

Grupoterapia como rede de apoio para adolescentes em contexto de vulnerabilidade social e violência: um relato de experiência

Julia Gonçalves de Bitencourt¹

Bruna Larissa Seibel²

Carla de Barros Menegat³

Resumo: A adolescência é um período marcado pela constituição da identidade do indivíduo, bem como, é um momento em que há transformações no corpo, nas relações sociais e no psicológico (cognição) do mesmo. É nesta fase em que há o processo de diferenciação familiar, o qual o adolescente se afasta da família e busca relacionar-se com pares. No entanto, faz-se necessário ter um ambiente seguro para essa formação do “eu”. O objetivo deste trabalho é identificar a grupoterapia como rede de apoio para adolescentes em contexto de vulnerabilidade social e violência. Utilizou-se, para tanto, o método qualitativo o qual descreve, analisa e interpreta os fatos, sem haver a necessidade de quantificá-los, e o relato de experiência como narrativa científica para as análises dos dados. Participam deste estudo quatro adolescentes com idades entre 12 e 15 anos, estudantes de uma escola municipal de ensino fundamental, localizada na região metropolitana de Porto Alegre – Rio Grande do Sul. Estes jovens são integrantes de um grupo de terapia que ocorre na mesma escola. O grupo iniciou devido uma solicitação da orientadora deste colégio, que observara “comportamentos problemas”(sic) nestes estudantes. No trabalho são descritos recortes dos encontros deste grupo, a fim de relatar a experiência e a interpretação da autora diante a realidade dos adolescentes. É feita uma relação da evolução dos adolescentes membros do grupo de terapia com uma possível construção de rede de apoio entre eles. Conclui-se o estudo, com a avaliação de que o grupo teve um papel muito importante no desenvolvimento dos adolescentes, perpetuando entre eles um ambiente seguro em que os mesmos possam se apoiar.

Palavras-chave: Adolescência; Redes de Apoio; Grupoterapia.

1 INTRODUÇÃO

O presente estudo aborda a experiência de uma estagiária de Psicologia como terapeuta de um grupo de adolescentes em vulnerabilidade social, que vivenciaram situações distintas de violência. O grupo acontece desde março de 2022 e está sendo realizado em uma

¹ Estudante do Curso de Psicologia do Centro Universitário Cesuca. E-mail: juliagbitencourt@gmail.com

² Dr. Me. Psicóloga e Supervisora do estágio em psicologia. E-mail: brunaseibel@gmail.com

³ Docente do curso de Psicologia do Centro Universitário Cesuca. Mestre em Psicologia. E-mail: carla.menegat@cesuca.edu.br

escola municipal de ensino fundamental, localizada na cidade de Cachoeirinha/RS. A escola tem parceria com uma organização não governamental, também localizada em Cachoeirinha/RS, local onde se estabelece o vínculo de estágio da autora.

Escolheu-se o tema, devido à relevância de trabalhar redes de apoio com adolescentes nessas situações, dado que foi percebido um sentimento de rejeição, dificuldade em confiar no próximo e culpabilização. Além disso, pela perspectiva destes jovens, notou-se que há um comportamento de abandono dos seus cuidadores e negligência emocional, situações que os direcionam à busca de apoio afetivo, emocional e social em diferentes lugares e pessoas.

A adolescência, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), é o período compreendido entre a infância e a fase adulta, mais precisamente entre os 10 e 19 anos de idade (Ministério da Saúde, 2007). Já pelo Estatuto da Criança e do Adolescente de 1990 (Lei n.º 8.069) esta fase perdura dos 12 aos 18 anos de idade. Alguns pesquisadores do tema, consideram que a adolescência vai além destas imposições. Por ser um período em que há tormentos e perturbações emocionais, pode-se prolongar por muito mais tempo (Habigzang et al. 2014).

A pessoa nesta fase do desenvolvimento passa por mudanças biológicas em relação ao corpo, sendo esta uma das principais características deste período (Habigzang et al. 2014). Contudo, considera-se uma etapa da vida muito conturbada, difícil e estressante, visto que, além da transformação corporal, surgem diversas dúvidas em relação à construção da identidade (Chazan & Só, 2018; Habigzang et al. 2014; Cordioli, 2008).

