

Vivendo e Aprendendo: Possibilidades e Limites do Grupo Experiencial

Autores:

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

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

** Grupalista da SPG PAG

*** Psicóloga Clínica

Resumo:

Foulkes desejou e encorajou a extrapolação dos princípios grupo-analíticos para situações mais vastas, sugerindo a sua aplicação a outros contextos. Na área da educação, o grupo experiencial segue esta tradição que concilia aprendizagem com vivência pessoal. Neste trabalho retoma-se a experiência dos autores que desde há 5 anos organizam grupos experienciais para a transmissão do modelo grupanalítico da Escola Portuguesa no mestrado em Psicologia Clínica do Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA), em Lisboa. Neste artigo damos conta das mudanças na estrutura dos grupos na sequência de estudos anteriores e procuramos identificar e aprofundar aspectos mais teóricos e conceptuais do processo grupanalítico tal como se manifesta no grupo experiencial. O trabalho socorre-se sobretudo de três fontes: a análise de conteúdo dos questionários de avaliação preenchidos pelos alunos, o material resultante das posteriores discussões destes com o professor sobre a sua vivência no grupo e as reflexões da condutora sobre a dinâmica grupal.

Palavras-chave: aprendizagem; grupanalise; grupo experiencial

Abstract

Foulkes wished and encouraged the extrapolation of group-analytic principles to wider situations, suggesting their application to other contexts. In education field, the experiential group follows this tradition that combines learning with personal experience. This work recovers the author's experience of 5 years organizing experiential groups for the transmission of the Portuguese School group-analytic model in the master's degree in Clinical Psychology of Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA), in Lisbon. In this article we report the changes in the structure of our groups following previous studies and also try to identify theoretical and conceptual aspects of the groupanalytic process as manifested in the experiential group. The work is mainly based on three sources: the content analysis of the questionnaires completed by 40 students, the material resulting from the later discussions with the teacher about their experience in the group and conductor's reflections on group dynamics.

Key-Words: experiential group; learning; Group analysis

I - Introdução

Trabalhando na academia, na formação pós-graduada, temos constatado que o modelo de intervenção psicoterapêutico grupal continua a representar um mundo novo para a maioria dos estudantes de psicologia e psiquiatria, que têm uma tradição curricular muito mais próxima do paradigma individual. Sabemos, no entanto, que a vantagem da experiência grupal não se limita aqueles que desejam vir a ser grupo-terapeutas. O grupo ajuda, por exemplo, a perceber as vulnerabilidades do terapeuta, a tomar consciência da necessidade de ter em conta uma pluralidade de direcções, a adquirir uma capacidade mais sofisticada de escuta, a ter noção da multiplicidade de papeis desempenhados pelo mesmo indivíduo, a ganhar uma maior segurança para enfrentar aspectos destrutivos dos pacientes, a ter uma maior clareza e noção da manifestação dos aspectos transferenciais e contratransferências, nomeadamente pela maior exposição do terapeuta ao escrutínio grupal. A psicoterapia de grupo dá mais visibilidade a aspectos comuns a todas as formas de terapia sendo, portanto, uma ferramenta fundamental de aprendizagem para todos os psicoterapeutas (Dags & Evans, 1997).

Para quem se quer tornar um condutor de grupo capaz, tarefa para a qual os técnicos de saúde mental são cada vez mais chamados, é requerido treino especializado. O conhecimento da intervenção clínica e da psicopatologia presente na maioria dos *curricula* é necessário, mas não suficiente. Apesar da expansão inegável das actividades psicoterapêuticas grupais na saúde física e mental, o treino académico continua inconsistente nesta área. Na nossa universidade, numa unidade curricular de Modelos Analíticos de Intervenção em Grupo, introduzimos um grupo experiencial facultativo que nos levou, desde 2011, a investigar o seu efeito, bem como o formato mais adequado para a sensibilização ao modelo grupanalítico.

