

**Relato de experiência: Grupo de trabalho de *self* para terapeutas**

**Experience report: Self working group for therapists**

Mayara Quevedo Ribeiro <sup>1</sup>

Danielle Doss Damo<sup>2</sup>

Rosângela Andreoli Ortiz <sup>3</sup>

Cláudia Mara Bosetto Cenci<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> Psicóloga Clínica, Mestranda em Psicologia pela IMED, Bolsista FAPERGS/CAPES Brasil. E-mail: psico.mayararibeiro@gmail.com

<sup>2</sup> Psicóloga Clínica, Terapeuta de Casais e Famílias, Diretora do Ciclos Instituto de Formação em Terapia de Casal e Família, Membro Titular da Associação Catarinense de Terapia Familiar, Mestranda em Psicologia pela IMED. E-mail: danielle.ddms@gmail.com

<sup>3</sup> Psicóloga Clínica, Especialista em Dinâmica das Relações Conjugais e Familiares, Mestranda em Psicologia pela IMED. E-mail: rosangela.andreoliortiz@gmail.com

<sup>4</sup> Psicóloga Clínica, Doutora em Psicologia Clínica pela PUCRS, Professora do Núcleo Stricto Sensu em Psicologia - IMED, Coordenadora do Núcleo de Estudos da Família e do Casal (NEFAC) - IMED. E-mail: claudia.cenci@imed.edu.br

## Resumo

A pessoa do terapeuta é um dos principais recursos na psicoterapia sistêmica, requerendo constantes reflexões para seu autoconhecimento. O trabalho de *self* do terapeuta envolve reconhecer suas limitações e potencialidades para permear a interação terapeuta-cliente. O objetivo deste estudo foi estabelecer, a partir do relato de participação e observação em um grupo de trabalho de *self* para terapeutas, ponderações e reflexões sobre sua importância e contribuições para a prática clínica. Possui um delineamento qualitativo, exploratório e narrativo. A experiência descrita neste trabalho se refere a seis encontros, sendo que o grupo será finalizado após totalizar dez encontros. As observações são relatadas e compreendidas com base no aparato conceitual da teoria sistêmica. Constatou-se que o trabalho de *self* grupal favorece identificar padrões emocionais e de funcionamento, os quais o terapeuta imprime no sistema terapêutico.

*Palavras-chave:* terapeuta sistêmico; trabalho de *self*; autoconhecimento

### **Abstract**

The person of the therapist is one of the main resources in systemic psychotherapy, requiring constant reflections for his self-knowledge. The therapist's self-work involves recognizing its limitations and potentialities to permeate the therapist-client interaction. The objective of this study was to establish, from the report of participation and observation in a self-study group for therapists, weights and reflections on its importance and contributions to clinical practice. It has a qualitative, exploratory and narrative design. The experience described in this study refers to six meetings, and the group will be finalized after a total of ten meetings. Observations are reported and understood on the basis of the conceptual apparatus of systemic theory. It was found that the work of group self favors identifying emotional and functioning patterns, which the therapist imprints on the therapeutic system.

*Key words:* sistemic therapist; self working; self

*Self* é um conceito amplo e suas definições são resultantes das bases epistemológicas das teorias e práticas psicológicas. O conceito de *self* foi utilizado pela primeira vez em 1890, por William James, e segue como um tema de interesse no campo da psicologia. As teorias atuais sobre o *self* apresentam-se em duas perspectivas: uma que o localiza em um espaço interno individual com fronteiras permeáveis e outra que sugere não existir um mundo interno (Macedo & Silveira, 2012). Para a abordagem sistêmica, o *self* envolve um conjunto de hábitos e premissas individuais adquiridas através da aprendizagem que acontece nas relações. Em outras palavras, o *self* do terapeuta é formado pelas figuras significativas de sua vida pessoal e profissional (Boscolo & Bertrando, 2013).

