

ARTIGO

A ausência dos participantes na grupoterapia e seus efeitos na dinâmica grupal

Laura Vilela e Souza¹

Fabio Scorsolini-Comin²

Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, MG

RESUMO

Considerando que a ausência dos participantes no processo grupoterápico, notadamente quando se tratam de grupos fechados, acaba por interferir na dinâmica grupal, o estudo aborda a questão da ausência (ou falta) dos participantes durante o processo terapêutico desenvolvido em um grupo formado por jovens diagnosticados com fobia social. O grupo em apreço foi composto por jovens universitários diagnosticados com Transtorno de Ansiedade Social em tratamento ambulatorial em um hospital universitário, em uma cidade de médio porte do interior do Estado de São Paulo. A partir da sessão analisada, por meio do referencial psicanalítico, compreendeu-se que as ausências não são meros esquecimentos ou fatos sem quaisquer repercussões na dinâmica grupal. Um evento externo (falta) foi trazido para dentro do espaço grupal, suscitando a assunção de novos posicionamentos dos participantes que estavam presentes e reconhecendo a necessidade de que todos os participantes (ausentes ou não) fossem devidamente acolhidos, observados e ajudados no processo terapêutico.

Palavras-chave: Transtornos fóbicos; Prática de grupo; Grupoterapia.

The absence of participants in group therapy and its effects on group dynamics

ABSTRACT

Considering that the absence of participants in group therapy process, especially when dealing with closed groups, ultimately interfere with group dynamics, the study aimed to investigate the absence of participants during the therapeutic process developed in a group of young people diagnosed with social phobia. The group in question was composed of university students diagnosed with Social Anxiety Disorder in a university hospital in a midsize city in the state of Sao Paulo. From the session analyzed by means of psychoanalysis, it was understood that

absences are not mere forgetfulness or facts without any impact on group dynamics. An external event (failure) was brought into the group space, raising the assumption of new placements of participants who were present and acknowledging the need for all participants (missing or not) to be duly accepted, observed and assisted in the therapeutic process.

Keywords: Phobic disorders; Group practice; Group therapy.

La ausencia de participantes en la terapia de grupo y sus efectos en la dinámica de grupo

RESUMEN

Considerando que la ausencia de los participantes en el proceso de terapia de grupo, especialmente cuando se trata de grupos cerrados, acaba por interferir en la dinámica de grupo, el estudio se refiere a la ausencia (o falta) de los participantes durante el proceso terapéutico desarrollado en un grupo de gente joven que fue diagnosticada con fobia social. El grupo en cuestión estaba compuesto por estudiantes universitarios diagnosticados con Trastorno de Ansiedad Social en pacientes ambulatorios de un hospital universitario en una ciudad de tamaño medio en el estado de Sao Paulo. A partir de la sesión de análisis, a través del psicoanálisis se entendió que las ausencias no son meros olvidos o hechos sin ningún tipo de impacto sobre la dinámica de grupo. Un evento externo (falta) se ha presentado en el espacio del grupo, aumentando la aparición de nuevas ubicaciones de los participantes que estuvieron presentes y reconociendo la necesidad de que todos los participantes (que faltan o no) fueron debidamente aceptado, observado y ayudado en el proceso terapéutico.

Palabras clave: Trastornos fóbicos; Práctica de grupo; Terapia de grupo.

INTRODUÇÃO

A ausência dos participantes no processo grupoterápico, notadamente quando se tratam de grupos fechados, acaba por interferir na dinâmica grupal, tanto em termos da quantidade de participantes quanto das repercussões dessa ausência nos conteúdos abordados naquele processo (BECHELLI; SANTOS, 2002; ORMONT, 1992; ZIMERMAN, 2004). Zimerman (2000) afirma que as faltas dos participantes no grupo nunca passam em branco, provocando nas pessoas presentes fantasias conscientes e inconscientes sobre o porquê dos participantes não estarem ali.

No presente estudo, abordaremos a questão da ausência (ou falta) dos participantes durante o processo terapêutico desenvolvido em um grupo formado por jovens diagnosticados com fobia social, considerado um transtorno de ansiedade caracterizado pelo medo da humilhação e embaraço durante a interação social ou performance frente aos outros (DSM-IV-TR, APA, 2002). As pessoas com fobia social usualmente evitam as situações em que estejam presentes muitas pessoas, preferem passar despercebidas, evitando principalmente situações nas quais sejam destaque com outras pessoas observando-as, como acontece em situações grupais. Porém, na experiência aqui narrada, o grupo com pessoas diagnosticadas com fobia social com menos pessoas fez com que os participantes presentes se evidenciassem, ficassem “no centro das atenções”. Embora sejam escassos os estudos qualitativos que buscaram reconhecer as especificidades do uso da modalidade de atendimento da grupoterapia para pacientes com fobia social (SOUZA; SANTOS, 2009), autores como Knijnik et al. (2004) esclarecem que a psicoterapia pode oferecer algumas vantagens a esses pacientes, “já que muito do que se aprende durante a psicoterapia pode ser usado no decorrer da vida do paciente e funcionar como um instrumento de prevenção de recaídas” (p. 77).

