

**GRUPO TERAPÊUTICO.
TODOS NO MESMO BARCO – DESTINO INCERTO**

Waldemar José Fernandes

RESUMO

O artigo discorre sobre a viagem entre "o nós e os outros", que ocorre durante o trabalho de investigação psicanalítica com grupos e casais. Os temas da incerteza e do narcisismo de pacientes e do terapeuta são abordados, assim como do altruísmo. Tal estudo é baseado na experiência clínica do autor e em reflexões sobre a psicanálise vincular. A ideia básica é a de que pacientes e terapeuta de grupo estão todos no mesmo barco, e a busca do conhecimento é um destino incerto, o que causa certo sofrimento nos membros do grupo, trazendo o mesmo desconforto a quem o coordena, devido às vulnerabilidades do terapeuta de grupo.

Palavras chave: Grupo; Psicanálise Vincular; Incerteza.

**THERAPEUTIC GROUP
WE ARE ALL IN THE SAME BOAT - UNCERTAIN DESTINATION.**

ABSTRACT

The article discusses the journey between "us and others", which occurs during the work of psychoanalytic research with groups and couples. The themes of uncertainty and narcissism of patients and therapist are addressed, as well as altruism. Such study is based on the author's clinical experience and on reflections on linking psychoanalysis. The basic idea is that patients and group therapists are all in the same boat, and the search of knowledge is an uncertain destination, which causes certain suffering in the group members, bringing the same discomfort to the coordinator due to the vulnerabilities of the group therapist.

Key words: Group; Linking Psychoanalysis; Uncertainty.

**GRUPO TERAPÉUTICO
TODOS EN EL MISMO BARCO - DESTINO INCIERTO**

RESUMEN

El artículo discurre sobre el viaje entre "nosotros y los demás", que ocurre durante el trabajo de investigación psicoanalítica con grupos y parejas. Los temas de la incertidumbre y del narcisismo de pacientes y del terapeuta son abordados, así como del altruísmo. Este estudio se basa en la experiencia clínica del autor y en las reflexiones sobre el psicoanálisis vincular. La idea básica es que los pacientes y el terapeuta del grupo están todos en el mismo barco, y la búsqueda del conocimiento es un destino incierto, lo que causa cierto sufrimiento en los miembros del grupo, trayendo la misma incomodidad a quien lo coordina, debido a las vulnerabilidades del terapeuta de grupo.

Palabras clave: Grupo; Psicoanálisis Vincular; Incertidumbre.

Introdução à viagem do grupo analítico

Tal qual os navegadores que velejavam para conquistar terras novas, no grupo psicanalítico vamos em busca do descobrimento, terras ainda não descobertas, com possíveis riquezas.

Para o grupoterapeuta que pensa e trabalha psicanaliticamente, tal busca pode ser a intrigante realidade incognoscível - *O* - de Bion (1965). Para o paciente, pode ser o desejo de eliminar seus tormentos, conseguir se acalmar, dormir melhor ou tratar de algum sintoma. Esses podem ser alguns dos destinos pretendidos.

É necessário um acordo entre os participantes do grupo e o terapeuta sobre o destino pretendido. Sinteticamente, poderíamos dizer que vamos **rumo ao autoconhecimento**. Entretanto, temos de partir do princípio de que tal objetivo não apresenta características muito nítidas, e o que é pior – é uma busca sem uma rota a seguir.

Reflexões sobre o destino da viagem: em busca da realidade incognoscível.

No trabalho grupal com inspiração psicanalítica, ocorrem inúmeras *transformações* dos pacientes e do analista no processo vincular.

O conceito de *transformações* é prioritariamente clínico, que auxilia a compreender a evolução da experiência emocional do vínculo entre analisandos e analistas, e, entre as partes de cada um consigo mesmo.

Em seu trabalho “Teoria das transformações”, Bion (1965) refere-se a um fato original ou estado inicial desconhecido (denominado com a letra *Ó*), um processo de transformação e um produto final - transformado. Poderíamos citar os sonhos, como trabalho onírico de transformação, como exemplo.

