

**DESENVOLVIMENTO DE GRUPO TERAPÊUTICO COMO ESTRATÉGIA
EDUCATIVA EM SAÚDE MENTAL: ENFOQUE NAS RELAÇÕES
INTERPESSOAIS PARA APRIMORAMENTO DO CONVÍVIO SOCIAL DE
PORTADORES DE TRANSTORNO MENTAL**

BRAGA¹, João Euclides Fernandes

NETO², Gabriel Chaves

OLIVEIRA³, Rayhanna Queiroz de

RESUMO: As relações interpessoais surgem quando se inicia o processo de autoconhecimento. Ao analisar os sentimentos e conflitos internos, pode-se modificar o mundo exterior e resolver problemas que se enfrenta no dia-a-dia. O presente trabalho é resultado de uma atividade desenvolvida com os usuários do CAPS-Caminhar. Teve como objetivo orientar os usuários para o desenvolvimento de relações interpessoais maduras e saudáveis para aprimorar, assim, o convívio social. Concluiu-se que é importante descobrir meios para trabalhar e ampliar as potencialidades no relacionamento indivíduo-indivíduo e indivíduo-grupo, fazendo necessário uma maior permanência de atividades realizadas no CAPS Caminhar.

Palavras-Chave: Saúde mental, Grupo terapêutico, Relações interpessoais

¹ Professor orientador do Departamento de Enfermagem de Saúde Pública e Psiquiatria/Universidade Federal da Paraíba (joeufebra@gmail.com).

² Extensionista e acadêmico do curso de Fonoaudiologia da Universidade Federal da Paraíba (gabrielchavesufpb@hotmail.com).

³ Extensionista e acadêmica do curso de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba (rayhannaqueirozjp@hotmail.com).

1. INTRODUÇÃO

A expressão “relações interpessoais”, por si só, é muito ampla e exige uma definição operacional para o seu desenvolvimento. A ocorrência de uma relação entre os indivíduos implica necessariamente na existência de pelo menos duas pessoas que podem ser dois estranhos, dois amigos, dois colegas de estudo ou de trabalho, chefe e subordinado, marido e mulher, pai e filho, etc. (SILVA, 1997).

As Relações Interpessoais tem importância na vida de cada pessoa, pois melhorando nossas relações com o outro compreendemos que cada um precisa ser respeitado de acordo com as necessidades psicológicas, físicas e sociais individuais. Portanto, precisa-se dispor interiormente a fim de aceitar o outro da maneira que ele se apresenta e não como gostaríamos que ele se apresentasse.

Nessa perspectiva, trabalhar com o tema relações interpessoais no CAPS Caminhar teve como objetivo orientar os usuários para o desenvolvimento de relações interpessoais maduras e saudáveis para aprimorar, assim, o convívio social.

2. DESENVOLVIMENTO

O homem faz parte de um conjunto de sistemas interligados que estão em constante processo de inter-relação com os demais sistemas que compõem este universo, tais como, família, escola, trabalho e outros. Este homem é visto como uma unidade que pensa, sente, deseja, age e necessita de integração harmoniosa entre corpo e mente, para que possa expressar a sua personalidade, características e valores pessoais. Há necessidade de resgatar o valor dos sentimentos vivenciados pelas pessoas (BARRETO, 2002).

O termo interpessoal refere-se às relações que ocorrem entre duas pessoas, sendo o oposto daqueles relacionamentos nos quais pelo menos um dos participantes é inanimado. Entende-se, então, que todas as relações interpessoais desenvolvem-se em decorrência de um processo de interação (BERGAMINI, 1989).

As relações interpessoais se desenvolvem em decorrência dos processos de interação, que corresponde às situações compartilhadas por duas ou mais pessoas, as atividades coletivas e pré-determinadas a serem executadas, bem como interações e sentimentos recomendados, tais como: comunicação, cooperação, respeito, amizade, etc. À medida que as atividades e interações prosseguem, os sentimentos despertados podem ser

diferentes dos indicados inicialmente e então, inevitavelmente, os sentimentos positivos de simpatia e atração provocarão aumento de interação e cooperação repercutindo favoravelmente nas atividades e tentando maior produtividade (CHANLAT, 1993)

O Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), responde pela porta de entrada e regulação em saúde mental no SUS e foi criado na intenção de substituir as internações nos manicômios pelo atendimento aberto na comunidade. (BRASIL, 2004). Eles objetivam promover, a partir da prestação de serviços de saúde mental e do acompanhamento social, o desenvolvimento da autonomia e da cidadania dos usuários, reintegrando-os a vida social e a convivência familiar. Sua proposta terapêutica compreende uma série de atividades e dinâmicas diversificadas, que devem ser pensadas e discutidas por todos os atores que compreendem o serviço (SILVA, 2010).

Em meio às atividades coletivas do CAPS, destacam-se: as oficinas e grupos terapêuticos, os encontros e os passeios externos, as festividades em datas comemorativas, as atividades artísticas, as assembleias e reuniões. As oficinas em Saúde Mental podem ser consideradas terapêuticas quando possibilitarem aos usuários dos serviços um lugar de fala, expressão e acolhimento (AZEVEDO; MIRANDA, 2011).