II - O Grupo Experiencial

Um grupo experiencial pode ser definido classicamente como um método de aprendizagem no qual os participantes descobrem a dinâmica grupal através do encontro. É conduzido como um grupo de treino e não como uma psicoterapia e nele os estudantes examinam, em primeira mão, os processos grupais e os padrões de interacção. Dever-se-á ter em conta, como anteriormente sublinhámos (Abreu-Afonso, Galamba & Proença, 2014a, 2014b), que o grupo experiencial para a formação de terapeutas terá objectivos diferentes daquele conduzido em sala de aula para ensino e sensibilização dos alunos à metodologia grupal.

III – A experiência no ISPA-Instituto Universitário

Em trabalhos anteriores (Abreu-Afonso et al., 2014a, 2014b), demos conta do resultado da avaliação feita pelos alunos que voluntariamente participaram nos grupos em 2013 e 2014. Procurávamos então compreender o seu impacto em diferentes níveis: pessoal, académico e experiencial. Queríamos perceber ainda o que tinha sido positivo ou negativo na experiência. Na semana seguinte à última sessão passou-se um inquérito de resposta anónima e facultativa. Na aula, foi também discutido um texto sobre grupanálise, onde os conceitos da Escola Portuguesa eram explicitados. As respostas ao inquérito foram sujeitas a análise de conteúdo da qual resultaram 10 categorias: Aspectos Experienciais; Aspectos Pessoais; Aspectos Académicos; Compreensão de Modelos e Conceitos; Relação com o Condutor; Relação com o Grupo; Confusão com psicoterapia; Desejo de aprofundamento do modelo; Confidencialidade / Exposição; Duração.

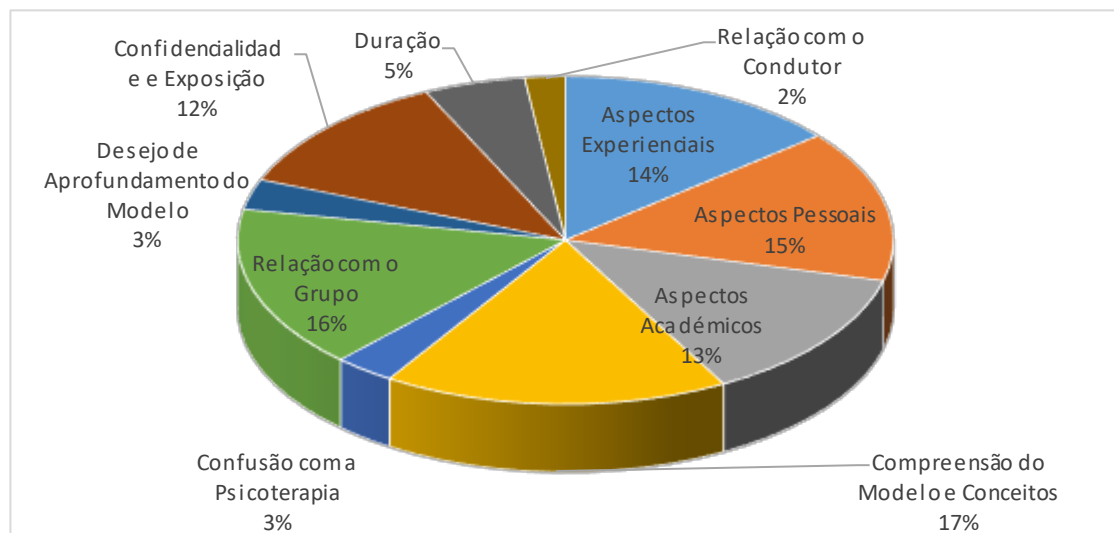


Figura 1. Percentagem de respostas dadas nas diferentes categorias.