Para esse autor há alguns tipos de transformações, sempre se reportando a mudanças crescentes com relação ao fato original, a tal ponto que poderemos ter dificuldades para ver a semelhança entre o fato original e o produto final, como em um quadro abstrato, por exemplo, em que ocorreram grandes transformações.

Nas transformações, o fato original *Ó* não pode ser alcançado inteiramente - *é a realidade última incognoscível, a coisa em si, a verdade absoluta* etc.

Portanto, “*Ó* significa todo o desconhecido, presente na realidade psíquica dos pacientes e dos analistas” (FERNANDES, W. J., 2003, p.142).

Há um 4.º modelo de transformação - *as transformações em Ó* - referente a *ser o que se é* (GRIMBERG, 1972, p.104). Nesse caso, Bion está se referindo a um passo além de saber acerca da personalidade do paciente.

Equivale ao indivíduo *ser o que ele é*. Tal é a viagem do grupo, cada um em busca de si mesmo e de situar-se o melhor possível no contexto em que vive, o que irá despertar forte resistência, em primeiro lugar porque o *Ó* original, essa busca de si mesmo, fará o indivíduo se aproximar das fantasias inconscientes mais primitivas, e também, devido ao sofrimento e responsabilidade inerentes ao amadurecimento mental e às mudanças envolvidas.

Incertezas quanto aos rumos e ao final da viagem

Navegando em busca de terras desconhecidas, correremos riscos, sem garantias de chegar ao objetivo desejado.

Afinado com ideias de Zimerman (1995), o que espero no processo analítico é que os analisandos possam transformar o *saber acerca de algo*, o que é ainda racional, em ter insight realmente transformador e elaborativo, com decorrente *crescimento pessoal*. Esse é o foco na viagem do grupo analítico.

Há um complicador aí. Enquanto o grupo segue sua viagem rumo a um porto desconhecido, cada participante do grupo terá suas necessidades, possibilidades e defesas individuais, além de ter de lidar com as turbulências que surgirão no caminho.

Quanto à navegação e seu capitão - um pouco sobre minha prática

Minha forma de trabalhar por vezes tem agradado a leigos, e desconcertado a alguns colegas da área psi. Já atendi bom número de psicólogos, médicos clínicos, psiquiatras, assistentes sociais, fonoaudiólogos e terapeutas ocupacionais.

Muitos desses profissionais têm se beneficiado do trabalho e gostaram da experiência. Entretanto, uma parte dos colegas tem estranhado meu trabalho. Esperavam citações conhecidas sobre complexo de Édipo, interpretações sobre inveja, explanações sobre suas infâncias, interpretações de sonhos *a la Freud*, vistas como *aprofundamento*, coisas assim...

O fato de pretender ajudá-los a pensar, não ter respostas prontas, pedir suas opiniões, e, por vezes, responder “não sei”, quando me perguntavam o porquê de suas mazelas, os deixou desconcertados.

Ao invés de respostas, encontravam mais perguntas: o que você acha disso? O que o grupo pensa? Como estão se sentindo? Por que será que surgiram tais questões neste momento?

Os modelos que foram legados das teorias psicanalíticas são utilizados por alguns profissionais como se fossem dogmas. Não podem ser questionados - devem ser seguidos sem reflexões, como fórmulas definitivas.

Ora, tudo que um analisando quer, para alimentar suas resistências, e sentir-se seguidor de uma espécie de religião (psicanalítica) é um terapeuta que o alimente com teorias, de preferência, com palavras eruditas, e bonitas interpretações, dignas de um guru idealizado. Seria uma viagem em que se supõe que não haja riscos, com roteiros seguros do início ao fim.

Turbulências da viagem

A fidelidade a teorias vistas como sagradas impede o contato consigo mesmo, com o estranho dentro de si, e atrapalha o verdadeiro contato com o outro e sua diversidade. Por outro lado, o pensar está ao lado da criatividade e do contato com o novo, com o não previsto, com o que não está estabelecido como regra, sendo que uma das turbulências dessa viagem psicanalítica é ter de lidar com o que ocorre no presente das sessões.