O grupo terapêutico aqui relatado foi proposto como forma de atendimento aos jovens universitários diagnosticados com Transtorno de Ansiedade Social em tratamento ambulatorial em um hospital universitário, em uma cidade de médio porte do interior do Estado de São Paulo. Esse grupo aconteceu por três anos nesse hospital e foi coordenado por duas psicólogas. Oito jovens foram convidados a participar.

Nesse trabalho, buscou-se analisar de que forma as ausências dos participantes nas sessões iniciais do grupo influenciavam a dinâmica grupal e participavam dos movimentos de resistência e evitação do contato com o outro, aspecto reforçado na proposta de uma psicoterapia em grupo. Além disso, buscou-se considerar a reação dos participantes a essas faltas a partir da especificidade desse grupo homogêneo com jovens com ansiedade social, considerando as características dessa psicopatologia. O referencial teórico da Psicanálise embasou a interpretação do material. Todos os cuidados éticos para pesquisas com seres humanos foram cumpridos. Os nomes dos participantes e terapeutas são fictícios. Especificamente neste estudo, foi selecionada para análise a terceira sessão desse grupo.

A AUSÊNCIA DOS PARTICIPANTES E SEUS EFEITOS NA DINÂMICA GRUPAL: CADÊ TODO MUNDO?

Apenas Ítalo e Lourenço estavam presentes na sessão, juntamente com as duas coordenadoras. Todos os outros participantes faltaram. Ítalo iniciou o grupo:

Ítalo: *Acho que os outros cursos têm recesso (feriado).*

Ítalo deu sua hipótese para explicar essa ausência no grupo. Para ele, as faltas foram em razão do feriado que aconteceria naquela semana e muitos cursos universitários estavam em recesso. O curso de Ítalo não entrou em recesso e a pós-graduação de Lourenço também não. Ítalo e Lourenço deram alguns elementos para a compreensão de quais eram as fantasias presentes no grupo com a falta dos demais participantes:

Ítalo: *Mas feriado melhora para caramba o transporte público. Achei ótimo!*

Terapeuta Clara: *Será que tem essa sensação também aqui, apesar de vazio o grupo ficou melhor?*

Lourenço: *Eu achei que o pessoal iria vir.*

Terapeuta Mariana: *Por quê?*

Lourenço: *Para manter certa seriedade.*

Terapeuta Mariana: *Faz você pensar: “Será que eles não tão levando a sério?”.*

Lourenço: *Se alguém tá sentindo o grupo pesado, é um bom motivo para faltar e aliviar.*

Terapeuta Clara: *Você tá sentindo que tá pesado?*

Lourenço: *Não, tem pessoas que estão mais do que eu. Deu para sentir. Fico observando as pessoas. Eu não consigo parar de observar.*

Terapeuta Clara: *Você sente isso aqui no grupo?*

Lourenço: *Aqui não, porque não estou exposto. É quando você é o centro das atenções.*

Ítalo afirmou que o feriado, que segundo sua teoria teria feito com que os participantes faltassem ao grupo, era “ótimo”, pois “melhorava o serviço público”. A terapeuta Clara questionou se com essa fala Ítalo não estava também falando, de maneira transferencial, da ausência dos participantes ali no grupo, ou seja, o grupo teria ficado “ótimo” com menos gente. Lourenço afirmou que “achava que o pessoal iria vir”, que ele tinha uma expectativa de que mesmo com o feriado as pessoas viriam por uma questão de “seriedade” com o grupo. Nessa fala, que a terapeuta Mariana interpretou como Lourenço achando que quem faltou não estava

levando o grupo a sério, pode-se perceber a raiva de Lourenço com as pessoas que não estavam encarando o grupo da forma como ele estava.