Erick Erickson afirma que em cada etapa evolutiva há desafios a serem vencidos. Segundo ele, a etapa da adolescência é o momento em que há um embate entre a construção da identidade *versus* a confusão dos papéis (Seibel & Prati, 2020; Chazan & Só, 2018, Barros, 2007; Osório, 1981). Ou seja, até então, a criança era totalmente dependente e fusionada com seus pais e, a partir da adolescência, precisa buscar sua independência e individuar-se (Chazan & Só, 2018; Nichols & Schwartz, 2007; Barros, 2007; Osório, 1981).

Neste período surge uma necessidade maior de se relacionar com seus pares, o que leva o adolescente a distanciar-se do ambiente familiar (Siqueira et al., 2006; Carter & McGoldrick, 1995). Este direcionamento para as relações com grupos de semelhantes, contribui para o processo de construção da identidade, bem como, manejo e experiência de aspectos emocionais e é fundamental para desenvolvimento de relacionamentos afetivos e habilidades sociais (Cordioli, 2008; Siqueira et al., 2006). Ademais, nessa fase, também ocorre a transição da dependência infantil para a autossuficiência adulta (Chazan & Só,

2018; Habigzang et al. 2014).

É importante considerar que há diversos contextos sociais e culturais em que vivem os adolescentes. Portanto, nem todos se desenvolvem da mesma forma, havendo, não só uma, mas sim, muitas formas de adolecer (Chazan & Só, 2018; Habigzang et al. 2014). Em contextos mais vulneráveis, por exemplo, a passagem pela adolescência pode ser mais curta, devido à necessidade destes de assumir papéis com maiores responsabilidades, cuidar dos irmãos mais novos e ajudar no sustento da casa (Seibel & Prati, 2020; Habigzang et al. 2014).

Nestes contextos, percebe-se, também, maior propensão à violência no âmbito familiar, devido ao impacto que as dificuldades econômicas podem causar no bem-estar psicológico dessas pessoas. Todavia, situação de vulnerabilidade ou extrema pobreza não são preditoras deste comportamento (Seibel & Prati, 2020). Entende-se violência, nestes casos, como abuso emocional, agressão verbal, manipulação emocional, testemunho de violência doméstica, abuso físico, punição corporal extrema, abuso sexual, negligência emocional e negligência física (Teodoro & Baptista, 2020).

Este contexto de violência pode prejudicar o desenvolvimento de quem está inserido nele. Comportamentos violentos podem ser aprendidos por meio de observação e experiência e levar os indivíduos a futuras exposições ou perpetração de violência, não sendo este um fator determinante. Entretanto, ter uma rede de apoio e suporte social colabora com a não repetição deste ato (Teodoro & Baptista, 2020).

Todas as relações estabelecidas pelas pessoas, nos diversos contextos que transitam, podem fornecer algum tipo de apoio (Siqueira et al., 2006). Eventos estressantes, quando vivenciados com apoio emocional de pares, ajudam o indivíduo a desenvolver estratégias adaptativas (Siqueira et al., 2006). A falta de uma rede de apoio pode ser preditor de violência, assim como ausência de programas de prevenção à violência, situação de vulnerabilidade, alcoolismo e dependência química, falta de informação, normas sociais que fomentam a violência, desigualdade social, dificuldade financeira, envolvimento com crime, entre outras situações comuns a contextos vulneráveis e de pobreza (Teodoro & Baptista, 2020).

O objetivo deste estudo é perspectivar a grupoterapia como uma rede de apoio para adolescentes que se encontram em situação de vulnerabilidade social e contexto de violência. Ademais, pretende-se ressaltar o quão benéfico esse movimento pode ter para a evolução destes jovens.

2 METODOLOGIA

Utiliza-se o método qualitativo, o qual baseia-se em descrever, analisar e interpretar os fatos, de forma mais subjetiva, sem que estes precisem ser quantificados (Breakwell et al, 2010; Proetti, 2017). Para as análises, faz-se uso do relato de experiência, que se caracteriza como narrativa científica, a qual a pessoa pesquisadora inclui em sua coleta de dados suas vivências individuais e subjetivas, com o objetivo de produzir novos saberes (Daltro & Faria, 2019). Para o relato de experiência, foram selecionados recortes dos encontros com o grupo.