Assim, além do foco sobre as lentes teóricas que embasam a atuação, também se deve atentar para as lentes provenientes da história de vida do terapeuta, as quais dificilmente são percebidas. O terapeuta está inserido em diversos contextos, sendo impossível exercer qualquer prática terapêutica sem que aspectos de sua história pessoal (de seu *self*) se façam presentes (Grandesso, 2006). Tanto as experiências positivas quanto as negativas, vivenciadas em sua família de origem, influenciarão as lentes pelas quais os problemas dos pacientes serão percebidos. Existe, ainda, uma conexão recursiva entre sistema observado (paciente) e sistema observante (terapeuta) (Cramer, 2006), não existindo uma observação neutra. Os significados são co-construídos e atravessados, não só pela compreensão intelectual, mas também pelas emoções de ambos (Grandesso, 2006).

O estilo de cada profissional está associado às peculiaridades de seus processos de formação e de autoconhecimento. O autoconhecimento é um dos responsáveis pela reciprocidade, domínio emocional e experiências relacionais com o sistema terapêutico. O profissional, mais do que um expert, é um ser que deve ter clareza de suas vicissitudes e possibilidades para que, em conjunto com seus pacientes, possa construir um contexto de ajuda (Garzón, 2008).

Em 2006 foi realizado um estudo que visava compreender como as experiências vividas na família de origem do terapeuta repercutem em sua prática clínica. Tal estudo constatou que a aceitação e validação das experiências prévias, tanto na família de origem como as decorrentes da etapa do ciclo vital, auxiliam na prática clínica. Mas para que isso aconteça, as experiências devem ser vistas como fonte de competências e potencialidades. Essa visão é possibilitada pelos processos terapêuticos pessoais aos quais o terapeuta se submete, auxiliando na aceitação e integração de sua história de vida (Cramer, 2006). Quando o terapeuta não consegue dar-se conta de suas limitações e não busca auxílio para refletir, sua disponibilidade emocional fica prejudicada. Como consequência verifica-se a dificuldade em estabelecer a relação terapêutica, surgimento de dilemas e rigidez, restrição da compreensão e intervenção e estagnação do processo (Boscolo & Bertrando, 2013; Cramer, 2006; Grandesso, 2006).

Dessa forma, o terapeuta deve buscar ter consciência de suas próprias premissas e princípios que guiam suas atitudes. É importante saber o quanto da sua ação é guiada por preconceitos e assuntos individuais, familiares, sociais e culturais. Apenas a partir dessa consciência é possível identificar como a relação terapêutica obedece a esse sistema de premissas diferentes (do paciente e do terapeuta) (Boscolo & Bertrando, 2013). Portanto, torna-se necessário adotar uma posição de autorreflexão constante para dar-se conta dessas influências e decidir o que será feito com as emoções mobilizadas durante os atendimentos (Cramer, 2006). É fundamental que o terapeuta esteja consciente de si, de sua história familiar e de seu ciclo de vida, bem como estar sempre em busca de trabalhar seu *self* (Marin & Oliveira, 2012), através da terapia pessoal, das supervisões e consultorias clínicas (Grandesso, 2006).

Uma alternativa para adquirir maior autoconhecimento é o trabalho em equipe terapêutica, constituído de um sistema a três: cliente, terapeuta e observador(es). A equipe

terapêutica tem como objetivo fornecer uma visão externa, possibilitando que o terapeuta tome maior conhecimento de seus preconceitos, premissas e emoções. As ideias produzidas pela equipe podem auxiliar o terapeuta a abandonar os dilemas e rigidez que limitam sua compreensão e ação. Na interação contínua com o cliente, observador(es) e diferentes teorias, o terapeuta enriquece seu *self*, passando a carregar mais vozes significativas: da sua família, de seus professores, de seus colegas e de seus clientes, em um processo de constante evolução (Boscolo & Bertrando, 2013). Nesse sentido, o trabalho de *self* do terapeuta é essencial, tendo em vista que se deve manter uma postura aberta de autoquestionamento e reflexão. Assim sendo, o objetivo deste estudo foi estabelecer, a partir do relato de participação e observação em um grupo de trabalho de *self* para terapeutas, ponderações e reflexões sobre sua importância e contribuições para a prática clínica.

