



GRUPOS COMUNITÁRIOS DE SAÚDE MENTAL: Grupos operativos, protagonismo e valorização à vida

DOI: 10.22289/2446-922X.V9N2A48

Gustavo Barbosa **Carvalho**
Cláudia Alexandra Bolela **Silveira**¹

RESUMO

O Grupo Comunitário de Saúde Mental (GCSM) constitui um espaço em grupo de cuidado com a saúde mental em que se aprende a olhar e valorizar as experiências da vida cotidiana. Esta pesquisa buscou analisar os aspectos teóricos que o constituem com o objetivo de destacar características importantes para a promoção da saúde mental como: a valorização da vida, o protagonismo e a tarefa grupal dos encontros que possibilitam compartilhá-las. Trata-se de uma revisão bibliográfica de cunho qualitativo usando as bases de dados Periódicos CAPES, SciELO, Redalyc, assim como outras literaturas científicas da área. Por meio das referências levantadas e da estrutura proposta pelos grupos operativos e o protagonismo presente neste contexto, observou-se que a postura que prioriza a valorização da vida por meio da relação da pessoa com suas experiências cotidianas e uma atitude de disponibilidade para compartilhá-las em uma relação grupal se constituem aspectos fundamentais aprendidos ao longo da participação nos encontros do grupo, permitindo que seja significativo para o desenvolvimento do indivíduo por abrir espaço para um olhar mais humanizado de si e do outro. O Grupo Comunitário de Saúde Mental constitui-se de uma metodologia importante para a promoção da saúde mental e contribui de forma complementar aos tratamentos psicológicos e psiquiátricos, variando os programas de cuidados de saúde mental existentes.

853

Palavras-chave: Processos Grupais; Promoção da Saúde; Acontecimentos que Mudam a Vida.

COMMUNITY MENTAL HEALTH GROUPS: Operative groups, protagonism and valuing life

ABSTRACT

The Community Mental Health Group (GCSM) constitutes a group space for mental health care in which people learn to look at and value the experiences of everyday life.

This research sought to analyze the theoretical aspects that constitute it with the aim of highlighting important characteristics for the promotion of mental health, such as: valuing life, protagonism and the group task of meetings that make it possible to share them. This is a qualitative bibliographic review using the databases Periodicals CAPES, SciELO, Redalyc, as well as other scientific literature in the area. Through the references raised and the structure proposed by the operative groups and the protagonism present in this context, it was observed that the attitude that prioritizes the appreciation of life through the person's relationship with their daily experiences and an attitude of availability to share them in a group relationship, fundamental aspects learned throughout

¹ Endereço eletrônico de contato: claudiabolela@unifran.edu.br

Recebido em 21/10/2023. Aprovado pelo conselho editorial para publicação em 05/12/2023.



participation in group meetings are constituted, allowing it to be significant for the development of the individual by opening space for a more humanized view of oneself and others. The Community Mental Health Group constitutes an important methodology for promoting mental health and contributes in a complementary way to psychological and psychiatric treatments, varying existing mental health care programs.

Keywords: Group Processes; Health Promotion; Life Change Events.

GRUPOS COMUNITARIOS DE SALUD MENTAL: Grupos operativos, protagonismo y valoración de la vida

RESUMEN

El Grupo Comunitario de Salud Mental (GCSM) constituye un espacio grupal para la atención de la salud mental en el que las personas aprenden a mirar y valorar las experiencias de la vida cotidiana. Esta investigación buscó analizar los aspectos teóricos que la constituyen con el objetivo de resaltar características importantes para la promoción de la salud mental como: la valoración de la vida, el protagonismo y el trabajo grupal de encuentros que posibiliten compartirlos. Se trata de una revisión bibliográfica cualitativa utilizando las bases de datos Periódicos CAPES, SciELO, Redalyc, así como otra literatura científica del área. A través de los referentes planteados y la estructura propuesta por los grupos operativos y el protagonismo presente en este contexto, se observó que la actitud que prioriza la valoración de la vida a través de la relación de la persona con sus experiencias cotidianas y una actitud de disponibilidad para compartirlas en un relación grupal, se constituyen aspectos fundamentales aprendidos a lo largo de la participación en reuniones grupales, permitiendo que ésta sea significativa para el desarrollo del individuo al abrir espacio para una visión más humanizada de uno mismo y de los demás. El Grupo Comunitario de Salud Mental es una metodología importante para la promoción de la salud mental y contribuye de manera complementaria a los tratamientos psicológicos y psiquiátricos, variando los programas de atención a la salud mental existentes.