São participantes deste estudo adolescentes com idades entre 12 e 15 anos, membros de um grupo terapêutico. Todos estão em fase escolar e estudam na mesma sala de aula. Os encontros iniciaram em março de 2022, acontecem uma vez por semana, têm duração de uma hora e trinta minutos e são realizados por uma terapeuta e uma co-terapeuta. O grupo é heterogêneo, ou seja, não há uma única patologia ou foco sendo trabalhado. No entanto, eles estão em contexto de vulnerabilidade social e já passaram por alguma situação de violência como agressões, negligência, violência doméstica ou abuso sexual. Até a finalização deste estudo, foram realizados 10 encontros.

Para a participação no estudo, falou-se com o grupo sobre a produção deste artigo. Foi questionado se gostariam de participar e, aos que aceitaram, solicitado que levassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para casa, para que a pessoa responsável pudesse assiná-lo, por se tratarem de adolescentes menores de idade. Todos os nomes mencionados são fictícios, a fim de preservar o sigilo.

3 RELATO DE EXPERIÊNCIA

O grupo iniciou em março de 2022 e a seleção dos participantes foi feita pela orientadora da escola municipal de ensino fundamental que estudam, devido às demandas que ela observava dos alunos. No primeiro encontro havia seis pessoas. Foi-se questionado o motivo delas estarem participando e feito os primeiros acordos grupais, como sigilo, participação, horário do grupo, respeito e empatia. Todavia, ao longo dos dias, houveram desistências e inclusão de outros participantes. Em sua maioria, os encontros são frequentados por quatro adolescentes.

O mais velho do grupo, Lucas, tem 15 anos de idade. Mora com seu pai, sua mãe e irmão. No entanto, relatou sentir-se abandonado emocionalmente por seu pai, dado que este

se faz ausente muitas vezes. Além disso, aos 10 anos de idade sofreu abuso sexual por alguns adolescentes mais velhos, que moravam próximo de sua residência. Ele tem crises frequentes de ansiedade e dificuldade em confiar em outros homens. Contudo, demonstra ter muita empatia com seus colegas e maior facilidade em se posicionar em situações difíceis.

Ana tem 14 anos e, atualmente, mora com sua madrinha, sua avó e sua irmã mais nova. A jovem relata que sua mãe sempre foi negligente com as filhas, passando muitos dias fora de casa para fazer uso de drogas. Recentemente, a mãe dela mudou-se para uma cidade do interior do estado do Rio Grande do Sul com o atual namorado. Ambos têm dependência química.

Seu pai era agressivo e Ana presenciou diversas vezes ele espancar sua mãe e ameaçá-la de morte. Em uma das vezes, quando tinha 5 anos de idade, precisou contatar a polícia para que a briga cessasse. Ele, também, abusou sexualmente de Ana quando criança. Ela tem pouco contato com os pais, sente-se abandonada por eles e se posiciona de uma forma mais madura, pois entende que precisa proteger e cuidar de sua irmã.

Leonardo tem 13 anos, tem muita dificuldade de falar sobre seus sentimentos e sua história, mas sabe-se que ele tem muitos conflitos com a mãe, que o controla muito. Seu pai, atualmente, está preso sob acusação de ter violentado sexualmente uma integrante da família. Leonardo tem seu pai como melhor amigo e alega sentir-se muito sozinho, visto que, não tem outros amigos. Por conta deste sentimento de solidão, contou ter pensamentos suicidas.

Maria é a mais nova do grupo, tem 12 anos de idade. Tem uma relação muito próxima com sua mãe e irmãs. Seus pais são separados e ela tem muito conflito com seu pai, devido ao alcoolismo dele e por tê-la agredido e humilhado diversas vezes. Maria já presenciou, também, agressões do seu pai com a sua mãe. Ela tem muita dificuldade em estabelecer e impor limites com seu pai, sua mãe e no próprio grupo, visto que, não consegue se posicionar nas suas relações interpessoais.