### **Método**

O presente relato de experiência trata-se de um estudo com delineamento qualitativo, exploratório e narrativo. Refere-se à observação participante em um grupo de trabalho de *self* para terapeutas, cujo foco é trabalhar a família de origem destes. A observação participante é a técnica pela qual se conhece determinado grupo partindo de seu interior. Nesta pesquisa assumiu-se a forma de observação natural. Isto é, a observadora realmente pertence ao grupo investigado (Gil, 2016). O trabalho de *self* grupal teve início no ano de 2017, formado por dez terapeutas sistêmicas da região oeste catarinense e conduzido por uma terapeuta sistêmica do Rio de Janeiro. O formato do grupo é fechado, com frequência bimensal, totalizando dez encontros. Partindo do relato de participação e observação neste grupo, pretende-se estabelecer ponderações e reflexões sobre a importância e contribuições do trabalho de *self* grupal para a prática clínica. Tais ponderações são embasadas na experiência relatada, nas observações realizadas e no aparato conceitual da teoria sistêmica.

## Resultados e Discussão

A decisão por participar de um grupo de trabalho de *self* para terapeutas vem ao encontro da necessidade de autoconhecimento pessoal e profissional. Tal autoconhecimento implica na reconstrução de algumas premissas pessoais, por meio de um processo de aprendizagem e construção da identidade do terapeuta (Mendoza, Bezenberger & Chenevard, 2012). Sabe-se que na teoria sistêmica a pessoa do terapeuta é um importante recurso para o processo psicoterápico, já que seu trabalho é essencialmente co-construído a partir das relações que se estabelecem com os pacientes individuais, casais e famílias (Boscolo & Bertrando, 2013; Grandesso, 2006; Kichler & Serralta, 2014; Marin & Oliveira, 2012). Nesse sentido, é importante que o terapeuta compreenda sua própria rede de regras e expectativas familiares, nas quais foi socializado, para estar apto a auxiliar o paciente no reconhecimento das suas próprias (Bowen, 1978; Garzón, 2008).

Além disso, apesar da psicoterapia individual, de casal ou familiar ser excelentes formas do terapeuta trabalhar com suas questões de *self*, o trabalho em grupo é um recurso de extrema eficácia. O grupo possui um caráter de equipe que proporciona ao terapeuta sistêmico resolver seus dilemas e deparar-se com os pontos de rigidez. Com o tempo, o terapeuta internaliza a equipe de trabalho, que passa a ser mais uma voz significativa nas interações com o cliente (Boscolo & Bertrando, 2013). O grupo fechado e homogêneo, formado por profissionais da mesma área, possibilita que os terapeutas se vinculem de forma a apoiar uns aos outros. Tal vinculação é facilitada pela identificação com os sofrimentos similares próprios da característica de cuidador. Já a heterogeneidade quanto às demais características traz benefícios no sentido de equiparar as vivências dos participantes em seus núcleos sociais e familiares (Osório, 2008). O enfrentamento das questões familiares em grupo também enriquece a compreensão dos demais terapeutas integrantes e potencializa os fatores de troca e sinergia, possibilitando que cada membro se torne um agente de mudança

(Canevaro et al, 2016). Dessa forma, não apenas o coordenador contribui para o desenvolvimento, mas também os colegas de profissão. Todo o sistema de trabalho de *self* é capaz de enriquecer a história do terapeuta na medida em que sinalizam certas dinâmicas familiares que podem estar causando “pontos cegos” na atuação profissional (Bahamondes, 2015).