854

Palabras clave: Procesos de Grupo; Promoción de la Salud; Acontecimientos que Cambian la Vida.

1 INTRODUÇÃO

O Grupo Comunitário de Saúde Mental (GCSM) constitui uma metodologia de intervenção grupal cujo foco é aprender a valorizar a vida estimulando os participantes a cultivarem uma atenção às suas experiências cotidianas, as quais contribuem para o amadurecimento pessoal e coletivo, buscando assim o cuidado com a saúde mental (Silveira & Silveira, 2022).

A proposta de valorizar a vida por meio das experiências do dia a dia como um elemento construtivo da saúde mental e do amadurecimento humano presente no GCSM se faz melhor aproveitado quando se existe uma relação grupal, proporcionando ao interlocutor o protagonismo



no processo de ajuda ao compartilhar seu cotidiano e conhecer melhor o de outros participantes, conseqüentemente ampliando sua capacidade de compreender e valorizar sua vida como um todo.

Observando a dinâmica acolhedora do GCSM, visto que a participação nesse grupo é aberta à comunidade, bem como seu enfoque visando o desenvolvimento interpessoal e intrapessoal do indivíduo participante, se faz relevante analisar qual o papel da relação grupal nesse contexto, buscando observar se os aspectos teóricos que constituem o grupo possuem fundamentação para contextualizar a efetividade de seu objetivo.

Para isso, é necessário investigar como o GCSM se estrutura, uma vez que obter uma compreensão mais transparente de sua articulação pode trazer novas perspectivas sobre as estratégias de promoção em saúde mental, justificando o motivo de ser importante desenvolver as temáticas presentes nesta pesquisa considerando suas possíveis aplicações para a promoção da saúde.

Além disso, em função da minha experiência com o GCSM, onde tive a oportunidade de estar presente em alguns dos encontros e até mesmo conhecer pessoalmente um de seus idealizadores, essa pesquisa também parte de uma motivação pessoal em investigar sobre esse grupo, em especial quando parto da investigação de fenômenos que tiveram impactos pessoais significativos em minhas vivências particulares.

Dessa forma, a pesquisa pretendeu analisar os aspectos teóricos que constituem os GCSM, envolvendo um estudo sobre a concepção de Grupos Operativos e sua relação com o tema da pesquisa, o protagonismo presente nesse contexto ante a construção da própria pessoa e do contexto grupal, assim como a postura que prioriza a valorização à vida por meio das experiências cotidianas e por uma atitude de disponibilidade para compartilhá-las, visando observar se esses aspectos contextualizam o GCSM enquanto uma estratégia eficiente de promoção de saúde.

Para isso, essa pesquisa é composta por esta breve introdução, na sequência são expostas informações sobre a metodologia evidenciando a utilização das bases de dados *Periódicos CAPES*, *SciELO* e *Redalyc*, posteriormente, há um desenvolvimento do referencial teórico, seguido dos resultados e discussão oriundos da pesquisa, finalizando assim com as considerações finais expondo conclusões que foram obtidas ao final do processo desta pesquisa.

855

2 METODOLOGIA

No que tange à metodologia, consistiu em uma pesquisa bibliográfica na qual foram utilizadas produções da base de dados eletrônica sobre saúde mental para articulação dos conceitos: Grupos Operativos, Protagonismo e Valorização à Vida em relação com o GCSM, utilizando esses termos enquanto palavras chaves na pesquisa, buscando um estudo qualitativo para explorar os fenômenos expostos em tais produções.



Conforme elaborado por Lima & Miotto (2007, p. 39):

Como a pesquisa bibliográfica tem sido um procedimento bastante utilizado nos trabalhos de caráter exploratório-descritivo, reafirma-se a importância de definir e de expor com clareza o método e os procedimentos metodológicos (tipo de pesquisa, universo delimitado, instrumento de coleta de dados) que envolveram a sua execução, detalhando as fontes, de modo a apresentar as lentes que guiaram todo o processo de investigação e de análise da proposta.