Inicialmente, pensava-se em entender as demandas que o grupo traria e propor atividades que estivessem conectadas com elas. Fez-se necessário, primeiramente, criar um ambiente seguro para que os adolescentes pudessem se expressar e contar suas histórias sem se sentirem julgados. Os primeiros encontros foram focados em conhecê-los e integrá-los. Realizaram-se atividades para criar um ambiente de apoio mútuo e confiança. Percebeu-se a facilidade de Lucas e Ana em se doarem para o grupo e a dificuldade de Leonardo e Maria em conseguirem se expor.

Na tentativa de ajudá-los a se expressar, resolveu-se trabalhar com música. Foi

solicitado que trouxessem, para um dos encontros, uma música que os representassem. Por meio dela, conseguiu-se entender melhor como se sentiam e como se viam, dado que todos expuseram qual parte da música escolhida se identificavam mais. Alguns integrantes escolheram músicas que identificavam os demais. Lucas trouxe uma música referente à amizade, dedicou-a a Leonardo e comentou que gostaria de estar mais próximo dele. Foi um momento bem acolhedor e caloroso, pois foi neste dia que Leonardo comentou sobre o sentimento de solidão por não ter muitos amigos.

Utilizaram-se músicas em mais alguns encontros, porque percebeu-se que os adolescentes conseguiam entender e expressar melhor seus sentimentos através delas. Escolheu-se um trecho da música “Amor para recomeçar” da banda Barão Vermelho para mapear, com os integrantes do grupo, seus medos e inseguranças. Eles apresentaram medos muito semelhantes como rejeição, dificuldade de auto aceitação, frustração às expectativas alheias, e luto de pessoas que amam.

Em contrapartida, foi pedido que mapeassem qualidades suas e dos demais integrantes, visando ao fortalecimento dos mesmos em relação aos seus medos e inseguranças. Este momento teve demasiada importância no reconhecimento de seus pontos fortes e constatação de que outras pessoas também viam pontos fortes neles. Para concluir a atividade, definiu-se em conjunto a principal qualidade de cada integrante, e estes ganharam uma plaquinha com esta qualidade.

Pensando em criar uma identidade para o grupo, decidiu-se por nomeá-lo. Em conjunto, escolheu-se o nome de “Os Croods”, ideia de um dos integrantes, fazendo referência a um filme sobre uma família que tem seus problemas, porém se apoia e ajuda nas dificuldades de cada um. Reparou-se, assim, que o grupo havia se tornado um ambiente seguro, no qual eles se sentiam acolhidos.

Houve um outro encontro, o qual Ana e Maria contaram sobre suas relações com os pais. Eles haviam as contatado e, visto que seus pais são pessoas violentas, a situação era desconfortante para ambas. Entretanto, tornou-se visível em suas falas o desejo de reaproximação e a esperança de que eles agissem diferente do habitual. Ademais, houve um momento em que relataram sentirem-se responsáveis pelo comportamento inadequado do pai. Desenrolou uma troca entre elas em que uma auxiliou a outra sobre como poderiam lidar com essa situação e com seus sentimentos.

Nesse mesmo encontro, Lucas e Leonardo também comentaram sobre suas relações com seus pais, porém, colocaram-nos como pessoas ausentes, que não demonstravam afeto.

Ambos se identificaram e tiveram trocas sobre o porquê de seus pais não serem afetivos e ajudaram um ao outro a compreender os motivos que podem tê-los levado a esse distanciamento afetivo. Nesses momentos de trocas entre os integrantes, ficou evidente que o grupo poderia servir como rede de apoio a esses adolescentes.

4 DISCUSSÃO

Conforme Erick Erikson, construir uma identidade é um dos desafios da adolescência (Seibel & Pratti, 2020; Chazan & Só, 2018; Barros, 2007; Osório, 1981). O indivíduo, quando criança, espelha-se em seus cuidadores, o que permite seu desenvolvimento e construção como sujeito. No entanto, nessa fase inicial da vida, a identidade da criança está fusionada com a dos cuidadores. Ao alcançar a adolescência, faz-se necessário que o indivíduo construa sua própria identidade, passando por um processo de individuação, em que descobre quem, de fato, ele é (Chazan & Só, 2018; Nichols & Schwartz, 2007).

