

DESENVOLVIMENTO DA EMPATIA E AUTOCONHECIMENTO EM UM GRUPO DE DEPENDENTES QUÍMICOS E ALCOÓLATRAS DE UM CENTRO DE RECUPERAÇÃO DE TOXICÔMANOS E ALCOÓLATRAS ¹

Rúbia Machado Dezengrini², Sabrina Alves de Souza³

¹ Estágio Básico de Grupos do Curso de Psicologia da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões - URI Campus Santo Ângelo

² Acadêmica do Curso de Psicologia (URI), rubiamachado@hotmail.com, Santo Ângelo/ RS - Brasil.

³ Professora Orientadora, Mestre do Curso de Psicologia (URI), sabrina@san.uri.br - Santo Ângelo / RS-Brasil

RESUMO: Este artigo tem como objetivo discorrer sobre aspectos das relações de empatia e o autoconhecimento dentro de um grupo em tratamento para dependência química e alcoolismo, considerando as teorias de grupos operativos reflexivos de Pichon-Rivière (1907-1977) e Alejo Dellarossa (1979). Por meio dos relatos de experiência no Estágio Básico de grupos que se realizou no período de dez encontros de uma hora cada. As atividades foram realizadas em um Centro de recuperação de toxicômanos e alcoólatras localizada em um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul. O presente artigo irá abordar alguns aspectos que dificultam as relações dos integrantes do grupo, como falta de empatia e o autoconhecimento. E a forma como foram trabalhadas as dinâmicas no grupo trazendo melhoras sensíveis porém significativas para o crescimento individual e do grupo de forma geral.

Palavras – chave: Grupo. Grupo operativo reflexivo. Dependentes químicos. Empatia, Relações.

1 INTRODUÇÃO

O presente artigo irá tratar sobre a experiência no Estágio Básico de Grupos do Curso de Psicologia da URI Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões – Campus Santo Ângelo, que teve como propósito realizar uma integração entre a teoria e a prática, tomando por base disciplinas estudadas anteriormente no referido curso. O estágio ocorreu em um Centro de recuperação de toxicômanos e alcoólatras localizada em um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul.

Bem sabemos que o uso de drogas lícitas e ilícitas vem crescendo ao longo dos anos, e que hoje se transformou em uma grande problemática para a saúde pública mundial.

No Centro de Recuperação de toxicômanos e alcoólatras onde realizei o estágio, me deparei com uma realidade muito chocante ao meu ponto de vista, somente neste local no dia em que começamos o trabalho lá se encontravam mais de quarenta homens internados para o tratamento da dependência química, e em minoria, mas ainda em tratamento alguns alcoolistas.

A dependência química é uma doença crônica e multifatorial, isso significa que diversos fatores contribuem para o seu desenvolvimento, incluindo a quantidade e frequência de uso da substância, fatores genéticos, a condição de saúde física e mental do indivíduo, psicossociais e ambientais (relações familiares, amizades, trabalho entre outros).

Os integrantes do grupo apresentavam pelas suas falas durante os encontros muitas histórias de vida, mas na maioria dos casos os fatores agravantes que lhe trouxeram para o tratamento de certa forma eram os mesmos. O uso de drogas começou sempre muito cedo na vida deles, predominantemente na adolescência, a falta de uma estrutura familiar e amigos que também eram usuários de drogas faziam com que o uso fosse cada vez mais frequente.

Durante os encontros foi possível notar um intenso sentimento de frustração com a vida e consigo mesmo que cada um carregava. Seus relatos eram sempre carregados de sentimentos de impotência, desamparo, frustrações, e a falta de conhecimentos de seus próprios sentimentos e muita incerteza do futuro.

2 ESTRATÉGIAS METODOLÓGICAS

Os encontros com o grupo se deram uma vez por semana, com duração limitada de dez encontros de aproximadamente uma hora cada. O número de participantes variava entre quatorze e vinte e três, sendo um *grupo aberto*, pois os internos do Centro de Recuperação eram livres em escolher participar ou não dos encontros. *Grupo Homogêneo* em relação ao sexo, predominantemente masculino, e *heterogêneo* em decorrência das idades e da fase de tratamento em que cada um se encontrava, as idades variavam entre quinze e setenta e um anos, onde a idade média do grupo era de trinta e nove anos. Alguns participantes estavam em tratamento no Centro havia algumas horas enquanto outros já estavam no meio ou finalizando o tratamento.