Dessa forma, referente a base de dados a pesquisa descritiva se fundamentou em produções de cunho científico ligados aos temas supracitados, encontrados usando principalmente as fontes de pesquisa *Periódicos CAPES*, *SciELO* e *Redalyc*. Ao estruturar a pesquisa bibliográfica dos conceitos, para delimitar melhor o tema, foi utilizado como critério de exclusão as produções que não versavam sobre os conceitos propostos para este estudo. Mediante a necessidade de contribuir com possíveis correlações teóricas, foram priorizadas produções publicadas no período de 2019 a 2023.

3 GRUPO COMUNITÁRIO DE SAÚDE MENTAL: ASPECTOS ESTRUTURAIS

856

O Grupo Comunitário de Saúde Mental (GCSM) constitui uma metodologia de intervenção grupal com enfoque no aprender a valorizar a vida por meio das experiências cotidianas buscando promover a saúde mental nos encontros. Ademais, também tem o propósito de trazer contribuições a tratamentos psicológicos ou psiquiátricos, buscando complementar programas já existentes (Ishara & Cardoso, 2013).

Segundo Ishara & Cardoso (2013, p.19), no GCSM:

Valoriza-se a atitude de compromisso com a experiência cotidiana, buscando identificar, compreender, comunicar e elaborar as vivências consideradas relevantes em um horizonte do desenvolvimento da saúde mental e do amadurecimento pessoal. Trata-se de promover a interação operativa entre a pessoa e a realidade, acolhendo e favorecendo os passos percorridos no caminho de transformações do sujeito e do mundo.

O grupo surgiu no Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto em 1997, por meio de seu coordenador, Dr. Sergio Ishara, em parceria com Centro de Psicologia Aplicada da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, pela Prof.^a Carmen Lúcia Cardoso e Prof. Sônia Regina Loureiro (Silveira & Silveira, 2022). Os encontros do GCSM acontecem com frequência semanal, quinzenal ou mensal, de acordo com o espaço oferecido pela localidade e disponibilidade dos coordenadores, sendo aberto à comunidade.



O encontro é sempre coordenado por um profissional capacitado que cursou a formação de GCSM, seguindo um modelo pré-estabelecido, inicialmente com duração de 1 hora e meia e atualmente uma hora. Na abertura do encontro acontece um acolhimento inicial do(a) coordenador(a), iniciando com o Sarau, momento onde ocorre um relato particular através da exposição de algum material de cunho cultural, tais como músicas, vídeos, poemas, entre outros, isso com o propósito de introduzir a valorização de experiências a partir da utilização de produções literárias, artísticas e culturais no geral (Prado, 2022).

Subsequentemente, o encontro segue para a fase do Relato de Experiências, onde acontece a exposição verbal de eventos cotidianos, essa etapa é relevante pois abre espaço para uma fala livre na qual se pode obter diversas contribuições de indivíduos com suas respectivas idiossincrasias, promovendo processos de apropriação e aprendizagem. Por fim, ocorre a Etapa Reflexiva onde os participantes e o mediador(a) expõem a repercussão daquele encontro, priorizando uma reflexão sobre o conteúdo do evento como um todo (Prado, 2022).

Diante de vários fatos observados em nossa sociedade, é possível verificar que ora entra-se em um processo individualizante, o que pode estar associado ao crescente número de transtornos causados pelo isolamento, ora insere-se na grupalidade, buscando no coletivo novas formas de lidar com situações conflitantes que por vezes causam doenças. O elemento essencial para isso é sem dúvida a solidariedade, onde sentimentos de lealdade e mecanismos de mútua proteção estão presentes. Assim, busca-se de forma incansável esse sentimento nas relações grupais, que parecem hoje uma forma nova e mais tranquila de lidar com situações difíceis de serem resolvidas individualmente (Nunes et al., 2013, p.284).

857

Além disso, é importante reforçar não somente o papel relevante do coordenador enquanto introdutor e organizador da estrutura do encontro, mas também enquanto parte da dinâmica grupal em si, estando presente enquanto participante do grupo visto que sua colaboração é muito recomendada durante as etapas enquanto forma de estimular os presentes e enriquecer o encontro. Assim, ele não é um agente neutro, mas sim um membro do coletivo que vivencia genuinamente a proposta em seu cotidiano e imprime à forma de estar no grupo sua singularidade (Prado & Cardoso, 2020).

