

“ME FORMEI E AGORA?”

**RELEITURA DAS ACADÊMICAS DO 10º PERÍODO SOBRE A EXPERIÊNCIA NA
COORDENAÇÃO DE TERAPIA EM GRUPO NO 6º PERÍODO**

KOCHENBORGER, Caroline Sidineia
BÜHRING, Fernanda Luiza
SCHÜNEMANN, Sirley
BAVARESCO, Ângela Maria

Resumo

INTRODUÇÃO: A experiência de conduzir um grupo psicoterapêutico é muito desafiadora, necessita de alguns anos de prática e o desenvolvimento de características empáticas e facilitadoras a quem pretende empreender tal tarefa. No curso de Psicologia é de extrema importância abordar questões relacionadas a tal prática, bem como proporcionar a experiência aos acadêmicos de coordenar e co-coordenar tais grupos, pois está será uma ferramenta que tem grandes chances de ser utilizada após a formação e precisa estar bem lapidada, Neste sentido é necessário que os facilitadores façam um bom rapport e tenham a desenvoltura e a percepção do grupo no geral. Quando os grupos são temáticos surge a capacidade de explorar um assunto em específico que a população atingida considere importante, sempre levando em consideração o surgimento do tema como demanda do grupo. Neste sentido, entendemos que uma demanda latente no 6º período de Psicologia foram as angústias e desafios relacionados a prática da profissão, mais especificamente logo após se formar e levando isso em

consideração para a prática do grupo abordamos o tema “Me formei e agora?” em nossa prática grupal oportunizada pelo componente curricular de Técnicas de Grupo. OBJETIVO DO RESUMO: O presente resumo pretende relatar a experiência na coordenação de psicoterapia em grupo no 6º período de psicologia no ano de 2017, e ainda fazer uma releitura de tal experiência com as percepções das coordenadoras do grupo, hoje no 10º período. METODOLOGIA: A atividade iniciou-se com a reflexão sobre o tema “me formei e agora”, abordando as questões das angústias vivenciadas pelos acadêmicos de psicologia após se formar no curso e das expectativas sobre a profissão. Em todos os momentos foi enfatizada a questão do sigilo e da imersão no grupo, para que este pudesse interagir de forma produtiva e catártica. DESENVOLVIMENTO: Segundo FARAH, 2009, o grupo terapêutico é formado por pessoas singulares cada qual com a sua subjetividade e então “[...] Pouco a pouco, à medida que o grupo vai acontecendo, as formas peculiares dos membros de interagir com o mundo vão sendo reveladas.” Assim pudemos perceber como cada indivíduo reage frente às angústias derivadas do momento da conclusão final do curso e o ingresso ao mundo do trabalho, agora como psicólogo. No decorrer da terapia em grupo surgiram muitos assuntos descontraídos, assim como alguns com maior carga emocional.

□ Das expectativas: Inicialmente possuíamos muito medo do silêncio do grupo em relação ao nosso assunto, mas logo que iniciamos o grupo nossos temores se esvaíram aos poucos, pois o grupo foi bastante interativo inclusive se dispersando do tema sugerido, neste momento fomos capazes de trazê-los de volta ao foco com certa facilidade e conseguimos manter uma boa abertura dos participantes. Ainda a nosso ver, conseguimos proporcionar um ambiente onde os sentimentos dos indivíduos do grupo eram aceitos e tratados com respeito tornando o processo uma forma de empatia, aceitando as angústias como algo inerente do ser humano e criando campo fértil para o alívio de muitas tensões como nos explica Yalom(2006)

“O fato de ser aceito pelos outros desafia a crença do paciente de que ele é basicamente repugnante, inaceitável e detestável [...]O grupo aceitará

um indivíduo desde que ele siga as regras de procedimento do grupo, independentemente de experiências de vida, transgressões ou fracassos sociais passados" (p. 63).

Tendo isto como referência, buscamos sempre em nossa coordenação deixar os membros do grupo o mais confortáveis possível para que pudessem falar sobre os seus sentimentos mais profundos sem medo de julgamento.