A repetição de frases dos geniais: Freud, Melanie Klein, Winnicott e tantos autores, por vezes são utilizadas para bloquear a criatividade, e trazem a ilusão de que se conhecendo os antecedentes e o caminho que cada um trilhou, poderia se predizer o futuro.

O apego ao passado e a teorias vem afetando pacientes e terapeutas, impedindo o desenvolvimento de alguns grupos e instituições, e, certamente, tem tornado a vida de muitos casais, verdadeiro inferno, pois a realidade do Encontro, o efeito da Presença do outro não é considerado, mas sim o projeto de vida, em que nenhum imprevisto poderia ocorrer.

Quando o esperado não acontece, é comum o Outro ser tachado como “errado”, com as decorrentes críticas e censuras. Instituições e casais podem viver anos mantendo tal “roteiro”: de um lado, um se julga o “certo”, aquele que tem as regras para se viver bem e ter sucesso; do outro, o errado, que deve ser espezinhado e castigado.

Situações desse tipo podem perdurar, como se fosse de real interesse dos envolvidos, manter o roteiro e os personagens dessa trama, evitando pensar e tentar modificar a situação. Mantem-se o que Pichon (1983) chamou de “grupo estereotipado” situação grupal de engessamento, que evita crescimento.

Nesse sentido, lembro-me de um participante de grupo que sempre dizia que tentava conversar com a companheira, mas ela não lhe dava atenção, não o ouvia, era sempre do contra etc. O que foi se clareando com o tempo é que o que ele chamava de “conversar” eram, na verdade, tentativas de mostrar à companheira o quanto ele estava “certo”, e como ela deveria “reconhecer” e seguir suas orientações. Levou anos para perceber que havia certo autoritarismo e tendências ditatoriais nele e que as tais tentativas eram apenas repetições de verdadeiras novelas, em cujos roteiros ele sempre teria razão e ela não.

Em outro grupo, uma senhora fazia quase o mesmo com a filha, sendo que, nesse caso, dizia ter *dificuldade em conversar*, isto é, não conversava mesmo, porque temia desgostá-la, e sofrer com isso, temia que a filha ficasse contra ela, ou que talvez não fosse o melhor momento para falar. Enfim, verificou-se no grupo que pretendia, em seu roteiro, ter tudo sob controle, ter todas as vantagens, e nenhuma consequência desagradável, nenhum sofrimento à vista, não lidar com o imprevisível do Encontro. Ambos os casos relatados eram de psicoterapeutas experientes, que viviam me cobrando explicações teóricas, até que puderam perceber, com ajuda do grupo, que lidar com a incerteza seria fundamental, o que acabou ocorrendo, lentamente.

Lembro-me de um paciente que brigava comigo constantemente: sempre achava que eu tinha sido inadequado, contrário a ele, e que tinha me comportado de maneira pouco profissional. Competia comigo, discordava, e atuava contra meu trabalho nos bastidores, ao se comunicar fora do grupo com os demais, atacando minha conduta. Suas atuações nem sempre eram trabalhadas, porque frequentemente se atrasava nas sessões e vários assuntos já estavam em andamento. Quando arguido, falava tanto que o grupo se perdia, por vezes chegando ao término da sessão sem que conseguíssemos concluir algo de útil. Confesso que anos atrás, quando ele abandonou o grupo, foi um alívio geral, pois estava difícil o convívio, mostrando a natureza vulnerável e humana do terapeuta e dos demais, todos no mesmo barco.

Se conseguir suportar a existência de ideias novas o indivíduo pode gradativamente encontrar seu caminho, assimilar o diverso e se aproximar do conhecimento de si mesmo. Tal percurso pode ser facilitado com a participação em um grupo psicanalítico.

Entretanto, tal processo não é tão simples e envolve frustrações, inerentes ao crescimento, e, até que o rumo se vislumbre, certa confusão e sensação de estar perdido podem ocorrer, tal como nos longos percursos marítimos, em que, por mais que se conte com aparelhos até sofisticados para ajudar na orientação, há momentos em que se está perdido, o que me faz lembrar de trabalho anterior, apresentado em Lisboa, em que citei o giroscópio (Fernandes, 2005, p.9)

Reflexões - O giroscópio

O giroscópio usa a força da gravidade para mostrar qual é a posição de um objeto no espaço. Consiste em uma roda montada em um suporte especial. Quando a roda, apoiada a um eixo, é acionada, começa a girar em torno do eixo, que está preso a uma argola de suspensão. Essa argola, por sua vez, está presa a outra argola, que está fixa em uma base. As argolas podem se movimentar em qualquer direção, permitindo ao eixo manter-se sempre na mesma posição, mesmo que a base se mova.