Porém, o papel do coordenador está presente também na necessidade de equilibrar a frequência de sua própria participação, buscando sempre estimular a troca de experiências de todos os integrantes. Assim, é facilitado o funcionamento grupal por meio de uma tentativa de instrumentalizar os membros, trazendo a possibilidade de se apropriarem de recursos para identificar, elaborar e compartilhar as experiências cotidianas, principalmente com um olhar humanizado das pessoas e suas falas (Prado & Cardoso, 2020).

O GCSM da mesma forma que os Grupos Operativos, teoria proposta pelo psiquiatra Pichon-Rivière, tem seus encontros estruturados a partir de tarefas, que são caracterizados nos três



momentos citados anteriormente: Sarau, Experiências e Reflexão. Assim, os participantes dos encontros vão aprendendo a compartilhar suas contribuições em cada momento. Para Pichon, quando se está aprendendo, embora não conscientemente, estamos abandonando formas estereotipadas de ver o mundo e a realidade (Osório, 2012).

Além dos três momentos, a tarefa principal dos encontros do GCSM consiste em oferecer um espaço de aprender a valorizar a vida por meio da atenção ao cotidiano e ao compartilhar suas experiências a pessoa se protagoniza e ao mesmo tempo pode afetar os demais participantes com seu olhar sobre a vida. Na sequência os aspectos teóricos sobre Grupos Operativos serão trabalhados a partir da tarefa do cuidado.

4 GRUPOS OPERATIVOS E A TAREFA DO CUIDADO

O GCSM foi originalmente inspirado na proposta dos Grupos Operativos (Minare & Cardoso, 2021) conceito desenvolvido por Pichon-Rivière, constitui uma estrutura grupal que tem a pretensão de promover a aprendizagem por meio de um objetivo em comum a ser realizado, em outras palavras, um grupo centrado em uma tarefa compartilhada por todos (Castanho, 2012).

Para Pichon-Rivière um grupo é maior que a soma de seus componentes, visto que o fenômeno grupal pode ser por si só uma unidade de análise, enquanto uma analogia ao imaginarmos um quadrado geralmente não o consideramos como uma figura que é uma mera junção de quatro retas, apesar dele ser constituído dessas retas ele é um elemento independente delas (Castanho, 2012).

858

Todo sujeito humano é um ser de necessidades, e poderíamos dizer que toda motivação e ação humanas acontecem na busca de satisfação de tais necessidades, que quando satisfeitas gerarão outras necessidades e assim sucessivamente. Nesta busca contínua, o Homem tende ao desenvolvimento através da aprendizagem, deparando-se com o novo. Abandonar e despedir-se do velho e entrar em contato com o novo desconhecido sempre acarreta vivência de ansiedade. Se tal ansiedade é intensa, torna-se paralisadora e configura-se a resistência à mudança. Mas, se por outro lado, a ansiedade é elaborada ou amenizada, temos um salto de desenvolvimento em relação à realização do projeto (Pereira, 2013, p.25).

Nesse sentido, essa aprendizagem fica evidente no GCSM por meio de um permanente movimento de estruturação, desestruturação e reestruturação de percepções vivenciais importantes para a promoção da saúde mental, buscando uma leitura crítica da realidade e colocando expectativas, sentimentos e relações no geral como fundamentais nesse processo, reafirmando também a relevância do papel do coordenador enquanto alguém que compreende os critérios técnicos para estimular essa dinâmica.

O coordenador nesse contexto é fundamental, ele tem o papel de ser o líder, que busca uma aproximação do campo individual com o campo grupal, ele evidencia que algo comunicado por uma



pessoa comunica algo sobre o grupo e seu funcionamento, trazendo uma síntese das experiências relatadas pelos participantes, promovendo reflexões sobre as temáticas pontuando aspectos importantes e oportunizando a aprendizagem enquanto um meio para atingir a melhora dos membros presentes.

Um fator importante de se destacar é sobre o conceito de tarefa, fora supracitado que um grupo focado em uma tarefa é um fator comum em todos os Grupos Operativos, e ela é entendida aqui como uma meta, um enfoque presente em todos os encontros que contextualiza sua função e movimenta seus membros para alcançarem um determinado objetivo, trazendo assim algo fundamental nesse contexto que é a noção de um propósito.

