

A POTÊNCIA DO GRUPO TERAPÊUTICO NAS RELAÇÕES ESCOLARES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Jennifer Renata Araujo Dinis¹

RESUMO

A escola vem sofrendo modificações positivas com o decorrer dos anos, contudo as relações educacionais são repletas de violências, expondo o adoecimento psíquico presente em docentes e discentes. Desta forma, considerando o aumento de casos de automutilação e sintomas intensos de ansiedade entre os adolescentes, repercutindo na aprendizagem e relações educacionais, é necessário o olhar biopsicossocial diante dos mesmos, delineando a prevenção e promoção de saúde, favorecendo o holding na adolescência e ponderando a flexibilização das couraças corporais. Assim sendo, o referido trabalho de caráter qualitativo, orientado a partir do trabalho de conclusão de curso para a formação internacional em análise bioenergética, foi realizado na escola pública em uma cidade no interior de Pernambuco com 18 alunos dos anos finais, a partir do interesse individual e autorização dos responsáveis. O grupo terapêutico foi desenvolvido na perspectiva da abordagem da análise bioenergética, utilizando recursos do teatro do oprimido, educação emocional, educação biocêntrica e sistema biodanza. Constatou-se que a realização do grupo, ofereceu aos integrantes alívio do sofrimento psíquico e comportamentos mais adaptativos e saudáveis no ambiente escolar. Portanto, o grupo na abordagem bioenergética é potente e capaz de propiciar a vitalização de corpos, reconfigurações de padrões não saudáveis, reflexões e desenvolvimento de potencialidades. Está dinâmica pode ser vigorosa nas instituições educacionais, alcançando vários sujeitos e oferecendo o suporte que as mesmas necessitam no atual espaço/tempo.

Palavras-chave: Psicologia escolar, Psicologia educacional, Grupo terapêutico, Educação emocional, Bioenergética.

¹ Graduada pelo Curso de Psicologia da Universidade Vale do Ipojuca - UNIFAVIP, dinisjenni@gmail.com

INTRODUÇÃO

Os adoecimentos psíquicos vêm sendo cada vez mais frequentes na sociedade brasileira, havendo 1.290% de aumento nas consultas de psiquiatras e psicólogos em 2022 (SANTOS, 2023). Percebe-se que esses adoecimentos são frequentes também na adolescência, momento em que o sujeito tem como conflito básico a construção da identidade baseada nas relações com os grupos.

A escola vem sofrendo modificações com o decorrer dos anos, contudo observamos o como a educação bancária ainda é predominante e as relações educacionais são repletas de violências. A literatura aponta os constantes adoecimentos dos docentes tendo como um dos fatores as políticas públicas educacionais (MELO, 2019). Como esses projetos educacionais interferem na construção de conhecimento e saúde dos discentes? Como esses adultos conseguem favorecer relações saudáveis para os adolescentes e a construção da identidade?

O trabalho com adolescentes se faz necessário, delineando a prevenção de doenças psíquicas e promoção de saúde mental e emocional, favorecendo o holding na adolescência - considerando a dificuldade entre as relações atuais de gerações - e ponderando a flexibilização das couraças corporais. A adolescência é o momento propício para auxiliar no fluxo de energia e traços de caracteres que não comprometam suas relações consigo e com o outro, a escola é um espaço de encontro entre os semelhantes. Como afirma Freitas e Volpi (2016, p.1) “podemos ajudar crianças e adolescentes a desenvolverem, em seus próprios grupos sociais, autonomia, segurança e ética, estimulando a autorregulação.”

Segundo os estágios de desenvolvimento de Erik Erikson a adolescência tem como conflito básico identidade VS difusão de papéis, portando o grupo se torna um espaço terapêutico por favorecer o encontro com seus pares. Bion também percebeu como os grupos facilitam as emoções primitivas e a auto-regulação (BATISTA & VECCHIA, 2011).

É a partir da vivência em grupo, na relação com os pais, que no processo de individualização, afirmamos o nosso self, desenvolvemos a autoestima e vivenciamos a prática do amor. A posição existencial que cada pessoa assume está diretamente ligada às experiências do grupo familiar. Nos grupos temos a possibilidade de afirmar nossa existência como ser social. (ALVES & CORREIA, 2013)

¹ Graduada pelo Curso de Psicologia da Universidade Vale do Ipojuca - UNIFAVIP, dinisjenni@gmail.com

Desta forma, o referido trabalho foi realizado em uma escola pública no interior do estado de Pernambuco com 18 alunos dos anos finais com idade entre 11 e 15 anos. Os estudantes presentes tinham como semelhanças a tristeza frequente, a baixa autoestima, a prática de automutilação, problemas familiares e dificuldades nas relações com os professores.