Lourenço pareceu entender que quem faltou o fez por sentir o grupo “pesado” e assim, faltando, puderam “se aliviar”. Aqui, podemos entender a raiva de Lourenço como resposta a essas faltas, os participantes que faltaram puderam se aliviar, e ele, que teve a seriedade de vir ao grupo não pode, portanto, teve que aguentar o grupo “pesado”. A exigência que Lourenço se impôs ter que cumprir, de ir ao grupo mesmo sentindo-o pesado, ficou projetada nos demais participantes, que também deveriam ter cumprido essa exigência de seriedade e não terem faltado. Também podemos hipotetizar sobre a inveja sentida por Lourenço com relação aos participantes ausentes que podem ter, de certo modo, “rompido” com o tratamento naquele dia para poderem se aliviar, enquanto Lourenço não conseguiu fazer isso.

A terapeuta Clara interpretou essa projeção que Lourenço fez nos demais participantes, questionando se não seria ele quem estaria sentindo o grupo pesado. Todavia, Lourenço negou essa interpretação e disse que não era ele, mas outros participantes que estavam sentindo o grupo assim e que ele sabia disso porque os ficava “observando”.

Nesse sentido, podemos perceber, também, a onipotência desse participante, ao afirmar que sabia o que os outros membros estavam sentindo, inclusive trazendo essas conclusões para o grupo e “entregando” à terapeuta a postura de irresponsabilidade do participante que faltara. Ao mesmo tempo, Lourenço poderia estar falando à terapeuta de sua irresponsabilidade, como responsável pelo espaço grupal, em não ter mantido o grupo “unido”.

Clara insistiu tentando fazer com que Lourenço falasse de si, ao invés de analisar os demais, buscando ~~Buscando~~ tirá-lo dessa posição de observador e colocá-lo ativo como participante da grupoterapia. Entretanto, ~~mas~~ Lourenço fugiu novamente, negando sentir-se incomodado no grupo, pois ali ele “não estaria exposto”, não seria “o centro das atenções”.

Lourenço ocupava o lugar do observador, daquele que ficava de fora, que analisava os acontecimentos, mas não se colocava como o “centro das atenções” e, portanto, não se mostrava, não ficava “exposto”, mantendo-se tranquilo em grupo, seguro. Lourenço pareceu estar com raiva das outras pessoas que o deixaram sozinho, exposto. Ao falar das pessoas que não estão presentes, evitava-se falar de si mesmo, e Ítalo, em seguida à fala de Lourenço, pontuou sua percepção de que o grupo deveria ser utilizado para que eles falassem de si e não dos outros:

Ítalo: É melhor a gente se inteirar no grupo do que especular o porquê que o pessoal não veio. Não acho que devemos ficar nos concentrando nas decisões alheias.

Lourenço: Eu percebo essas faltas como uma forma de eu me situar. Talvez sentir como o grupo tá pesado. Até a ausência deles dá parâmetro. É como um livro vivo.

Ítalo: *Eu não percebo os outros como parâmetro. A minha evolução é meu próprio parâmetro.*

Ítalo entendia que a função do grupo não deveria ser “especular o porquê que o pessoal não veio”, não ficar se concentrando “nas decisões alheias”. Lourenço, que estava falando das “decisões alheias”, buscou se defender dessa crítica afirmando que só ficou analisando as faltas “como forma de se situar”, achar “um parâmetro”. As faltas revelaram para ele que o grupo estava “pesado”, e analisar esse tipo de acontecimento o ajudava a ler/entender o grupo, “como um livro vivo”.

Ítalo respondeu discordando da maneira de Lourenço de buscar parâmetros, dizendo que seu parâmetro não estava no externo, na comparação com outras pessoas, mas na sua própria “evolução”. Ele pareceu dizer que sua referência se encontrava nas mudanças que ele percebia em seu próprio comportamento ao longo do tempo e também no grupo, independentemente de outros participantes.

Ítalo mostrou-se, nesse momento, como alguém que não se importava com a opinião alheia. Ele podia mostrar sua discordância de Lourenço, mesmo causando nele embaraço pela forma enfática com que discordou, pois não se preocupava com o que os outros pensavam, eles não eram o seu parâmetro.

Essa postura defensiva de Ítalo, a tentativa de Lourenço de evitar ser o centro das atenções falando de “lá de fora” e a falta dos participantes nessa sessão denunciaram sinais de resistência, ou seja, tentativas da mente de evitar entrar em contato com aspectos dolorosos de seu inconsciente trazidos à consciência por meio do processo terapêutico (LAPLANCHE; PONTALIS, 1988). As causas para o aparecimento dessas resistências no grupo devem-se ao medo do novo, medo de deprimir, de regredir, de melhorar (pelas culpas inconscientes), dificuldade de abandonar as ilusões narcisistas, dificuldade de mostrar aos outros seus próprios limites e inveja (ZIMERMAN, 2000).