Nesse sentido, a tarefa do GCSM é reconhecer as experiências cotidianas significativas no percurso do amadurecimento da pessoa humana (Ishara & Cardoso, 2013). Porém, estar focalizado nessa tarefa não é meramente realizar o objetivo proposto durante o encontro, mas sim ela ser utilizada enquanto um meio para que seja trabalhado aspectos internos e vinculares entre os presentes no encontro.

Para uma realização adequada da tarefa Pichon-Rivière pressupõe enquanto sua visão de saúde uma ação humana onde há a integração entre o sentir, o pensar e o agir. No caso da não existência desta integração surge o que esse autor denomina “como se”, onde não existe uma real elaboração psíquica, onde as associações e sentimentos que surgem não possuem a mesma significação e legitimidade (Castanho, 2012).

Nesse sentido, o “fugir da tarefa” visando uma melhor elaboração psíquica é importante quando necessário, principalmente enquanto papel do coordenador. Se um dos enfoques do grupo operativo é justamente abrir a possibilidade de um trabalho menos alienado, o coordenador deve ajudar a desmontar formas rígidas que as pessoas estão acostumadas ou coagidas a trabalhar (Castanho, 2007).

No GCSM seu propósito de valorizar a vida por meio das experiências cotidianas e a compreensão de seus realizadores sobre a relevância de valorizar a pessoa humana em suas diversas interfaces oferece uma estratégia que não se limita de forma inflexível a sua tarefa proposta, mas compreende que somente existe uma tarefa se ocorre uma elaboração psíquica, e ela só pode ocorrer quando acontece uma integração entre o sentir, pensar e o agir dos membros presentes em um encontro e isso se faz possível quando se é exercido adequadamente o protagonismo.

5 PROTAGONISMO: UMA PERSPECTIVA FENOMENOLÓGICA

Observando o campo da saúde e sua relação com conceito de fenômeno, se a saúde é vista enquanto somente sintomas físicos em uma relação da busca rígida da causa do problema, então



se distancia do fenômeno, visto que esse aborda uma visão mais abrangente de saúde que considera a experiência do processo de saúde-doença de um determinado indivíduo, isso considerando as diversas nuances presentes nessa experiência, como fatores sociais, psicológicos, políticos, históricos, culturais e vivenciais no geral (Gomes et al., 2008).

O ser humano, transformado pelas interações no ambiente durante sua existência no mundo, não é estático, está em constante transformação e é um ser social (Lane, 1984). Esses fatores são importantes quando pensamos na valorização dos acontecimentos da vida e nos processos que circundam o protagonismo e sua força transformadora no grupo.

O protagonismo trará a um indivíduo a oportunidade para que seja possível simbolizar e se desenvolver a partir de experiências. Nesse sentido, o conceito de ente pode ser compreendido como tudo aquilo que pode ser percebido no mundo e focado pela nossa consciência, assim, o ser enquanto um indivíduo é sempre ser de um ente, dessa forma o homem é fundamentalmente um poder-ser, um projeto de algo que tem a responsabilidade de ser enquanto existente no mundo (Braga & Farinha, 2017).

Em outras palavras, o ente sendo esse movimento da consciência contribui para a constituição do indivíduo, trazendo outras possibilidades-de-ser. E essa possibilidade-de-ser, de questionar sua existência, de construir algo novo, de dar sentido às coisas, que aprendemos terminologicamente como Dasein, pode auxiliar a compreender esse indivíduo como um ente em movimento com a própria possibilidade desse mesmo indivíduo se experienciar como alguém (Santos, 2016).

Conforme explicita Gomes et al. (2008) “O interesse para a Fenomenologia não é o mundo, mas sim o modo como o conhecimento do mundo se realiza para cada pessoa”. O comportamento de dirigir o olhar para o ser pertence somente ao indivíduo capaz de atribuir significado, ou seja, ao ser existente reconhecer o ente e apreender seu fenômeno buscando o aprendizado. O ente humano é caracterizado fundamentalmente por possuir a compreensão de ser em sua consciência transcendental.