Foi escolhido esse local para o trabalho por apresentar muitos casos de automutilação e sintomas de ansiedade intensa entre os alunos, ao mesmo tempo que o sistema de saúde da cidade não consegue atender às tantas demandas e os profissionais da educação estão despreparados para agirem positivamente diante dessas ocorrências.

METODOLOGIA

O referido trabalho foi realizado em uma cidade do interior do estado de Pernambuco, com 18 alunos dos Anos Finais do Ensino Fundamental, com idade entre 11 e 15 anos. Os estudantes estavam no grupo a partir do interesse individual após a divulgação na escola e a autorização dos responsáveis.

O grupo de movimento ocorreu em 4 encontros, uma vez por semana, com duração entre 3 a 4 horas, trabalhando os aspectos socioemocionais durante o período entre 10 de abril de 2023 e 02 de maio de 2023. No primeiro encontro foi realizado o contrato terapêutico, apresentação, oferecido espaço para vinculação do grupo e introduzido o trabalho corporal. O segundo encontro foi orientado pelo processo de vinculação, a autoestima e a raiva. O terceiro encontro esteve dirigido a demonstração de afeto aos seus pares, ao orgulho e ao medo. No último encontro foi trabalhado a expressão, a alegria e o fechamento das temáticas levantadas durante os dias anteriores. As atividades realizadas tiveram como base a Análise Bioenergética, o Teatro do Oprimido, Educação Emocional, Educação Biocêntrica e Sistema Biodanza Rolando Toro.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O ambiente escolar tem como objetivos principais a aprendizagem de conhecimentos, habilidades e socialização dos matriculados, no entanto para que estes

¹ Graduada pelo Curso de Psicologia da Universidade Vale do Ipojuca - UNIFAVIP, dinisjenni@gmail.com

aspectos funcionem adequadamente é necessário compreender o desenvolvimento integral do sujeito, as características da subjetividade, do coletivo e do social que implicam nesse processo.

Considerando o exposto, pesquisas apontam como alunos e professores apresentam adoecimentos, em alguns casos, produzidos na própria escola, como o bullying e *burnout*, respectivamente prejudicam a concretização dos objetivos escolares (VIEIRA, et al, 2014). Em vista disso, os espaços escolares necessitam ser alvo de atividades de promoção e prevenção em saúde, auxiliando o caminhar dos sujeitos que os perpassam.

Os alunos presentes no grupo de Movimento apresentaram como demandas de convergência, vínculos enfraquecidos no ambiente familiar e escolar, dificuldades em sentir saudavelmente as emoções, baixa autoestima e sentimentos de repressão, provocando automutilações. Durante o primeiro encontro, ao falarem do motivo que o levaram a participar do grupo, foi pontuado por alguns participantes que o objetivo era ter amigos e se sentir melhor consigo.

Os educandos tinham dificuldades em realizar os exercícios bioenergéticos querendo estar sentados e reduzir os seus movimentos, inclusive os respiratórios. Esta ocorrência pode ocorrer tanto pela falta de vinculação do grupo como pela falta de vitalidade no corpo. Segundo Lowen (1975, p. 15) “o fato de prender a respiração servia para diminuir a energia do organismo ao reduzir suas atividades metabólicas- o que, por sua vez, inibia a formação da ansiedade.”

Utilizamos como teoria, recursos e instrumentos norteadores para facilitação do grupo terapêutico a análise bioenergética que tem como pressuposto a combinação do trabalho corpo e mente para ajudar os sujeitos a resolverem seus problemas emocionais e perceberem o potencial para o prazer e a alegria de viver, utilizando a produção de energia e descarga com exercícios e movimentos criados por Alexander Lowen (LOWEN, 1977). Também foi utilizado a Educação Emocional para auxiliar na identificação, compreensão e gerenciamento das emoções e a Educação Biocêntrica que “propõe uma mudança paradigmática de conexão com a vida por meio da vinculação consigo mesmo, com o seu semelhante ou com a espécie humana e com o universo” (CARVALHO, 2003, p.1).

Ademais, avaliando as dificuldades em realizar os exercícios bioenergéticos de

¹ Graduada pelo Curso de Psicologia da Universidade Vale do Ipojuca - UNIFAVIP, dinisjenni@gmail.com

forma tradicional proposto por Alexander Lowen e Leslie Lowen, foram utilizados recursos da Biodanza, que “consiste em induzir vivências integradoras por meio da música, canto, movimento e de situações de encontro no grupo” (TORO, 2002) e dos jogos exercícios do Teatro do Oprimido descritos por Augusto Boal, favorecendo a vinculação do grupo, a expressividade e movimentos corporais.