Encontramos 17% das respostas na categoria na “Compreensão de Modelos e Conceitos”, seguindo-se 16% da frequência em “Relação com o Grupo”, 15% no “Nível Pessoal”, 14% no “Nível Experiencial”, 13% em “Nível Académico”, 12% na “Confidencialidade”, 5% na categoria “Duração”, 3% em “Aprofundamento do Modelo” e outros 3 % em “Confusão com a Psicoterapia” e por último 2% em “Relação com o Condutor”

Para perceber a vivência positiva, negativa ou neutra da experiência podemos socorrer-nos do seguinte gráfico:

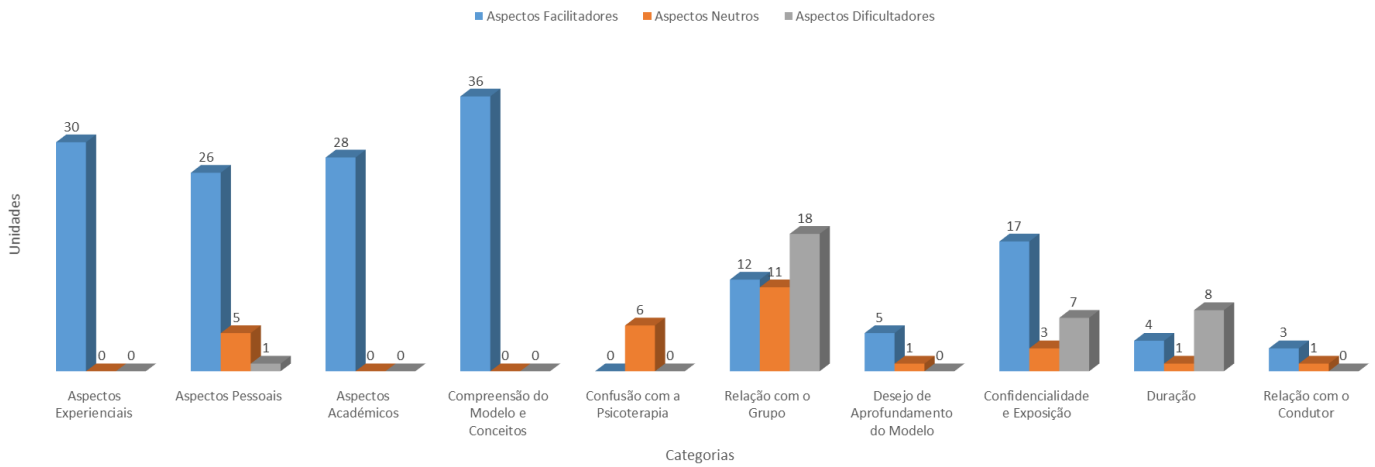


Figura 2. Número de unidades divididas por aspectos facilitadores, dificultadores e neutros, em cada categoria

Observámos que na maioria das categorias não aparece referência a aspectos dificultadores ou negativos, que surgiram apenas em “Relação com o Grupo”, “Confidencialidade” e “Duração”. Também foi feita referência a um aspeto dificultador a “Nível Pessoal”.

Assim, os objectivos a que nos propúnhamos pareciam globalmente ter sido alcançados. No entanto, apesar de representarem apenas 16% do universo das ocorrências e aparecerem apenas em quatro das 10 categorias, existiam alguns factores sentidos como dificultadores. Destes, a maioria (53%) prende-se com aspectos da dinâmica relacional estabelecida no grupo e aparecem em respostas como: “pouca partilha”, “timidez da maioria”, “incómodo daquela situação” ou “silêncios difíceis de suportar”, 21% na Confidencialidade/Exposição: “não queria expor problemáticas pessoais”, “algumas condicionantes uma vez que nos conhecemos todos”, e 24% na Duração: “poucas sessões”, “sessões muito curtas”, “se fossem mais sessões eventualmente teriam sido abordados assuntos / temas mais íntimos”. Encontramos ainda um aspecto dificultador no Nível Pessoal: “Intimidante ao princípio”.