O grupo em si tem algumas características que o definem como: Grupo aberto,

homogêneo por alguns fatores e heterogêneo por outros como citamos acima, e estas definições são dadas por Zimerman, 2000:

Se é grupo homogêneo (uma mesma categoria diagnóstica, ou de idade, sexo, etc.) ou heterogêneo (comporta variações no tipo e grau de doença; agrupa homens e mulheres; um mesmo grupo pode abarcar de 20 a 60 anos, etc.). [...] Se é grupo fechado (uma vez composto o grupo, não entra mais ninguém) ou aberto (sempre que houver vaga, podem ser admitidos novos membros). (ZIMERMAN, 2000, p.146)

O grupo no qual trabalhei durante o estágio se classifica como um grupo operativo reflexivo, que de acordo com Pichon – Riviére (1907-1977) um grupo operativo se caracteriza pela relação que os integrantes do grupo mantêm com a tarefa, que neste caso pode ser a busca por uma “cura”. (Osorio, 2003). Neste grupo de fato o que ligava um ao outro era exatamente o mesmo objetivo da busca por se manterem longe das drogas.

E em relação ao Grupo de Reflexão teoricamente não se tem ao certo quem empregou pela primeira vez esta expressão, porém Alejo Dellarossa (1979) consagrou esta técnica em seu livro, publicado em 1979, *Grupos de Reflexión*, onde narra o surgimento e os primeiros desenvolvimentos da técnica. Inicialmente o objetivo desta técnica era dar a oportunidade aos alunos de trocar suas experiências com outros membros do grupo onde o espaço constituído pelos mesmos pudesse minimizar as tensões entre eles mesmos e professores. (Osorio, 2003). Também vale acrescentar que este tipo de grupo “grupo de reflexão” pertence à categoria mais abrangente de “grupos operativos”, nome este dado por Pichon Riviére de acordo com Zimmerman (2000).

3 Desenvolvimento

Através da estratégia metodológica apresentada, irei apresentar o grupo ao qual foi trabalhado durante o estágio básico de grupos. Será abordado a constituição da dinâmica grupal e o processo; Grupos operativos Eixos vertical e horizontal; Recaídas e ressocialização.

3.1 O processo e a dinâmica grupal

Os processos grupais são experiências fundamentais para a formação do indivíduo, estruturando suas convicções e desenvolvendo novas capacidades. De acordo com Yalom (2006, p.126): “(...)”, o processo também tem um significado técnico específico: ele se

refere à natureza da relação entre indivíduos que interagem – membros e terapeutas”. O indivíduo traz consigo para dentro dos grupos onde vive e se relaciona uma carga de experiências anteriormente vividas e as joga em novas experiências de relacionamentos grupais. Podendo ser consciente ou não, que no caso do grupo onde foi desenvolvido o estágio, os integrantes estavam cientes de suas participações no grupo. Tinham plena consciência que estavam fazendo parte de grupo onde as discussões seriam a respeito de sua dependência química e sua vida de um modo geral.

Através da aplicação de algumas dinâmicas grupais como do desenho que foi pedido para cada um fazer de si, foi surgindo muito “material” para ser explorado, a partir da imagem que eles tinham de si discutimos como eles se viam, como pessoas. Suas falas foram demonstrando uma autoimagem muito desfigurada, mostrando nitidamente a necessidade que eles tinham em buscar se autoconhecer e buscar uma nova “imagem” não só visual, mas principalmente do “eu” que estava desconstruído.

Segundo Osório (2003), para Lewin a integração no interior de um grupo só se dará se as relações interpessoais forem baseadas na autenticidade de suas relações, de suas comunicações e essa autenticidade é uma atitude passível de aprendizado no e pelo próprio grupo.

