outros membros senti pouca partilha • Silêncios prolongados que se tornam incómodos • Muitas vezes estarmos em silêncio, porque não sabíamos o que havíamos de dizer e como é que deveríamos dizer, para nos expormos e partilharmos a nossa situação • Os silêncios foram muito difíceis de suportar. • O facto do grupo falar pouco
<p>Confusão com Psicoterapia 6 Unidades</p> <p>Facilitadores – 6 Neutros – 0</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A grupanálise realizada • Perspectiva de psicoterapia • Permite perceber o que é um grupo de grupanálise • Entrar no grupo para ter a experiência do que seria a grupanálise • Abordagem psicanalítica (grupal) • Experiência de grupanálise

Dificultadores – 0	
<p>Confidencialidade / Exposição 26 Unidades</p> <p>Facilitadores – 17 Neutros – 3 Dificultadores - 7</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mostrou-me que por vezes não falamos por ter receio do que os outros pensam, e foi muito benéfico perceber isso • Foi muito interessante ver a vontade de partilhar coisas íntimas com pessoas com a qual não se conhece e perceber que quando alguém falava todo o grupo sentia uma enorme falta • Para me deixar de sentir tão intimidada e envergonhada • É interessante e motivante falar com pessoas que mal se conhecem e que têm opiniões muito diferentes • Foi o fluxo de emoções que senti quando se comunicava no grupo, tanto dos outros como minhas. Foi como se compreendesse o outro mas não deixasse de sentir algo meu • Foi interessante perceber como conseguimos falar sobre aspetos que achamos que só acontece connosco • Permitiu-me saber como é partilhar coisas íntimas num grupo e os processos internos inerentes a isso • O viver, experimentar, colaborar com o grupo foi bastante positivo, e mesmo “mexendo” com o meu mundo interno • Algumas pessoas exporem certas questões pessoais • Só após ter sentido o grupo por inteiro e ter criado certas ligações com os outros membros foi possível sentir-me afetada pela ausência dos mesmos na quarta sessão • Por vezes a sensação de que aquilo era um grupo “não autêntico” • Afetou um pouco a disponibilidade e a participação dos membros do grupo mais introvertidos ou tímidos • Estarmos um pouco condicionados a dizer tudo o que pensamos • Pessoas vão desaparecendo e vai-se tornando mais difícil a partilha, pois existe um vazio • Pessoas pertencerem todas ao mesmo meio, também é uma coisa que não ajuda muito, pois mesmo que a informação partilhada não saía para fora daquele grupo, torna-se constrangedor de alguma forma • Sentir-me mais livre para expor os meus problemas • Sentir-me um pouco intimidada e incomodada com certas situações e ver-me quase obrigada a falar porque todos o fizeram no grupo • Por haver mais confiança foi possível experienciar realmente a terapia • Perceber como nos adaptamos e comunicamos num grupo em que à partida não conhecemos ninguém • Podemos tocar em pontos que nos desorganizem • Também me fez pensar muito sobre mim própria, aspetos meus e da minha vida • Não evoluiu da melhor forma porque, de uma maneira geral, conhecemo-nos • Carácter experiencial deste tipo de psicoterapia • O contexto em que fizemos foi composto por algumas condicionantes uma vez que nos conhecemos todos. • É difícil expor-nos pois temos pessoas à nossa frente que não conhecemos. • Foi difícil participar, no sentido em que nunca sabia o que havia de dizer e porque ao mesmo tempo não queria expor problemáticas pessoais, com as quais não me sentia à vontade
<p>Duração sessões 12 Unidades</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Número de sessões que tivemos penso que foram suficientes para ter uma noção mais ou menos autêntica do que seria participar num grupo verdadeiro • Não recomendo uma diminuição do número de sessões porque para mim houve muito temas que só emergiram na quarta sessão

<p>Facilitadores – 3 Neutros – 1 Dificultadores – 8</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Devido ao curto número de sessões e contexto não puderam ser elaboradas • Acabar depressa; não ter continuidade • Ter sido “pouco tempo” • Ser pouco tempo; serem poucas sessões • O facto de serem quatro sessões dá para compreender melhor a análise • Permitam em tão pouco tempo haver partilha • Poucas sessões • Sessões muito curtas • Contudo foi uma ótima experiência, e acredito que se houvesse mais do que 3 sessões os alunos iriam sentir-se muito mais à vontade. • Curta duração das sessões (se fossem mais sessões eventualmente teriam sido abordados assuntos / temas mais íntimos)
<p>Desejo de aprofundar o modelo 6 Unidades</p> <p>Facilitadores – 5 Neutros – 1 Dificultadores – 0</p>	<ul style="list-style-type: none"> • E sinto que me abriu horizontes, para o que posso via a fazer no futuro • Deixou o “bichinho” de querer mais • Ter desenvolvido há bastante tempo o desejo de participar num destes grupos • Fez-me ficar mais interessada e curiosa relativamente a este tipo de abordagem terapêutica • Contudo gostei muito da experiência e suscitou-me ainda mais interesse aprender e pesquisar sobre estas técnicas. • Mas o interesse sobre a grupanálise aumentou tanto no conhecimento da teoria como nas práticas.