A educação em saúde mental é um trabalho dirigido para atuar sobre o conhecimento das pessoas, para que elas desenvolvam juízo crítico e a capacidade de intervenção sobre suas vidas e sobre o ambiente com o qual interagem e assim criarem condições para se apropriarem de sua existência (VIDAL; BRITO, 2008).

Durante os grupos terapêuticos, um dos métodos que é muito utilizado são as dinâmicas de grupo. Elas são excelentes exercícios vivenciais que permitem o conhecimento das pessoas e a melhoria dos relacionamentos interpessoais. São excelentes estratégias para coleta de dados, discussões com a equipe e intervenção assistencial, promovendo a sensibilização dos participantes. Essas técnicas permitem a expressão das necessidades dos sujeitos, a motivação pessoal, o conhecimento de si e do outro e a reorientação de possíveis condutas inadequadas (FRITZEN, 1985; TRENTINI, 1999).

3. METODOLOGIA

Para planejamento do grupo terapêutico (GT), primeiro foram realizadas reuniões com o objetivo de decidir qual atividade o grupo iria realizar no CAPS Caminhar. Na primeira reunião foram dadas as orientações de como seria realizado o Grupo Terapêutico, no qual teria uma dinâmica de apresentação e interação no início do grupo, uma outra que viabilizaria a exposição do tema e por fim, outra dinâmica de fechamento. Já no CAPS, os alunos e usuários sentaram em círculo e houve a apresentação do grupo que iria realizar o GT e a explicação do mesmo. Assim seguiu-se:

Primeira etapa: foi realizada uma dinâmica, na qual, cada um teria que se apresentar, falando um DEFEITO e uma QUALIDADE pessoal; Segunda etapa: nesta aconteceu a apresentação do tema; o grupo distribuiu duas notas falsas de dinheiro, uma de valor alto e outra de baixo valor. Foi solicitado que, em sequência, cada um falasse “O QUE NA SUA VIDA TEM ALTO VALOR E O QUE TEM BAIXO VALOR”. Terceira etapa: o grupo encenou uma situação apresentando o tema, relações interpessoais e, em seguida, estimulou o debate sobre o assunto envolvendo todos na discussão. Após esse momento, foi entregue, pelos estudantes, uma lembrança simbólica que permite ao participante associá-la à temática abordada.

4. RESULTADOS

A realização do GT alcançou seus objetivos, havendo uma comunicação efetiva, com compartilhamento de saberes e integração entre os usuários. Além disso, a realização da ação teve como capacidade a compreensão para o desenvolvimento de habilidades para o relacionamento interpessoal. As dinâmicas realizadas possuem papel importante na construção das relações interpessoais, e este tema propõe uma verificação sucinta da necessidade de conhecer, buscar e integrar o indivíduo dentro do contexto social para que descubra a função do relacionamento. Ao final da visita ao CAPS, percebe-se satisfação, maior adesão e participação efetiva dos usuários nas atividades realizadas pelo projeto de extensão, estimulando-os a tomar consciência acerca das relações interpessoais, para uma melhor convivência familiar, no ambiente de trabalho, bem como, quando em grupo no CAPS.

5. CONCLUSÃO

As atividades realizadas no Centro de Atenção Psicossocial e a convivência com seus usuários, na prática da educação em saúde mental, como ao desenvolver GT, faz com que os usuários captem e reflitam para a vida conhecimentos importantes que os auxiliarão a um crescimento pessoal e evolução no convívio social, muitas vezes difíceis para portadores de transtorno mentais. Nesse contexto, percebe-se a importância de transmitir como é válido cultivar bons relacionamentos com as pessoas, entender e tentar lidar com perfis diferentes e reconhecer o próximo. Assim, é visto a necessidade de descobrir meios para trabalhar e ampliar as potencialidades no relacionamento indivíduo-indivíduo e indivíduo-grupo, fazendo necessário uma maior permanência de atividades, como as do projeto de extensão SINAPSES, no CAPS Caminhar.

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, Dulcian Medeiros de; MIRANDA, Francisco Arnoldo Nunes de. Oficinas terapêuticas como instrumento de reabilitação psicossocial: percepção de familiares. **Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, June, 2011.

BARRETO, C. M. Do corporal ao representacional: a estruturação corporal e seus desdobramentos na educação infantil. São Paulo: UNASP, 2002.

BERGAMINI, Cecília W. Psicologia aplicada à administração de empresas. 3º ed. São Paulo: Atlas, 1982.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Saúde mental no SUS: os centros de atenção psicossocial. Brasília: 2004. 86 p.

CHANLAT, F. O indivíduo na organização: Dimensões esquecidas. São Paulo: Atlas, 1993.

FRITZEN SJ. Janela de Johari: exercícios vivenciais de dinâmica de grupo, relações humanas e de sensibilidade. 3ª ed. Petrópolis: Vozes; 1985.

GOFFMAN E. Representações do eu na vida cotidiana. Petrópolis: Vozes; 1985.

SILVA, J. M. Curso moderno de Psicologia aplicada. Brasília: Thesaurus, 1997.

TRENTINI M, PAIM L. Pesquisa em enfermagem: uma modalidade convergente-assistencial. Florianópolis: UFSC; 1999.