É usado para orientação de navios, aviões e espaçonaves, e seu funcionamento baseia-se no princípio da inércia. Nesse aparelho, todo ele é um acúmulo de forças e inércias, com um funcionamento imprevisível, até que indique a direção correta. Como dizia o colega Osvaldo José Filidoro (2005), “não tão imprevisível, só um pouco de caos, sob controle, durante 10 segundos” (FILIDORO, 2005, p.3). Faço então uma analogia com o trabalho grupal, pois nele há momentos de caos e momentos de se encontrar o caminho (Fernandes, 2005).

Como capitães na viagem do grupo, podemos armazenar informações e conteúdo da experiência emocional com os viajantes. Em certo momento possuímos certa quantidade de informações e de energia, que eventualmente tomam um destino adequado.

Para Bion, no processo do pensar há uma oscilação constante entre as duas posições kleinianas, que variam da desintegração à integração, da desordem à ordem. No momento certo, como que utilizando um “giroscópio interno”, é comum ocorrer que uma palavra, uma imagem ou lembrança, dê sentido ao que antes estava disperso. Será possível então sair do caos, e tomar um rumo que possa ajudar aquele grupo e aquelas pessoas a encontrar seu caminho.

Reflexões à guisa de conclusão

No grupo analítico fazemos uma viagem entre o “nós e os outros”. Com o “nós”, refiro-me ao que conhecemos ou pensamos conhecer sobre nós e sobre nossos amigos, parceiros, esposas, maridos etc. Quanto aos “outros”, penso que há uma enorme quantidade de aspectos *pessoais e interpessoais a conhecer*, que nem sempre nos agradarão, surgindo, muitas vezes, como monstros vindos de águas profundas.

Tal é a viagem de descobrimento, que ocorre durante o trabalho de investigação psicanalítica com grupos, famílias, casais e instituições.

Pacientes e terapeutas, estamos no mesmo barco. É difícil lidar com o não previsto e não desejado, dentro e fora das sessões.

(Parece que todos - ora mais, ora menos – “esperam pelo esperado” (PUGET, 2013)) e se insurgem contra a realidade, vista como persecutória.

Da mesma forma, parece extremamente difícil lidar com a incerteza, com a impotência implicada no fato de que não prevemos o futuro, não controlamos as mentes de ninguém, nem mesmo as nossas. Vale para terapeutas e pacientes, e nem sempre conseguimos um final feliz.

Entretanto, tenho observado que algumas conquistas têm sido obtidas pelos participantes dos grupos, durante a viagem – uns mais, outros menos. Boa parte disso é também relatada por David Zimmermann (1969): diminuição de ansiedades persecutórias e depressivas, capacidade de ter responsabilidade duradoura, culpa verdadeira e tendências reparadoras; desenvolvimento da capacidade de compreender e sentir os conflitos mais importantes do presente e do passado; tolerância para com a vida instintiva e maior tolerância à frustração; aceitar qualidades e fraquezas próprias; capacidade de sublimação; eliminação de sintomas.

Também faz parte de minha experiência, algo que coincide com o que Néri chamou de “funções terapêuticas do grupo” (NERI, 1999): 1) Experiência de pertença para a construção ou reconstrução do Eu, com direito a viver e ocupar um espaço afetivo; 2) melhora da autoestima, que acompanha o progresso do grupo, quando consegue ser eficiente; 3) abertura de possibilidades para a vida cotidiana, a partir da força do grupo para sustentar suas dificuldades; 4) Alguns aspectos da personalidade, que estavam ocultos podem vir à tona, a partir da participação positiva no grupo, com melhoria do ânimo, do humor.