Através da prática de jogos, exercícios e técnicas teatrais, procura estimular a discussão e a problematização de questões do cotidiano, fornecendo uma maior reflexão das relações de poder, através da exploração de histórias entre opressores e oprimidos. Os jogos propostos procuram desmecanizar o corpo e mente dos praticantes, alienados em tarefas repetitivas, e possuem regras como na sociedade, mas necessitam de liberdade criativa para que o jogo, ou a vida, não se transforme em obediência servil. São diálogos sensoriais que exigem criatividade e ajudam a desenvolver em pessoas de qualquer idade e profissão o sentido de humanidade criando possibilidades de observarem a si próprios. (BOAL, 2005 apud SEED, 2013)

Durante o primeiro encontro foi perceptível a presença de dois alunos que apresentavam sofrimento psíquico intenso, nomeados, respectivamente, por *aluno 1* e *aluno 2*. O *aluno 1* apresentava comportamentos que assemelhavam ao uso de drogas e o *aluno 2* falava abertamente do seu sofrimento e do desejo de morrer, apresentando conflitos entre estar ou não no grupo, fazendo ações em que interrompia o andamento das intervenções, como por exemplo a confecção por meio da dobragem de uma folha de A4 em que pelo o movimento de jogar fazia um barulho alto. Ambos os alunos são descritos pelos professores como aqueles que não contribuem com o andamento da aula, provocando conflitos no ambiente e apresentando baixo rendimento escolar.

Após o fim do encontro quando questionado ao *aluno 1* como ele estava se sentindo, ele fala para os facilitadores do grupo que tomou dipirona em excesso no dia anterior explicando seu comportamento sonolento e sobre seus sentimentos, perpassando conflitos familiares e amorosos. Foi realizado o acolhimento do mesmo e comunicado ao setor de atendimento psicológico clínico do município a urgência no seu atendimento.

O segundo encontro teve como um dos eixos discutir e oferecer espaço para expressão da raiva e foi utilizado como recurso a dobradura feita pelo *aluno 2*, no qual ensinou ao grupo como elaborar, além de facilitar a conexão do mesmo com o grupo trabalhando seus aspectos socioemocionais. Este momento ocorreu após a viralização da fake news que iria ocorrer massacres nas escolas no dia 20 de abril de 2023, com esta demanda o tema medo surgiu pelos participantes durante o trabalho da raiva, sendo

¹ Graduada pelo Curso de Psicologia da Universidade Vale do Ipojuca - UNIFAVIP, dinisjenni@gmail.com

ofertado o espaço de escuta, reflexão e expressão utilizando o grito como recurso. Neste dia, o *aluno 2* ficou conosco após os demais integrantes irem embora e falou sobre suas angústias.

O terceiro encontro foi conduzido a partir das necessidades do grupo, após percebemos que eles iam contra o que tínhamos programado, propusemos um acordo, que fora aceito pelo grupo. Os participantes movimentaram o corpo a partir das suas necessidades utilizando a dança e oferecemos grounding e a expressão/busca do prazer. Como afirma Lowen (1975, p.117) “quando o organismo funciona suave e harmonicamente, surge o prazer (...) Outra situação que nos gera prazer é a busca de algo”. Além disso, o *aluno 2* levou uma caixinha que continha seus desenhos e escritos, no primeiro momento entregou-a aos facilitadores, instigando a curiosidade do grupo. Os arquivos só foram apresentados para os demais com a devida autorização, por fim, contou o quanto se identificava com os personagens de anime no qual desenhou e foi elogiado por todos do grupo.

No último encontro houve uma evasão, inclusive do *aluno 2* e mesmo dedicado ao trabalho do que conquistamos e da alegria de viver, surgiu o tema da morte e da saudade que foi acolhido e utilizado como recurso o “ninar” em forma de círculo, sendo pontuado o como foi bom esse movimento e os acalmou. Como pontua Alves e Correia (2013) “o medo se exacerba quando se aproxima o fim do grupo”. Também foi utilizado como recurso escrever o nome do integrante e para cada letra do nome deixar um elogio, como sugerido pelo *aluno 1*, no qual compartilhou com o grupo seus poemas e poesias. Finalizamos com os escritos no braço, reescrevendo as marcas da automutilação e relatando o que cada um conseguiu e aprendeu no e com o grupo.

Durante o encontro percebemos como os conflitos familiares e a falta de holding vem provocando adoecimentos aos adolescentes. Falta grounding, segurança e energia para a vida (ALVES & CORREIA, 2013), havendo incentivos da sociedade para o crescimento precoce, principalmente as mídias e redes sociais, que exigem dos adolescentes padrões inalcançáveis de beleza, principalmente em meninas. Essa busca por corpos perfeitos vem contribuindo com a baixa autoestima, não reconhecendo suas próprias qualidades e as deixando à mercê de opiniões ilusórias do outro. Alves e Correia (2013) afirmam “tudo que for negado pela sociedade, como as emoções de medo, tristeza, fragilidade passa a ser negado, como é negado o corpo, os sentimentos e o self”.