Dentro desta visão de Lewin levando em consideração as relações autênticas é que foram sendo direcionadas as dinâmicas no grupo. Reconhecer a necessidade de compartilhar de suas vivências e necessidades, e ao mesmo tempo ser empático com o outro. Assim por interagirem e influenciarem-se mutuamente, o grupo desenvolve vários processos dinâmicos, esses processos incluem normas, papéis sociais, relações, desenvolvimento, necessidade de pertencer e efeitos sobre seus comportamentos.

O grupo por ser aberto e haver sempre novos integrantes e outros que saem do tratamento seja por desistência ou por término mesmo, as relações ficam difíceis de tornarem mais próximas ou se criarem afinidades. Os integrantes do grupo demonstraram desde o início uma dificuldade em ouvir o outro, dificuldades em expor de forma clara o que estavam pensando e de um modo geral não aceitavam a opinião do outro sem que isso não se tornasse uma discussão negativa.

Nos dois últimos encontros que tivemos, foi pedido um *feedback* a respeito das dinâmicas e discussões que foram realizadas, houve relatos bastante positivos que

reforçou o que já havia sido notado, uma melhora sensível mas presente em relação a visão dos integrantes para com o grupo ao qual estavam pertencendo. Desenvolveram alguma sensibilidade para perceber a necessidade de ouvir o outro com empatia e também, dar suas opiniões sobre algum assunto de uma forma mais clara. E outro ponto importante que também houve uma melhora foi , quando alguém relatava ou dava sua opinião que divergia da opinião dos outros, o grupo de um modo geral conseguia se reportar com menos agressividade dando espaço a uma discussão proveitosa e positiva para o crescimento do grupo.

Desta forma o grupo encaminhou para um crescimento, compartilhando de suas experiências e histórias podendo cada um tirar proveito dos relatos e levando para si algum conhecimento que pudesse ajuda-lo de alguma forma para seu tratamento e crescimento pessoa.

3.2 Grupos operativos

Como já fora abordado anteriormente um grupo operativo segundo Pichon (1907-1977) se caracteriza pelas relações que os integrantes do grupo mantem com a tarefa. O grupo tinha o mesmo objetivo de se manterem longe das drogas e buscarem uma nova vida.

Um das principais tarefas enquanto grupo era a busca de soluções para situações conflituosas e a busca de mudança, para que o grupo como um todo se beneficiasse com a aprendizagem. (Osorio, 2003).

Por vezes o grupo se desentendia em relação a terem o “mesmo objetivo”, isso não ficava claro para eles, enquanto grupo quando as falas vinham de integrantes recém-chegados ao Centro de recuperação, por exemplo, os discursos pareciam não ter sentido tanto para quem recém chegou como para quem já esta em tratamento há quase um ano. Mais uma vez a falta de empatia e de se autoconhecer criava este bloqueio. Os recém-chegados ainda estavam em uma fase onde a abstinência falava mais alto e não conseguiam se concentrar e se envolver nos discursos que eram propostos, enquanto os internos que já estavam em uma fase mais avançada do tratamento não se colocavam no lugar do outro buscando entender o porquê de tal colocação.

Algumas vezes enquanto alguém estava falando outros riam, e assim foi questionado por que estavam rindo enquanto o outro estava falando, então relataram que

já haviam ouvido aquela mesma história várias vezes. Houve um relato de um dos internos mais experientes e que se encontrava em tratamento fechado a mais de um ano, onde disse que ele buscava ajudar os “irmãos”, por ele ter passado pela mesma situação, e que ele tinha os mesmos pensamentos quando se encontrava na mesma fase de tratamento que aquele recém-chegado. Isso mostra que buscar entender o outro se colocando no lugar, pode agregar conhecimento e uma melhora para si e o grupo.

Pichon-Rivière, conforme Osório (2003), fala que quando o grupo está aprendendo, mesmo que de forma inconsciente, acabam por abandonar formas padrão de ver o mundo e ou a realidade, e assim passa-se a entender a dificuldade ou resistência a curar-se.

No contexto prático do que foi trabalhado no Centro de Tratamento, o grupo não se enquadra como terapêutico. O objetivo do grupo foi de proporcionar aos integrantes a oportunidade de viverem suas próprias experiências, convivendo com outros, aprendendo através das experiências trazidas pelas falas de cada um.