Os encontros do grupo de trabalho de *self* para terapeutas acontecem na sala do Ciclos Instituto de Formação, com duração de, aproximadamente, quatro horas. Todos os encontros seguem a mesma estrutura, sendo divididos em duas partes com intervalo de descanso. A estrutura dos encontros se assemelha muito ao *setting* do psicodrama, onde existe um terapeuta (diretor de cena), os egos auxiliares e os pacientes (atuando ora como protagonistas, ora como público). Ego(s) auxiliar(es) é como se denomina o(s) participante(s) que desempenha(m) papéis na cena (Osório, 2008).

Na primeira parte dos encontros, a condutora realiza o aquecimento com textos e discussões sobre as questões teóricas do trabalho de autoconhecimento da pessoa do terapeuta. Esse é o momento em que se mobilizam as ansiedades necessárias para expressão e definição dos processos grupais que serão dramatizados. Para mobilizar tais ansiedades, a coordenadora usa de recursos como leitura de textos e estímulos para que os participantes dialoguem sobre determinada temática (Lipman, 2008; Monteiro, 1993; Zimmerman & Osório, 1997).

Na segunda parte, uma participante do grupo é escolhida, aleatoriamente ou por autoindicação, e o trabalho é iniciado. A condutora solicita que a terapeuta represente uma imagem que lhe vem à mente de sua família de origem. Nesse momento, a terapeuta se concentra, escolhe colegas que mais se pareçam com seus familiares, fisicamente ou emocionalmente, para representá-los e monta a cena pensada. Em seguida, a cena acontece. A terapeuta auxilia os participantes na representação de seus papéis e a coordenadora

movimenta a cena de acordo com seu entendimento sobre o que tem submerso no momento. A cena pode transcorrer no momento da lembrança que a terapeuta elencou ou se modificar para o passado ou futuro daquela família. Desta forma os conflitos, emoções e sentimentos vão emergindo e sinalizando a coordenadora o fio condutor desse *self*. Por meio de questionamentos sobre a cena, modificação nas posições dos personagens, proposição de novas cenas e estímulo de diálogos entre os personagens se propicia reflexões e mudanças de atitudes (Bustos, 2005).

Em especial a mudança de posição com os demais personagens, possibilita que o terapeuta trabalhado atue nos diferentes papéis, reconhecendo a complementaridade das relações. Também permite que o terapeuta desempenhe papéis que, por seus conflitos, não consegue desempenhar, bem como desenvolva a empatia e melhor compreensão do outro (Lipman, 2008; Monteiro, 1993; Zimmerman & Osório, 1997). A postura assumida pela coordenadora tem como base a teoria sistêmica do movimento novo-paradigmático (Vasconcellos, 2002).

Ao final, é o momento dos compartilhamentos, no qual as participantes que representaram os familiares da terapeuta relatam seus sentimentos e percepções. As demais componentes do grupo, que observaram a cena, também compartilham suas ressonâncias. Este momento envolve a exposição daquilo que se experienciou e o compartilhamento das vivências, lembranças e cenas reativadas. Aqui o papel do coordenador é dirigir a discussão. Os fenômenos significativos são interpretados e encaminhados conforme o referencial teórico sistêmico (Lipman, 2008; Monteiro, 1993; Zimmerman & Osório, 1997). Posteriormente, são propostas pelo grupo e pela coordenadora tarefas ao terapeuta. Estas consistem de atividades prescritas que devem ser realizadas na sessão ou no intervalo entre uma sessão e outra. Essa tarefa tem por base o trabalho realizado no encontro, os dados relacionais obtidos e os conteúdos abordados pela terapeuta trabalhada. Ela pode ser destinada a apenas um membro

ou a toda a família (Andolfi, 1984), de forma direta, indireta ou paradoxal. O objetivo principal das tarefas é promover soluções, bloquear sequências de problemas, pre-encomendar o desempenho do paciente ou deixar uma margem para a ação. Isso possibilita alternativas e garante que as mudanças significativas, ocorridas fora da sessão, sigam o sentido desejado (Alves, 1999; Andolfi, 1984; Beyebach & Vega, 2010).