Se houver o término da viagem nesse ponto, temos de considerar que houve progresso e crescimento mental, que frequentemente, acompanham também o progresso grupal, isto é, o grupo se torna mais dinâmico, ocorrem mudanças de papéis, e há mais colaboração entre os pares.

Considerações finais

Vivemos uma época de certezas, de sabedoria científica, de evidências químicas e a idolatria da serotonina, culminando numa multidão de pessoas com diagnósticos modernos, todos medicados com antidepressivos.

Nossa sociedade já não admite traços da natureza humana: ansiedade, tristeza, saudades, medos, sintomas de velhice, ameaça da morte, condições humanas, mais que problemas.

Mesmo na psicanálise, a regra é interpretar, e interpretar - sempre na transferência, e nem sempre paramos para pensar e lidar com o que não se sabe.

Na prática com grupos se lida com a unidade e com o conjunto. Nessa multiplicidade de traços de caráter, temperamento, contradições, crenças e fantasias, e também na variedade de origens, conhecimento e culturas, é que se estabelecem novos vínculos, e experiências enriquecedoras, causadas justamente por essa pluralidade.

É aí, em meio ao coletivo, que surgem novas facetas das pessoas, ideias insuspeitadas, confrontações e a forte presença do Outro, causando efeitos de todo tipo, mas sempre com potencial enriquecedor, contido justamente no questionamento.

A viagem de descobrimento implica a ruptura com velhos padrões - e impõe a vivência com a alteridade, o que perturba a inércia anterior - mas pode proporcionar um novo olhar para o passado e para o futuro, permitindo viver o presente em sua totalidade.

Acredito que a participação no grupo facilite aos membros abrirem mão de parte de seu narcisismo, terem experiência de uma vida mais altruísta e colaborativa, e permita ao indivíduo aceitar os fatos do dia a dia, assim como a condição humana, coisa difícil nestes tempos!

O fato é que na vida e no grupo o futuro é um porto distante. Só podemos navegar um dia de cada vez.

REFERÊNCIAS

BION, W.R. **Transformações** (1965) Rio de Janeiro: Imago Editora, 1991, 211p.

NERI, C. (1995) **Grupo. Manual de Psicanálise de Grupo**. Rio de Janeiro: Imago Editora, 1999, p. 159.

FERNANDES, W. J. Crescimento Mental e Modelos do Processo Grupal. As dificuldades da Comunicação. In: **Grupos e Configurações Vinculares**. Porto Alegre: ARTMED Editora, 2003, p.142.

FERNANDES, W. J. Preconceito e Grupanálise - o Verso, o Diverso e o Adverso nos Grupos. **Grupanáliseonline.pt** ano III, n.3, dez.2005, p.9.

FILIDORO, O. J. (2005). Convergências e Diferenças Visões de Futuro da Psicoterapia como Ciência e Profissão. Apresentado no **I CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIA E II ENCONTRO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIA**, Belo Horizonte, 2005.

GRIMBERG, L.; SOR, D.; BIANCHEDI, E. T. **Introdução às ideias de Bion** (1972). Rio de Janeiro: Imago Editora, 1973, p.104.

PICHON-RIVIÈRE, E. **O processo grupal**. São Paulo: Martins Fontes Editora, 1983, p. 96.

PUGET, J. (2013) Diversidad de inscripciones. **JORNADAS MARCAS DE VIDA, MARCAS DE MUERTE**. Buenos Aires: 2013. p1.

ZIMMERMAN, D. E. **Bion, da teoria à prática – uma leitura didática** (1995). Porto Alegre: ARTMED Editora, 1995, 295p.

ZIMMERMANN, D. **Estudos em Psicoterapia de Grupo** (1969). São Paulo: Editora Mestre Jou, 1971, 244p.

Médico com especialização em psiquiatria pela ABP – Associação Brasileira de Psiquiatria – com certificado na Área de atuação em Psicoterapia. Membro fundador e efetivo do NESME e SPAGESP. Endereço eletrônico: wjfernandes@hotmail.com.br

Recebido em: 15.07.2017

Avaliado em: 18.08.2017

Aceito em: 30.09.2017