O trabalho com o grupo foi dentro desta concepção de grupo reflexivo trabalhando as tensões do grupo. O foco era que os integrantes refletissem as dificuldades relacionais durante o andamento de um encontro. Logo de início percebi que o grupo não tinha um entrosamento, por mais de uma vez foi relatado que não aguentavam mais ouvir as mesmas histórias de sempre, ou até mesmo não respeitavam a opinião do outro. Eram situações que tinham alguns agravantes, a idade era um dos fatores, havia integrantes de quinze a setenta e dois anos, que traziam diferentes visões e percepções da vida e de temas abordados o que causava bastantes discussões, tanto positivas como negativas, e também a fase de tratamento em que se encontravam também variava muito que dificultava e muito o entrosamento dentro de discussões abordadas.

A teoria de Pichon-Rivière, conforme Osório (2003), a respeito de *verticalidade* e *horizontalidade* nos remete de forma bastante clara a forma com que os fatos e histórias de vida eram trazidos por cada participante e como isso afetava cada um dos integrantes. A *verticalidade* remete a história, as circunstâncias pessoais de um membro do grupo e suas experiências de vida, enquanto a *horizontalidade* se constitui em um denominador comum da situação grupal, onde em um dado momento será compartilhado por todos os membros do grupo.

O mais impressionante durante as falas e discussões é o momento onde as

diferentes histórias se cruzam e batem em um denominador comum a todos. No dia em que foi abordado sobre o motivo dos internos estarem lá, quase que na totalidade relataram que não sabem lidar com as frustrações da vida, a falta de estrutura familiar, as amizades e lugar onde vivem dificultam o não uso de drogas, os relatos e histórias são diferentes porém a essência, a raiz de tudo o que os levou ao “fundo do poço” como eles mesmos falam é o mesmo.

3.4 Recaídas e ressocialização

Osório (1986) definiu comunidade terapêutica como uma estrutura que guarda coesão interna, onde harmonicamente são dirigidos todos os objetos e acontecimentos do cotidiano, para um fim terapêutico. Onde se entende como um fim terapêutico, a mudança do papel que um indivíduo representa dentro do seu contexto social. Neste contexto a terapia consistirá em ajudar este indivíduo “paciente”, a vencer suas dificuldades, em um contexto modificado, se utilizando da sua própria capacidade terapêutica latente.

Neste contexto de mudança de papel do indivíduo dentro do seu contexto social, é que abordamos dois assuntos de grande impacto para o grupo, a recaída e a ressocialização. Em um encontro pedimos que relatassem o que poderia levá-los a recaídas ou então que falassem da experiência quem viveu a recaída.

De um modo geral todos relataram que o que poderia levá-los à recaída seriam os maus hábitos, pessoas e lugares com má influência, deixar de lado a disciplina e o excesso de confiança. Alguns relatos específicos trouxeram situações como não saber lidar com frustrações ditas normas para quem não é usuário de drogas, decepções amorosas, solidão e carência afetiva, falta de apoio familiar, incapacidade de lidar com dinheiro, pensamentos negativos. Houve até um relato de um integrante do grupo de que algumas vezes não precisou de motivos para que recaísse, simplesmente não conseguiu manter se longe do vício, a vontade em usar tal substância foi maior.

Foi trabalhada a ressocialização dentro do contexto de metas e objetivos. Por sugestão do próprio grupo foi criada uma discussão sobre as metas e objetivos que cada um teria para quando saísse do Centro de recuperação. A ideia era ver qual a percepção que o grupo tinha em relação a sua reinserção na sociedade, o que eles esperavam ou desejavam quando tivessem a “liberdade” de volta.

Os relatos inicialmente se deram muito subjetivos, as falas eram todas seguindo

os doze passos, que é à base do tratamento do grupo neste Centro de recuperação, relatos como: "primeiro me manter limpo", "mudar meu estilo de vida", "reconhecer minhas fraquezas", "nunca mais viver com pessoas ativas". Em um segundo momento foi perguntado de forma mais objetiva como, por exemplo: "Quando você sair daqui, você vai para onde?". Foram bastante relutantes e insistentes em dizer que não poderiam ter objetivos e metas muito além do que tinham proposto como se manter limpo, por medo de se frustrarem e sofrerem uma recaída.