Sendo a dificuldade com a dinâmica relacional intrínseca à própria experiência grupal e a questão da confidencialidade incontornável por trabalharmos com pessoas que frequentam a mesma instituição académica, estas terão de ser manejadas pelo condutor, quer no estabelecimento de regras de funcionamento, quer através das interpretações que vai fazendo no grupo, quer ainda pelo controle da emergência de material pessoal inapropriado àquele contexto. A questão da duração, por outro lado, parecia ter uma

solução mais pragmática que conseqüentemente desbloquearia uma série de entraves tanto à vivência emocional como à compreensão intelectual/académica do modelo grupanalítico. Partimos então, a partir de 2015 para grupos de 4 sessões com duração de 1 hora e meia procurando colmatar algumas das falhas detetadas.

IV – Possibilidades e Limites do Grupo Experiencial

Outra questão que tinha surgido em trabalhos anteriores era sobre quais os factores específicos da Grupanalise que se podem vivenciar neste contexto? Para tentar encontrar uma resposta retomemos algumas configurações conceptuais-clínicas grupanalíticas e avaliemos como se manifestam e manejam no grupo experiencial. Assumimos aqui como factores fundamentais do processo analítico de grupo a matriz, o padrão, a discussão livre de grupo, a ressonância, os fenómenos de espelho, o treino do ego em acção, o anti-grupo, a transferência, os níveis de comunicação e interpretação, a perlaboração, entre outros referidos no artigo publicado em 2015 na *Psychology Research*, no qual colaboraram vários grupanalistas da SPG, e que resume, simplificada, a nossa abordagem (Abreu Afonso, et al., 2015).

A **matriz**, e o **padrão** (Cortesão, 1989), sendo aquela a “rede específica de comunicação, relação, e elaboração, a qual pela integração do padrão, fomenta a evolução do processo grupanalítico”, constituem dois dos pilares da nossa Escola. O condutor do grupo experiencial procura estabelecer o *padrão grupanalítico* desde o início, cuja captação é favorecida pela multiplicação das sessões. Dada a complexidade da estrutura matricial, perguntávamo-nos se seria possível vislumbrar em tão circunscrita experiência algum movimento indiciando a formação de uma espécie de proto- matriz. Tendo em conta que os grupos se vão desenvolvendo de modo diferente, criando uma espécie de identidade própria, arriscamos pensar que, ainda que de um modo incipiente, esta pode ser associada a esse embrião matricial.

A **discussão livre de grupo** é o equivalente grupanalítico da associação livre e leva ao encorajamento dos participantes a falar espontaneamente e a comunicar o que quer que lhes ocorra sem banir qualquer pensamento ou tema. Aparece, no início, timidamente, provavelmente pelos constrangimentos da formação do próprio grupo. Instala-se por norma na segunda sessão. Na última há uma maior ansiedade de separação e menos elaboração, contrárias à livre comunicação, prevalecendo nesta o balanço da experiência, preparando o fim.

A **ressonância** (Foulkes 1975; Foulkes & Anthony, 1957) faz com que cada um reaja ou interprete os acontecimentos grupais de acordo com seu próprio nível de referência mais profundo, e surge no grupo experiencial muito sob a forma de empatia, sobretudo no

sofrimento. Do mesmo modo os **fenómenos de espelho**, descritos em 1957 por Foulkes, retomados em 1968 por Leal, e interpretados por Cortesão (1981) mais numa perspectiva das relações de objecto, observam-se por via das interações e relações, estabelecidas entre os membros do grupo, através das quais as relações de objecto internas se exprimem. O **“anti-grupo”** (Nitsun, 1997) poderá manifestar-se por formas pouco exuberantes, sobretudo sob a configuração de faltas ou abandono as quais, no entanto, também se podem dever a variáveis mais individuais.

Dos **níveis de comunicação** descritos por Cortesão (1989), sempre presentes e actuantes no grupo através das diversas formas de comunicação verbal e não-verbal, encontramos no grupo experiencial o nível da *experiência subjectiva individual*, - por exemplo o relato por alguém de um acontecimento ou experiência no presente ou no passado, ou mesmo o conteúdo manifesto de um sonho - e o nível de *experiência subjectiva plural* - quando numa cadeia de pensamentos outras pessoas falavam também de experiências suas. Não se evidenciou o nível de *comunicação associativa*.