A resistência, então, pode estar protegendo a pessoa de entrar em contato com aspectos mais depressivos e dolorosos. Em um momento seguinte da sessão, Ítalo falou um pouco de qual era o sentimento doloroso por trás dessa postura defensiva:

Terapeuta Mariana: *Esse grupo tá diferente hoje e vocês tão procurando um parâmetro.*

Ítalo: *É porque o que mais me prejudica na vida é a distímia, a falta de prazer na vida, na maioria das atividades.*

Ítalo havia recebido de seu psiquiatra o diagnóstico de distímia, definida, segundo ele, como a “falta de prazer na vida e na maioria das atividades”. Ele contou que essa distímia

“prejudicava sua vida”. Já Lourenço afirmou, na continuação da sessão, que sua vontade era de “*chutar tudo, de ser indiferente ao outro, o outro que eu acho que é normal*”.

Os dois participantes falavam da temática dos relacionamentos, da necessidade que o ser humano tem de se relacionar, mas ao mesmo tempo do medo que sente de sofrer nessas relações. Ítalo, ao falar da distímia, pareceu falar de um recurso defensivo que ele utilizava para não sofrer nos relacionamentos, a indiferença. Só que, ao se fechar inconscientemente aos sentimentos ruins, impedia também as vivências das boas emoções. Assim, deixava de sentir prazer na vida. Lourenço, percebendo o quanto a opinião dos outros o influenciava, queria passar a ser “indiferente ao outro”, esse outro que ele considerava como sendo “normal”. Ao reconhecer as demais pessoas como normais, Lourenço pareceu, então, estar se definindo como “anormal”.

A indiferença que Lourenço falava é a indiferença que Ítalo afirmava sentir com relação às pessoas quando afirmou que elas não eram o seu parâmetro. Lourenço pareceu querer viver essa indiferença proclamada por Ítalo, assim também teria a si próprio como parâmetro e não teria que se preocupar com mais ninguém. Tanto a indiferença quanto a excessiva preocupação com a expectativa alheia são formas sintomáticas de lidar com os conflitos inerentes do relacionar-se. A dificuldade que apareceu nessa sessão era a de assumir a necessidade que temos das pessoas (saindo dessa postura defensiva de Ítalo) e de aprendermos a suportar as frustrações e desafios dos relacionamentos (saindo da postura evitativa de Lourenço).

A ideia de anormalidade na fala de Lourenço pareceu vir de sua percepção de sua incapacidade de lidar com os relacionamentos, sentindo-se diferente das demais pessoas “normais” que teriam essa habilidade (projeção). Lourenço pareceu entrar em contato com o luto necessário para a entrada na posição depressiva em sua fala nos minutos finais da sessão:

Lourenço: *Eu queria reescrever muita coisa. Porque muita coisa ficou cinza.*

Terapeuta Clara: *E será que dá para reescrever?*

Lourenço: *Reescrever não dá, mas dá para tentar trocar a cor da caneta que você escreveu.*

Ao dizer que queria “reescrever muita coisa”, Lourenço pareceu entender que sua vida só poderia ser boa se fosse reescrita, refeita, como se tivesse que ser eliminado tudo de ruim que existiu ou aconteceu para corresponder ao seu ideal de uma vida boa. Parecia difícil para Lourenço, naquele momento, perceber que a possibilidade que ele tinha de poder sentir-se melhor consigo mesmo viria não de torná-lo alguém diferente, alguém “normal” como as outras

pessoas (em suas próprias palavras), mas de sua capacidade de apropriar-se de quem ele era, sem medo de se expor e se mostrar. Ao narrar a necessidade de fazer diferente, ele também revela ao grupo a expectativa de que o tratamento pudesse oferecer algo novo, um caminho novo a ser trilhado e no qual ele pudesse realmente “ser”, independentemente da opinião das outras pessoas. Traz para o grupo, desse modo, a necessidade de se sentir aceito e seguro nesse espaço.

Era isso que a terapeuta Clara pareceu querer apontar quando questionou se esse “reescrever” seria possível. Lourenço respondeu que percebia que não dava para reescrever, mas que era possível “tentar trocar a cor da caneta”. Ele pareceu buscar elaborar essa possibilidade de aceitação de sua própria história e sua maneira de ser, buscando elaborar o luto pela perda das ilusões infantis de ideal de ego e entrando na realidade de seu próprio *self*.