□ Do desenvolvimento da psicoterapia em grupo: Como já explanado, o grupo que coordenamos foi muito participativo e colaborou bastante para reflexões valiosas em relação à prática psicológica, e que nós acadêmicos compreendemos como a nossa futura profissão, desta forma acreditamos ter conduzido a terapia da forma "democrática pela coesão espontânea não induzida pelos líderes", como nos aponta Andaló (2001). Assim assumimos a responsabilidade como coordenadores do grupo e nos colocando como tais, compreendendo-nos como sujeitos ativos da psicoterapia, agindo como facilitadores e percebemos que nossa forma de agir interfere diretamente no funcionamento do grupo, como explica Zimermann: "o modelo das lideranças é o maior responsável pelos valores e características de um grupo, seja ele de que tipo for" (1997, p. 47).

□ Das considerações finais: Gostaríamos de reiterar a eficácia da terapia em grupo, independente do método seguido ou da teoria abordada, pois ela é uma forma de grande valia para o pertencimento social do indivíduo e pela assimilação de que existem pessoas que passam pelas mesmas angústias de que ele, diminuindo consideravelmente o sofrimento. Ainda a capacidade de proporcionar um momento//local onde as pessoas podem demonstrar seus medos, angústias e sentimentos mais profundos faz da psicologia a ciência maravilhosa que ela é, encarando todos os seres humanos com muito respeito e consideração. Por fim para nós acadêmicos essa experiência é muito valiosa pois este ´r o momento que podemos estar em contato com a práxis e desenvolver nossas habilidades, podendo errar e contando com uma orientação eficaz que vai nos aprimorando aos poucos não só como profissionais psicólogos mas como pessoas.

RELEITURA: Como acadêmicas do 10º período de psicologia em releitura de experiência, pudemos perceber a nossa insegurança e ingenuidade na condução de nosso primeiro grupo psicoterapêutico, resultados esperados frente ao nosso conhecimento e prática da época. Hoje após estágios e alguns desafios relacionados, temos a segurança de afirmar que evoluímos muito em nossa capacidade de facilitar grupos psicoterapêuticos em geral e conduzir grupos temáticos das mais diversas demandas. Acreditamos que o psicólogo deve utilizar grupos como uma ferramenta essencial em seu trabalho apostando nesta prática como uma forma de potencializar indivíduos e promover a autonomia. Ainda ressaltamos a necessidade de formar grupos a partir da demanda da população que se pretende atingir e não por identificação pessoal com o assunto ou tema. Mesmo que os grupos possam ser conduzidos de diversas formas, temos a certeza que, se instaurado um clima de segurança e acolhimento, os indivíduos poderão se expressar de forma catártica e desmistificar crenças pessoais errôneas acerca de si e do mundo que percebem. Cabe ainda enfatizar a importância do sigilo que é regra fundamental em nossa profissão, o respeito com a experiência do outro, o exercício da escuta empática e a capacidade de ouvir sendo estas habilidades que o profissional de psicologia deve desenvolver e aprimorar.

No que se refere às angústias da profissão, agora no 10º período, elas ainda persistem e acreditamos que nunca as sanaremos, contudo, isto nos movimenta nos faz perceber novas formas de atuação, locais de inserção e demandas da comunidade e região, nos conduz a desenvolver novas habilidades e conhecimentos e nos insere em uma dinâmica profissional que está diretamente ligada à psicologia, a dinâmica de se transformar. Hoje estamos mais seguras das nossas capacidades frente aos grupos em virtude desta nossa primeira intervenção onde iniciamos nossa transformação no que somos hoje.

REFERÊNCIAS

ANDALO, Carmen Silvia de Arruda. O papel de coordenador de grupos. *Psicol. USP* [online]. 2001, vol.12, n.1.

FARAH, A. B. A. Psicoterapia de grupo: reflexões sobre as mudanças no contato entre membros do grupo durante o processo terapêutico. Revista IGT na Rede, v.6, nº.11. UERJ, Rio de Janeiro, 2009.

YALOM, I. D. & YALOM, M. L. Psicoterapia de grupo: teoria e prática; Tradução Ronaldo Cataldo Costa. Porto Alegre. Artmed, 2006.

ZIMERMANN, D. E. Atributos desejáveis para o coordenador de grupo. in D. E. Zimermann, & L. C. Osório et. al. Trabalhar com grupos. Porto Alegre, RS: Artes Médicas, 1997.

E-mail: carolinesk@hotmail.com; fernandabhr@gmail.com;