A **transferência** é um dos conceitos fundamentais na Escola Portuguesa. Marca uma diferença conceptual em relação a muitos outros modelos grupanalíticos, nomeadamente por considerar possível a análise da neurose de transferência grupal - factor diferenciador entre a grupanalise e psicoterapia analítica de grupo. Naturalmente, estando presente em todas as interações humanas, a transferência aparece nos nossos grupos. E vislumbram-se os seus vários movimentos: laterais, para com o condutor e também movimentos mais globais do grupo. Mas sobretudo sente-se uma resistência à transferência pela racionalização e pelos silêncios. Este tema é, curiosamente, um dos que os estudantes mais debatem nas aulas pós grupo como se este espaço distante da vivência, onde predomina o funcionamento intelectual e o pensamento racional, fosse mais seguro para o fazer.

Cortesão (1989) propôs seis **níveis de interpretação**, conceptualizando a interpretação *genético-evolutiva; desevolutiva; de significação; de criatividade; de transferência e comutativa*. Este complexo e nem sempre evidente modelo de interpretação do material produzido no grupo não tem aplicação neste contexto pelas razões que explanamos no início do artigo e que se prendem sobretudo com a diferença entre os grupos terapêuticos e os de experiência. As interpretações do condutor de um grupo experiencial são principalmente feitas no sentido de facilitar e aprofundar as comunicações de sentimentos e vivências pessoais, dar novos significados às comunicações, trazer para o “aqui e agora” o “lá fora” - “*que relações gostariam de fazer ali*”, “*que dificuldades estariam a sentir ali*” -, passar do “externo” para o “interno”, aumentar a reflexão sobre o “si”, assinalar a existência de coisas em comum e de coisas diferentes, e questionar sobre as dificuldades e os desejos ao lidar com ambas. Procura ainda trazer-se à superfície os contributos pessoais possíveis *versus* o ficar à espera que aconteça, bem como os receios de rejeição/exclusão, a desistência e a expectativa prévia do trauma.

Não são feitas interpretações na transferência e, neste contexto, a interpretação é mais para o grupo do que individual. No entanto, no formato das 4 sessões, como os participantes trazem mais material pessoal podem ser suscitadas no condutor interpretações que, sendo para o grupo, poderão ser recebidas mais individualmente. Contudo, nunca se interpreta material inconsciente individual, nem aliás as condições do grupo favorecem a sua emergência. Não é também possível, naturalmente, atingir, algo que se assemelhe à **perlaboração**. Cortesão (1989) recorda que a perlaboração, fundamental no processo grupanalítico, sucede paulatinamente e de forma contínua estando particularmente dependente da constância e do tempo.

No entanto, outras manifestações importantes ocorrem. Um dos conceitos propostos por Foulkes, decorrente das suas observações nos grupos psicanalíticos foi o de **treino do ego em acção**. As acções, reacções e interacções na situação grupal, fomentam o conhecimento de cada indivíduo, do outro e do mundo dos objectos, promovendo o *insight* e a integração de cada um, desenvolvendo a mobilidade do Ego (Foulkes, 1968). Este fenómeno é visível no grupo experiencial, sobretudo no formato de 4 sessões.

Parece-nos também ter encontrado um padrão na **temática das sessões** destes seis grupos que investigámos. Na **primeira sessão** surge inevitavelmente a necessidade de ter um assunto. Outro conteúdo comum é o das dificuldades de relação “lá fora” e as “diferenças de origem”. Em grupos de uma só sessão, o estabelecimento de trocas emocionais é travado pela inevitável e iminente separação. Aumentando o número de sessões, a dinâmica vai alterando e no formato de 4 é possível, no latente, perceber melhor o desejo e receio de se relacionar e criar laços afectivos.