Sobre a consciência transcendental, segundo Branco & Cirino (2016) ao se basearem em Alles Bello, dizem que ela “1. Não existe em si mesma, nem está restrita a um organismo ou a objetos exteriores; 2. É correlata aos fenômenos e aquilo que é apreendido deles e doado para eles; 3. Vai em direção aos fenômenos e estes se mostram para ela pelos sentidos”.

Este indivíduo, portanto, dotado da capacidade de atribuir significações, se torna protagonista de sua existência na medida em que contempla e elabora suas perspectivas diante de suas motivações, isso ilustra as razões pela qual se pode usar do protagonismo, esse processo de constante construção do eu conjuntamente com nossa experiência com o mundo nos oferece margem para novas percepções, e essas podem ser alcançadas por meio desse mesmo protagonismo em constante relação com o grupo.



Daí a necessidade de exercer o protagonismo, ele é importante na ressignificação das experiências da existência, cria-se uma forma de pensamento nova sobre o ambiente. Não se escolhe viver, se vive em constância na medida que as experiências contribuem para a formação de novas percepções originárias de sentido pelo indivíduo. Originar-se aqui é proporcionar o “inérito” a algo, a alguém, a si mesmo, diante da possibilidade de focar a consciência nos fenômenos.

Relacionando com o GCSM, a alteração de nossas percepções se faz possível ao se considerar o ente, ou seja, o que se encontra no mundo que pode ser buscado pela consciência, e essa possibilidade de significar o mundo é correlata com a proposta do GCSM, uma vez que direcionar o olhar para as experiências cotidianas é perceber que elas não somente podem ser significadas de uma forma diferente, mas também reconhecer que elas fazem parte de nós enquanto ser no mundo, expondo a oportunidade de as valorizar enquanto significativas.

Além disso, no GCSM a originalidade presente nas contribuições dos participantes não se baseia somente nos parâmetros daquele momento presente durante o encontro, mas se tornam parte do sentimento de ressignificação ao psiquismo na medida em que o rompe em algum parâmetro e o conduz ao novo, isso surge em correlação com as experiências vivenciadas na coletividade, contribuindo para o encontrar de novas visões de si e do mundo.

Dessa forma, tomar consciência do próprio protagonismo e executá-lo ao focalizar nas significações linguísticas e imagéticas do mundo pode proporcionar um processo de adaptação, revelando a importância dessa dinâmica para a promoção da saúde mental e ilustrando como a estrutura que compõe o GCSM contribui para a execução desse objetivo por meio da relação direta com os significados das experiências particulares dos participantes e sua identidade grupal.

861

6 VALORIZAÇÃO À VIDA E A IDENTIDADE GRUPAL

Torna-se importante reafirmar o papel fundamental da valorização à vida apresentada nas experiências cotidianas compartilhadas no Grupo Comunitário de Saúde Mental (GCSM), esse propósito parte da ideia que no dia a dia não estamos habituados a apreciar os “pequenos fatos”, admirar algum acontecimento que facilmente não prezamos enquanto algo relevante frente às complexidades e responsabilidades diárias.

Destaca-se que o objeto essencial de trabalho do GCSM é a “experiência cotidiana”, compreendida não como uma sucessão de fatos ou ocorrências diárias, mas como uma apropriação do vivido, que se processa através do encontro da pessoa com a própria vida, em um processo de reconhecimento permanente de si mesmo frente ao existir humano (Pinheiro et al., 2019, p.122).



Além disso, a contextualização de cada protagonista presente no grupo em questão leva os participantes a perceberem na articulação de seus conceitos reformulações vívidas de quaisquer experiências que possuam impacto significativo, isto porque neste espaço não há a sobreposição de uma experiência sobre a outra, todos os participantes possuem a oportunidade de valorizar o passar de si mesmos no mundo.

É importante ressaltar que, o valorizar não parte de uma perspectiva ingenuamente otimista, eventos negativos e tragédias acontecem e valorizar elas enquanto experiência não é uma tarefa fácil, porém, buscar aprender com essas experiências nos ajuda a ter autonomia para lidar com elas (Rogers, 2017). Dessa forma, o valorizar a vida no grupo pode proporcionar a capacidade de usar da relação com o outro para o próprio desenvolvimento pessoal.