¹ Graduada pelo Curso de Psicologia da Universidade Vale do Ipojuca - UNIFAVIP, dinisjenni@gmail.com

Um dos recursos que estes adolescentes vêm utilizando para lidar com os conflitos e sofrimentos apontados é a busca por poder. Por vezes, era necessário apontar o nosso contrato construído conjuntamente, segundo a literatura a falta de limites do ambiente familiar provoca esses padrões e que são refletidos também em sala de aula junto aos professores. Desta forma, as relações familiares que não oferecem holding e handling suficientes as crianças e adolescentes provocam adoecimentos para os sujeitos e nas suas relações, inclusive escolares.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A cultura brasileira do século XXI incentiva comportamentos que favorecem a rigidez e tensão crônica, diminuindo a vitalidade dos sujeitos e provocando adoecimentos físicos e emocionais. A pandemia de covid-19 trouxe como consequências a intensificação dos adoecimentos psíquicos e o pós pandêmico os expõe nas instituições.

Movimentos e encontros terapêuticos auxiliam na prevenção de doenças emocionais, promoção e recuperação em saúde, como apresentando no grupo terapêutico de abordagem bioenergética realizado com os adolescentes anteriormente. Casos de automutilação e ideias suicidas são de difícil manejo, solicitando do psicoterapeuta grounding, contudo os relatos anteriores apontaram como o grupo nesta abordagem consegue oferecer enraizamento aos participantes, mesmo em poucos encontros, o aumento da expressividade e vitalidade.

Percebemos como o grupo na abordagem bioenergética é potente e capaz de propiciar a vitalização de corpos, reconfigurações de padrões não saudáveis, reflexões e desenvolvimento de potencialidades. Portanto, está dinâmica pode ser vigorosa nas instituições, alcançando vários sujeitos e oferecendo o suporte que as mesmas necessitam no atual espaço/tempo.

REFERÊNCIAS

ALVES, Jaime Penerai; CORREIA, Grace Wanderley de Barros. O corpo nos grupos: experiências em análise bioenergética, 3º edição. Recife: **Libertas**, 2013

BORGES, Viviane Velozo; BATISTA, Heidi de Oliveira; VECCHIA, Marcelo Dalla. Os grupos na

¹ Graduada pelo Curso de Psicologia da Universidade Vale do Ipojuca - UNIFAVIP, dinisjenni@gmail.com

produção de conhecimento na psicologia: uma revisão da literatura. **Psicologia & Sociedade**, v. 23, p. 379-390, 2011.

CARVALHO, Maria do Amparo Alves. Ensaio da educação biocêntrica para o ensino de história. **Anpuh – Xxii Simpósio Nacional De História**, João Pessoa, 2003. Disponível em : <https://anpuh.org.br/uploads/anais-simposios/pdf/2019-01/1548177543_094cfd9fc2e07cd847c17e6f1dcff2f9.pdf>

FREITAS, Jary Jorge; VOLPI, Sandra Mara. Grounding social – formando jovens autônomos e autorregulados através do escotismo. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) **Xxi Congresso Brasileiro De Psicoterapias Corporais**. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 249-259. [ISBN – 978- 85-69218-01-2]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm. Acesso em: 21/05/2023.

LOWEN, Alexander. Bioenergética, 12ª edição. São Paulo. **Summus**, 2017.

LOWEN, Alexander; LOWEN, Leslie. Exercícios de bioenergética. Tradução de Vera Lúcia Marinho e Suzana Domingues de Castro. 8ª edição. São Paulo: **Ágora**, 1985.

MELO, Leandro Ferreira. Políticas públicas educacionais, rotina escolar e adoecimento psíquico docente. **Educação Básica Revista**, v. 5, n. 1, p. 3-14, 2019.

SANTOS, Ana Luísa. Brasil é o país com mais pessoas ansiosas na América Latina aponta OMS. **Brasil61**, 2023. Disponível em: <<https://brasil61.com/n/brasil-e-o-pais-com-pessoas-mais-ansiosas-na-america-latina-de-acordo-com-a-oms-bras237989#:~:text=No%20pa%C3%ADs%20cerca%20de%202019,psicologia%20em%202022%2C%20no%20Brasil>> Acesso em 21/05/2023.

Teatro do oprimido. SEED, Secretaria de Educação, 2013. Disponível em <<http://www.arte.seed.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=208>> Acesso em 27/05/2023.

TORO, Rolando. O que é biodanza?. Biodanza Rolando Toro, 2017. Disponível em <http://www.biodanzarolandotoro.com/pt-pt/biodanza/> Acesso em 27/05/2023.

VIEIRA, M. A.; ESTANISLAU, G. M.; BRESSAN, R. A.; BORDIN, I.A. Saúde mental na escola. IN: ESTANISLAU, Gustavo M.; BRESSAN, Rodrigo Affonseca. **Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber**. Artmed Editora, 2014.