Em vista disto, este período traz consigo muitos desafios, por ser um momento de transição e confusão de seus sentimentos e papéis (Chazan & Só, 2018). Portanto, relacionar-se com outros adolescentes gera um sentimento de identificação, o que auxilia na passagem por essa fase, utilizando o grupo de pares como continente de vários aspectos da formação do indivíduo (Cordioli, 2008).

Ser humano é um ser social. É por meio de grupos que temos a possibilidade de nos experimentar em diversos aspectos, aprendemos a nos relacionar, adquirimos nossa identidade e reconhecemos nossa imagem (Cordioli, 2008). Acerca disso, reflete-se a relevância da grupoterapia para adolescentes, visto que, as relações interpessoais são extremamente importantes para o desenvolvimento, reconhecimento e formação de si.

Existe no campo grupal o fenômeno em que cada participante pode refletir no outro, ou ter refletido pelo outro panoramas da sua autoimagem. Isso oportuniza a identificação de patologias e produção de comportamentos mais saudáveis (Cordioli, 2008; Osório, 1986). Ao trabalhar com música no meio grupal e ajudar os adolescentes a mapearem seus medos e inseguranças, identificou-se esse sentimento de partilha de angústias com o outro. Isto possibilitou que eles conseguissem expor as visões negativas que tinham de si e, simultaneamente, fornecer apoio uns aos outros, ao passo que perceberam que todos tinham medos e inseguranças semelhantes.

Este reconhecimento no outro é um dos fatores terapêuticos observados no campo grupal. Na medida em que o indivíduo percebe que sentimentos, comportamentos, impulsividade e problemas são, muitas vezes, comuns à maioria dos integrantes, constitui-se uma fonte de alívio. O sujeito passa a ressignificar suas vivências, entende melhor o funcionamento psíquico e a dinâmica interpessoal, o que o ajuda a lidar melhor com suas emoções (Cordioli, 2008).

Por meio do mapeamento das características positivas dos membros do grupo, começou-se um processo de entender quem eles são e como as pessoas os enxergam. Este foi um momento de suma importância para o fortalecimento destes adolescentes. Refletindo sobre aspectos positivos deles mesmos e dos demais integrantes, formou-se uma atmosfera acolhedora e reconfortante entre eles, possibilitando que conseguissem se enxergar como pessoas de valor e lidar melhor com seus sentimentos negativos. Ademais, foi um momento altruísta em que todos puderam contribuir uns com os outros.

Esta contribuição para a evolução do outro evidenciou-se, também, ao falarem e se auxiliarem referente aos seus incômodos e problemas familiares. O campo grupal oferece altruísmo quando possibilita que os integrantes possam se ajudar e isso gera impacto positivo para as pessoas do grupo (Cordioli, 2008; Osório, 1986).

Nesse sentido, identifica-se que se formou uma rede de apoio entre esses adolescentes. Conforme relatado anteriormente, muitas das violências sofridas ou presenciadas ocorrem em contexto familiar, não sendo possível recorrer aos cuidadores. O grupo teve, e ainda tem, um papel importante na qualidade das relações, quando os seus integrantes passaram a confiar mais uns nos outros e promover esse amparo mútuo. Conforme Siqueira et al (2006), a rede de apoio pode ser definida como pessoas ou sistemas significativos que permeiam o indivíduo. Essa rede tem um papel importante no desenvolvimento, pois faz interface entre o sujeito e sistema que está inserido, fornece qualidade nas relações e contribui para formação e manutenção de vínculos. Além disso, protegem o sujeito de situações de risco que o envolve.