Na **segunda sessão** aparecem comunicações mais pessoais, mas também, e ainda, o receio de se ligar por medo da separação. Com 4 sessões, surgem temas mais pessoais associados com o que se passou na sessão anterior, nomeadamente a expressão mais clara da resistência que, quando interpretada, muda o nível de comunicação.

Em grupos com 3 sessões, na **terceira** verificamos maiores resistências expressas por longos silêncios. No formato de 4 sessões surge um movimento transferencial sob forma de curiosidade acerca do condutor, que é racionalizado pelo grupo. A comunicação subjetiva e mais pessoal aprofunda-se. Com intervenções daquele, aparece o *eu ideal* como elemento castrador e o *ideal do eu*, desencadeador de um desejo de mudança.

Na **4ª sessão** aparece a possibilidade de exprimir afectos da qualidade da zanga e da frustração sob o pretexto das inevitáveis faltas, também elas bastante reveladoras da vivência do processo de separação que se aproxima. Surge a valorização do grupo como um espaço de comunicação diferente dos grupos “lá de fora”. Aparece ainda a compreensão do

silêncio como protecção, e da comunicação como forma de aproximação ou defesa. Há menos silêncios defensivos e mais de elaboração. As duas sessões intermédias parecem permitir fazer uma análise melhor, como se houvesse uma maior compreensão do processo, com possibilidade de reparação.

V- Comentários Finais

Sublinhemos que a discussão dos conceitos teóricos na fase pós grupo é, não só um espaço de aprendizagem conceptual importante, mas também, o momento em que se dá uma elaboração, reformulação e integração, fundamental em todos os sentidos. Daí julgarmos ser útil, ao utilizar o grupo experiencial como modelo de ensino, uma articulação e coerência entre o condutor do grupo e o professor da matéria, na situação académica pós-experiência.

Este trabalho tem confirmado a nossa convicção de que o método de aprendizagem em que se descobre a dinâmica grupal através do encontro é a única forma de fazer alcançar um conjunto de conceitos psicanalíticos e grupanalíticos (que os estudantes conhecem, por vezes há anos, sem verdadeiramente os entender), bem como compreender a dinâmica grupal, e apreciar este método de tratamento. Avaliada esta modalidade, julgamos ter encontrado um formato que permite cumprir os propósitos de divulgar a grupanalise no meio académico, facilitar a compreensão da teoria pela vivência, manter as fronteiras entre o grupo experiencial e a psicoterapia de grupo, sem contudo deixar de implicar o aluno e futuro clínico como pessoa, sublinhando os aspectos da intersubjectividade da relação terapêutica individual ou grupal que possa vir a ter com os seus futuros pacientes.

Ao terminar gostaríamos, mais uma vez, de sublinhar que a experimentação de um modelo clínico pode criar situações equívocas. Num grupo experiencial, como os componentes psicoterapêuticos facilitam a aprendizagem, os dois acabam por funcionar em conjunto, e podem criar-se expectativas terapêuticas nos participantes numa situação que, ao contrário dos grupos de psicoterapia, não é controlada (Hughes, 1983). Esta observação torna-se particularmente importante quando a componente experiencial decorre em sala de aula, com estudantes que se conhecem previamente e/ou mantêm relações sociais, e é usada de forma circunscrita no tempo, acarretando por isso uma série de constrangimentos. 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 (Abreu Afonso et al., 2014a, 2014b).

Algumas questões técnicas a ter em conta serão, no nosso entender:

1 -Estabelecimento claro de regras de funcionamento, nomeadamente o sigilo.