Ao participar desses seis encontros foi possível observar, o amadurecimento do grupo em termos de continência, acolhida, percepções e devolutivas. Esse espaço se tornou um importante meio de olhar para feridas e limitações, assim como se abrir para qualidades e potencialidades. A continência da profissional que conduz o trabalho e das demais participantes do grupo são essenciais para que as resistências possam ser deixadas de lado e os sentimentos emergirem. Tal percepção vai de encontro aos achados de Bahamondes (2015), onde os terapeutas em formação atribuem valor positivo ao enquadre grupal e ao acolhimento do facilitador, pois o clima de segurança, calor e contenção facilita a exposição. Ademais, ao escutar, o grupo adquire um efeito terapêutico na medida em que diminui as ansiedades e possibilita que seus membros sintam-se continuamente apoiados (Bahamondes, 2015).

Quanto à atuação profissional, a oportunidade de trabalhar o próprio *self* com o auxílio do grupo, contribui para uma prática clínica mais assertiva. Assim, promove-se o autoconhecimento e manejo de situações conflituosas que, caso não sejam identificadas e trabalhadas, podem dificultar a disponibilidade emocional do terapeuta para a relação terapêutica (Mendoza, Bezenberger & Chenevard, 2012). Os processos formativos pessoais e profissionais do terapeuta estão diretamente ligados ao trabalho psicoterapêutico (Kichler & Serralta, 2014). Cabe a ele, não apenas conhecer a técnica da atividade psicoterápica, mas também refletir sobre sua subjetividade a serviço da compreensão da subjetividade do paciente. Portanto, é imprescindível que reconheça suas questões emocionais não resolvidas,

seu mundo interno, história e contexto de vida, de tal forma que estas dificuldades se transformem em potencialidades (Szmulewicz, 2013). Nesta perspectiva, o trabalho com as famílias de origem, de forma presencial ou simbólica, possibilita o reconhecimento destes recursos e fragilidades, além de estimular o processo de diferenciação. Ou seja, o trabalho de *self* traz benefícios para o desenvolvimento pessoal e profissional, bem como para o campo vincular do terapeuta (Bahamondes, 2015).

### **Considerações Finais**

A partir dos resultados obtidos através da participação e observação em um grupo de trabalho de *self* para terapeutas é possível discorrer sobre algumas considerações e conclusões. Acredita-se que o trabalho de *self* permite relacionar reflexões e experiências emocionais vividas na família de origem do terapeuta com as questões práticas e teóricas do seu trabalho. É um processo formativo, progressivo e recursivo que possibilita novas aprendizagens sobre si mesmo e a construção de sua identidade profissional. O trabalho de *self* é promotor de mudanças, pois auxilia na organização dos mundos mentais e emocionais do profissional que está sempre em transformação. A realização deste trabalho em grupo favorece o reconhecimento das premissas, regras, preconceitos e pontos de rigidez que necessitam ser revistos e reformulados. É no processo de interação grupal que poderá se realizar a construção e a desconstrução de concepções prévias. E, assim, emergir novas possibilidades, aprendizagens e potencialidades para o desenvolvimento de um formato diferente no trabalho clínico.

Como limitações deste estudo, destaca-se o fato de os encontros do grupo de *self* para terapeutas não terem encerrado no momento do relato. O grupo irá se estender até março de 2019. Dessa forma, não foi possível compreender as consequências da conclusão do trabalho realizado, mas apenas os benefícios intermediários, obtidos até o sexto encontro. Como principal contribuição destaca-se o fato de se configurar em um exemplo prático de como

ocorre o trabalho de *self* de terapeutas em grupo, bem como sua importância e benefícios para a prática clínica. Para estudos futuros sugere-se entrevistar todos os participantes do grupo de trabalho de *self*, após concluído os encontros. Além disso, a literatura sobre o trabalho grupal é escassa. A maioria das pesquisas se concentram na supervisão de casos e na terapia individual do terapeuta. Assim, considera-se importante aprofundar essa temática em pesquisas futuras, principalmente sobre o trabalho de *self* com base na perspectiva sistêmica.