Foi quando mais uma vez foram instigados a falar objetivamente, do que irão fazer quando saírem do tratamento e tiverem que voltar para o convívio da sociedade. Aos poucos começou a surgir relatos como: "vou para casa da minha mãe até conseguir um emprego", "vou voltar para o trabalho que eu já tinha", as falas foram ficando mais objetivas e reais conforme os relatos iam sendo colocados para o grupo. A falta de um apoio familiar dificulta bastante à reinserção dos dependentes químicos na sociedade, eles precisam aos poucos retomar a confiança e as relações familiares, e muitas vezes não depende deles querem se aproximar da família e sim fugir dela, pois um dos fatores pelo qual o indivíduo se tornou dependente químico é justamente um desajuste familiar ou a própria família é usuária de substâncias.

A própria instituição pede para o interno quando esta em fase final de tratamento para que faça por escrito um relatório detalhado do que irá fazer quando sair. O único relato específico, e detalhado que tivemos sobre as metas e objetivos foi de um interno que no dia seguinte desta dinâmica teve alta do seu tratamento.

Em um determinado momento falando das metas e objetivos de cada um, foi abordado um assunto bastante polêmico para o grupo. Quando os internos saem após cinco meses de internação para uma semana em casa, antes de saírem do Centro de recuperação precisam detalhar como será sua rotina em casa, como horários e afazeres, esta rotina por escrito deixa óbvia a necessidade de eles terem bem claro a mudança na rotina que eles precisam ter para quando "voltarem" para o convívio da sociedade. Um dos internos em início de tratamento diz ser desnecessário manter a mesma rotina do centro em casa. No momento em que ele expõe sua opinião os internos que estão há mais tempo em tratamento rebatem dizendo que é de suma importância sim manter a disciplina lá fora durante um a visita em casa, pois assim saberá como será quando realmente tiver que se manter limpo e com uma nova vida lá fora.

É neste contexto de dificuldades que se encontra o dependente químico, além de viver uma batalha interna, precisa buscar reestruturar sua vida, seus hábitos, se adaptar ao mundo, ele muitas vezes não encontra o apoio necessário para que esta mudança efetiva em sua vida se torna um pouco mais branda.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir das discussões levantadas, das dinâmicas desenvolvidas e das falas que com o decorrer dos encontros foram sendo desenvolvidas, houve sim um crescimento positivo do grupo.

Através dos feedbacks que foi pedido nos últimos dois encontros só se confirmaram o que já havia sido percebido. Relatos reforçando a importância da empatia e que alguns integrantes estavam de fato engajados em buscar se colocar no lugar do outro, ouvindo o outro com respeito, se colocando em frente aos fatos e relatos de uma forma mais clara sem ser agressivo.

E em relação às teorias de Pichon pude ter uma experiência real do funcionamento de um grupo operativo, a constituição do grupo em si, e as formas como as relações se davam. O estágio se tornou válido a partir do momento em que pude aplicar os conhecimentos e as teorias nas dinâmicas do grupo. Podendo assim ser trabalhado alguns pontos que estavam impedindo o grupo em evoluir para um crescimento positivo.

Trabalhar as relações em um grupo operativo reflexivo é de suma importância, pois se os integrantes do grupo não estiverem abertos a ouvir o outro com empatia, e falar verdadeiramente o que sentem jamais haverá a possibilidade de aprendizado e por consequência mesmo que inconscientemente o abandono de antigas formas de pensamento estereotipadas que os levam ao uso de substâncias.

REFERÊNCIAS

PICHON-RIVIÈRE. Enrique. **O processo grupal**. Martins Fontes: São Paulo, 2005.

OSORIO. Luiz Carlos. **Psicologia grupal: uma nova disciplina para o advento de uma era**. Artmed: Porto Alegre, 2003.

ZIMERMAN. David E. . **Fundamentos básicos das grupoterapias**. Artmed: Porto Alegre, 2000.

YALOM. Irvin D. **Psicoterapia de grupo: teoria e prática / Irvin D. Yalom, Modyn Leszcz.** Artmed: Porto Alegre, 2006.