- 2 - Controlo da emergência de material pessoal inapropriado ao contexto.
- 3 - Estabelecimento do “padrão grupanalítico” (Cortesão, 1989) desde o início.
- 4 - As interpretações ao longo das sessões sempre feitas em função das comunicações, e mais para o grupo do que para o indivíduo, no sentido de:
 - a) Facilitar e aprofundar as comunicações de sentimentos e vivências pessoais;
 - b) Dar novos significados às comunicações;
 - c) Trazer para o “aqui e agora” o “lá fora”;
 - d) Passar do “externo” para o “interno”; aumentar a reflexão sobre o “si”;
 - e) Assinalar a existência de coisas em comum e de coisas diferentes; quais as dificuldades e os desejos de como lidar com ambas;
 - f) Os contributos pessoais possíveis *versus* o ficar à espera que aconteça;
 - g) Os receios: de rejeição/exclusão, a desistência, a expectativa prévia do trauma;
 - h) Não fazer interpretações na transferência.
- 5 - Uma das maiores **dificuldades técnicas** com que um condutor de grupo experiencial grupanalítico - por definição pouco interventivo - se depara é porventura o manejo dos silêncios: procurar distinguir os de resistência, os de preparação e os de elaboração, sem deixar que se prolonguem, evitando que os níveis de ansiedade se tornem insuportáveis. Isto acontece sobretudo nas fases iniciais e finais do processo. No entanto, as 4 sessões do modelo que propomos já favorecem uma maior capacidade de elaboração grupal no final da experiência, bem como a integração do silêncio com menos ansiedade. O desconhecimento prévio dos participantes por parte do condutor, também não permite antecipar certos movimentos dos elementos do grupo o que, por vezes, pode ser inconveniente.

O número das 4 sessões que encontramos ao fim destes anos de investigação permite um equilíbrio entre a profundidade desejável para a experiência ser produtiva e a fronteira com um espaço conceptualmente confuso. Como dissemos no início, o modelo condiciona a teoria e teoria da técnica. No nosso caso, não sendo o grupo experiencial terapêutico no objectivo imediato, procuramos dar a vivenciar o grupo segundo o modelo da grupanalise. É, portanto, 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, como poderia acontecer caso se tratasse de outro modelo teórico. Neste contexto sabemos que vamos ter de lidar permanentemente com a questão paradoxal 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.

Referências Bibliográficas

- Abreu Afonso, J., Galamba, G., Proença, V. (2014a). "The Experiential Group as a Group Analysis Teaching Model", In *Art Meets Science: Exploring Challenges and Changes Symposium Book*. Comunicação escrita apresentada ao *16th European Symposium in Group Analysis - "Art Meets Science: Exploring Challenges and Changes"*: Lisbon.
- Abreu-Afonso, Galamba & Proença, (2014 b). O Grupo Experiencial como Modelo de Ensino da Grupanalise. Comunicação ao *Congresso Ibero-Americano de Psicologia*: Lisboa, 2014.
- Abreu-Afonso, J., Dinis, C., Ferreira, G., Ferro, S., Marques, P., Melo, J. C., Neto, I., Porto, M., Rodrigues, T. B., Valente, A. (2015). "Group Analysis: Others Sights of the Conscious and Unconscious", *Psychology Research* 5(1), 10 - 22.
- Cortesão, E.L. (1981). *Experiência clínica no tratamento de estados neuróticos psicóticos com grupanalise e psicoterapia grupanalítica - Contribuição para uma teoria da técnica*, (Dissertação para as provas de agregação). Faculdade de Ciências Médicas de Lisboa, Lisboa, Portugal.
- Cortesão, E.L. (1989). *Grupanalise: 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.
- Foulkes, S. H., & Anthony, E. J. (1957). *Group psychotherapy-The psychoanalytic approach*. London, United Kingdom: Penguin Books Ltd.
- Foulkes, S.H. (1968). *Group Dynamic Process and Group Analysis*. In *Selected Papers on Psychoanalysis and Group Analysis*, (175-186). Karnac.
- Foulkes. S. H. (1975). *Group analytic psychotherapy Method and principles*. London, United Kingdom: Gordon & Breach Science Publishers Ltd.
- Hughes, P. (1893). Group Work in a Training Environment. *Group Analysis*, 16, 203-212.
- Nitsun, M. (1996). *The anti-group: Destructive forces in the group and their creative potential*. London: United Kingdom: Routledge.