No final da sessão, ele confirmou a hipótese psicanalítica do desafio de descobrirmos a nós mesmos:

Lourenço: *É melhor observar nos outros do que sentir na própria pele.*

Terapeuta Clara: *Será que é por isso que você observa tanto?*

Lourenço: *É uma boa explicação.*

Em uma interpretação certa, Clara mostrou para Lourenço a postura defensiva que ele ocupava nessa posição de observador, relacionando-a como uma forma de evitar “sentir na própria pele” as emoções. Tendo esse cuidado, os participantes poderão se sentir mais seguros no grupo, como se não estivessem sendo desnudados pela coordenadora que, na percepção dos estudantes, teria uma visão privilegiada acerca do fenômeno. Assim, o uso dessas falas deve ser regulado pela coordenadora ou pela dupla de coordenação, favorecendo aos participantes a confiança no grupo para que possam se abrir ao diálogo sem reservas.

Ao destacar que “é uma boa explicação”, Lourenço reconhece a possibilidade inequívoca de também estar sendo observado pelos outros participantes e pela terapeuta, abrindo brechas para ser interpretado, olhado, compreendido. Ao deflagrar essa possibilidade, acaba sendo o “centro das atenções” do grupo, estando desarmado, como se o seu medo tivesse sido declarado aos demais participantes, favorecendo que fosse realmente visto como é de fato. Assim, a ausência dos participantes na sessão em apreço levantou a atenção do grupo para os participantes que estavam, de certo modo, “escondidos” ou apenas observando o grupo acontecer, potencializando que todos pudessem ser vistos, observados e também acolhidos em suas necessidades, desejos e frustrações.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da sessão aqui analisada, pudemos compreender de que modo a ausência dos participantes da grupoterapia acaba sendo evocada para dentro do processo terapêutico. A partir da utilização do referencial psicanalítico aplicado a grupos, pudemos compreender que as ausências não são meros esquecimentos ou que não são fatos sem quaisquer repercussões na dinâmica grupal. Um evento aparentemente externo (ausência dos participantes em um grupo fechado) foi trazido para dentro do espaço grupal, suscitando a assunção de novos posicionamentos dos participantes que estavam presentes e reconhecendo a necessidade de que todos os participantes (ausentes ou não) fossem devidamente acolhidos, observados e ajudados no processo terapêutico.

Por se tratar de um grupo fechado composto por jovens com diagnóstico de fobia social, sugere-se que a exposição à observação e ao julgamento do outro, ao invés de levar ao abandono do tratamento, levou a uma nova visão do processo grupal como um espaço não apenas de “exposição”, mas de compreensão das necessidades de cada membro e de acompanhamento do processo de descoberta de cada um – para si mesmo e também para o outro.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-IV-TR**: manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 4ª ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2002.

BEHELLI, L. P. C.; SANTOS, M. A. Psicoterapia de grupo e considerações sobre o paciente como agente de mudança. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 10, n. 3, p. 383-391, 2002.

KNIJNIK, D. Z.; KAPCZINSKI, F.; CHACHAMOVICH, E.; MARGISA, R.; EIZIRIKA, C. L. Psicoterapia psicodinâmica em grupo para fobia social generalizada. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 26, n. 2, p. 77-81, 2004.

LAPLANCHE, J.; PONTALIS, J. B. **Vocabulário da psicanálise**. São Paulo: Martins Fontes, 1988. 707 p.

ORMONT, L. R. **The group therapy experience: from theory to practice**. New York: St. Martin's Press, 1992.

SOUZA, L. V.; SANTOS, M. A. Grupo terapêutico para jovens com fobia social. **Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano**, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 669-680, 2009.

ZIMERMANN, D. E. **Fundamentos básicos das grupoterapias**. 2ª ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000. 248 p.

ZIMERMAN, D. E. Aplicação da dinâmica de grupo à escola. **Revista da SPAGESP**, Ribeirão Preto, v. 5, n. 5, p. 6-15, 2004.

Endereço para correspondência

Laura Vilela e Souza
E-mail: lauravilelasouza@gmail.com

Recebido em 03/05/2011.
1ª revisão em 12/07/2011.
2 revisão em 18/07/2011.
Aceite final em 01/08/2011.

¹ Docente do Departamento de Psicologia Clínica e Sociedade da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM). Psicóloga, Mestre e Doutora em Psicologia pela Universidade de São Paulo (USP). Pesquisadora do Núcleo de Ensino e Pesquisa em Psicologia da Saúde (CNPq). E-mail: lauravilelasouza@gmail.com.

² Docente do Departamento de Psicologia do Desenvolvimento, da Educação e do Trabalho da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM). Psicólogo, Mestre e Doutorando em Psicologia pela Universidade de São Paulo (USP). Especialista em Grupoterapia e Coordenação de Grupos pela SPAGESP. Pesquisador do Núcleo de Ensino e Pesquisa em Psicologia da Saúde (CNPq). E-mail: scorsolini_usp@yahoo.com.br.