Ademais, houve um fortalecimento entre os adolescentes no grupo, o qual gerou sentimentos positivos em relação a eles próprios, ao perceberem que são pessoas de valor e que há outras pessoas em situação semelhantes às deles e podem ajudá-los. A rede de apoio associa-se ao bem-estar dos indivíduos e torna-se fundamental para a adaptabilidade a situações de estresse (Siqueira et al., 2006).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Avaliou-se ao decorrer dos encontros que os integrantes do grupo desenvolveram confiança uns nos outros, conseguiram falar mais sobre situações difíceis e entenderam melhor seus sentimentos. Além disso, reconheceram seu valor como pessoa, e tornaram-se capazes de entender quem são, sentindo-se fortalecidos a ponto de ajudar uns aos outros. Relaciona-se isso à criação dessa rede de apoio mútuo, que foi o grupo, em que eles se reconhecem e podem ressignificar suas experiências de vida.

O grupo terapêutico pode assemelhar-se a uma família, promovendo sentimento de afeto, conforto e pertencimento e tendo papéis estabelecidos de autoridades e figuras fraternas (Cordioli, 2008; Osório, 1986). Percebeu-se esse fenômeno quando os participantes nomearam o grupo referenciando a uma família de filmes infantis. Entendeu-se esse movimento como reconhecimento do grupo como um espaço seguro por parte dos adolescentes.

Entretanto, faz-se necessário maior aprofundamento de grupoterapia como rede de apoio com adolescentes. Principalmente na vertente de vulnerabilidade social e contextos de violência, visto que, são situações excepcionais que ocorrem com eles.

REFERÊNCIAS

- Barros, C. S. G. (2007). *Pontos de Psicologia do Desenvolvimento* (12ª ed.). Ática.
- Brasil. Ministério da Saúde, 2007. *Marco legal: saúde, um direito de adolescentes*. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes>
- Breckwell, G. M., Fife-Shaw, C., Hammond, S., & Smith, J. A. (2010). *Métodos de pesquisa em Psicologia* (3ª ed.). Bookman e Artmed.
- Carter, B. McGoldrick, M. & cols (1995). *As Mudanças no Ciclo de Vida Familiar: Uma estrutura para a terapia familiar* (2ª. ed.). Artmed.
- Chazan, C. & Só, L. (2018). *Vida adolescente: perspectivas de compreensão*. Editora Fi.
- Cordioli, A. V. (2008). *Psicoterapias: abordagens atuais* (3a. ed.). Artmed.
- Daltro, M. R & Faria, A. A. (2019). Relato de experiência: Uma narrativa científica na pós-modernidade. *Psicologia Clínica e Psicanálise*. 19(1).
- Estatuto da criança e do adolescente de (1990)*. Disponível em:

<https://www.gov.br/mdh/pt-br/centrais-de-conteudo/crianca-e-adolescente>

- Habigzang, L. F., Diniz, E. & Koller, S. H. (2014). *Trabalhando com adolescentes: teoria e intervenção psicológica*. Artmed.
- Nichols, M. P. & Schwartz, R. C. (2007). *Terapia familiar: conceitos e métodos* (7. ed.). Artmed.
- Osório, L. C. & Colaboradores. (1986). *Grupoterapia hoje*. Artes Médicas.
- Osório, L. C. (1981). *Evolução psíquica da criança e do adolescente: aspectos normais e patológicos* (2ª ed.) Editora Movimento.
- Proetti, S. (2017). As pesquisas qualitativa e quantitativa como métodos de investigação científica: um estudo comparativo e objetivo. *Revista Lumen*. 2(4). Disponível em: (<http://www.periodicos.unifai.edu.br/index.php/lumen/article/view/60>).
- Seibel, B. L. & Prati, L. E. (2020). O conceito de ciclo vital aplicado a famílias em situação de vulnerabilidade social: uma problematização sistêmica bioecológica. In: Bucher-Maluschke, J. B. N. F. & Mendes, J. A. A. (2020). *Perspectiva sistêmica e práticas em Psicologia: temas e campos de atuação* (pp. 139-164). Editora CRV.
- Siqueira, A. C., Betts, M. K. & Dell'Aglio, D. D. (2006). A rede de apoio social e afetivo de adolescentes institucionalizados no sul do Brasil. *Revista Interamericana de Psicologia* 40(2). 149-158.
- Teodoro, M. L. M. & Baptista, M. N. (2020). *Psicologia de família: teoria, avaliação e intervenção* (2ª ed.). Artmed.