## Referências

- Alves, L. M. C. (1999). Metáforas como ferramenta terapêutica. *Pensando Famílias*, 1(1), 62-68.
- Andolfi, M. (1984). *Terapia familiar: Un enfoque interaccional*. Barcelona: Paidós.
- Bahamondes, F. O., González, A. M., Diaz, A. M., Watson, F. I., Brüggemann, V. M. & Verdugo. M. R. (2015). La persona del terapeuta y su origen: La inclusión de las familias de origen y su impacto en el desarrollo del self profesional de los terapeutas del Instituto Humaniza Santiago. *Vincularte Revista Clínica y Psicosocial*, 1(1), (19-54).
- Beyebach, M., & Vega, M. H. de. (2010). *200 tareas en terapia breve*. Barcelona: Herder.
- Boscolo, L. & Bertrando, P. (2013). *Terapia sistêmica individual: Manual práctico na clínica*. Belo Horizonte: Artesã.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson.
- Bustos, D. M. (2005). *O psicodrama: aplicações da técnica psicodramática*. São Paulo: Summus.
- Canevaro, A., Abeliuk, Y., Condeza, M., Escala, M. A., Garcia, G. & Montes, J. (2016). El nacimiento del terapeuta sistémico: El trabajo directo con las familias de origen de los terapeutas en formación. *Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*, 1(34), 127-144.
- Cramer, C. T. (2006). *Ecos da vida: A construção do terapeuta de famílias: a prática clínica sob a lente das vivências na família de origem* (Master's thesis). Retrieved from <https://tede2.pucsp.br/handle/handle/15536>
- Garzón, D.I. (2008). Autorreferencia y estilo terapéutico: su intersección en la formación de terapeutas sistémicos. *Revista Diversitas - Perspectivas em Psicologia*, 4(1), 159-171.

- Gil, A. C. (2016). Observação. In A. C. Gil. *Métodos e técnicas de pesquisa social* (pp. 100-108). São Paulo: Atlas.
- Grandesso, M. (2006). *Sobre a reconstrução do significado: uma análise epistemológica e hermenêutica da prática clínica*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Kichler, G.F. & Serralta, F.B. (2014). As implicações da psicoterapia pessoal na formação em psicologia. *Psico PUCRS*, 45(1), 55-64.
- Lipman, L. (2008). O sistema triádico: sociometria, psicodrama e psicoterapia de grupo uma revisão. In J. Gershoni. *Psicodrama no século 21: aplicações clínicas e educacionais*. (pp. 23-33). São Paulo: Ágora.
- Macedo, L.R. & Silveira, A.C. (2012). Self: Um Conceito em Desenvolvimento. *Paidéia*, 22(52), 281-289.
- Marin, A.H. & Oliveira, D.S. (2012) Ciclo de vida da família e do terapeuta. *Pensando Famílias*, 16(1), 217-228.
- Mendoza, M. L. A., Bezenberger, R. M. J., & Chenevard, C. L. (2012). Formación de terapeutas en un programa de especialización en terapia familiar sistémica. *Psicologia em Estudo*, 17(2), (183-193).
- Monteiro, R. F. (1993). Técnicas históricas: Teatro da improvisação (espontâneo) e jornal dramatizado (jornal vivo). In R. F. Monteiro. *Técnicas fundamentais do psicodrama* (pp. 11-16). São Paulo: Ágora.
- Osório, L. C. (2008). *Grupoterapias: abordagens atuais*. Porto Alegre: Artmed.
- Szmulewicz, T. (2013). La persona del terapeuta: eje fundamental de todo processo terapêutico. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatria*, 51(1), 61-69.
- Vasconcellos, M. J. E. de. (2002). *Pensamento sistêmico: O novo paradigma da ciência*. Campinas: Papirus.

Zimerman, D. E. & Osório, L. C. (1997). *Como trabalhamos com grupos*. Porto Alegre:

Artmed.