Desde o momento do seu nascimento, o indivíduo participa de diferentes grupos numa constante dialética entre a busca de sua identidade individual e a necessidade de uma identidade grupal e social. Assim como o mundo interior e o exterior são a continuidade um do outro, da mesma forma o individual e o social não existem separadamente, pelo contrário, eles se interpenetram, complementam e se confundem entre si (Nunes et al., 2013, p.286).

O mundo externo tem um papel fundamental para o indivíduo, quando nos inserimos em um grupo é exposto a oportunidade de haver esse reconhecimento, ou seja, por meio da dinâmica grupal se pode compreender como sua própria identidade também é construída pelo outro, e que abrir espaço para a promoção dessa relação é uma estratégia muito contributiva ao desenvolvimento humano.

862

Os protagonistas presentes no grupo são convidados a perceber diferentes aspectos de sua existência e entenderem como se relacionam com o meio, valorizando não somente a própria vida como indivíduo, mas a vida do outro como ser individual, igualmente sensível e digno de representar o valor da vida, contribuindo para a construção de sua identidade grupal.

Em consonância, ao tratarmos do mundo subjetivo fica mais evidente a relação dessa dinâmica com a saúde mental, o espaço grupal proporciona oportunidades para a elaboração de angústias, culpas e conflitos, assim como alegrias, prazeres e vivências no geral. É exposto uma perspectiva da saúde mental não somente enquanto uma questão psicológica, mas também uma questão social que deve interessar a todos comprometidos com a vida (Nunes et al., 2013).

Em síntese, dentro do grupo se existe a oportunidade para a aceitação das vivências do outro, de suas próprias vivências e de seu papel dentro do grupo, esse movimento contribui para o indivíduo abandonar defesas que empregou para enfrentar a vida e o move para uma construção psíquica mais saudável. Rogers (2017) relata que é somente ao apresentar a realidade genuína daquele ser, que a outra pessoa pode procurar a realidade em si com êxito.

Por fim, o valorizar à vida abre espaço para o trabalhar com a saúde mental, traz um enfoque na promoção da saúde por meio de uma perspectiva positiva da vida, de valorizar coisas



importantes, as pessoas, as atitudes, o encontrar beleza em coisas simples, o desenvolvimento do lado humano e o aprender a reconhecer que existem momentos que devem ser devidamente valorizados durante a vida.

7 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Grupo Comunitário de Saúde Mental (GCSM) oferece um espaço para a valorização da experiência cotidiana, buscando a promoção da saúde mental por meio da tarefa que leva ao compartilhamento de experiências. Nos Grupos Operativos, existe a necessidade de gerar novas possibilidades de compreensão e favorecer o movimento do grupo (Castanho, 2012). De forma similar, o GCSM também contempla a perspectiva da necessidade de uma relação grupal que movimenta seus membros, visto que isso é essencial para o processo de aprendizagem.

Exemplificando, podemos pensar em um encontro do GCSM, um indivíduo que está participando se vê pensativo durante a etapa Relato de Experiência, ao ouvir as falas entra em contradição com sua concepção enquanto sujeito referente a ideia de expor eventos cotidianos a um grupo, sendo isso algo que essa pessoa não comumente realizava e se sentia constrangido ao pensar na possibilidade de fazê-lo, encontrando aqui uma incompatibilidade de sua concepção particular e de seu papel dentro do grupo.

863

O sujeito pode escolher se expor, contrapondo sua visão original, ao fazer isso e ter sua experiência valorizada, visto que esse é o ambiente que o GCSM proporciona, essa pessoa pode aprender a pensar de uma forma diferente, compreende que em alguns contextos a ideia de se recusar a se expor pode estar o afastando de experiências que ele gostaria de vivenciar.

Dessa forma, o indivíduo pode reconhecer a importância de expor relatos de experiência uma vez que eles estariam estimulando a valorização à vida, ou seja, nesse exemplo hipotético o indivíduo pode aprender a valorizar por meio de sua experiência compartilhada no GCSM se mantendo em movimento, em outras palavras, não estático, causando implicações em seu bem-estar e contribuindo no seu papel enquanto membro do grupo.

Conforme elaborado por Fernandes et al.(2003): “A finalidade do grupo operativo é mobilizar estruturas estereotipadas, obstáculos à comunicação e à aprendizagem despertados pelo temor à mudança, provocando, conseqüentemente, maior flexibilidade de papéis e esclarecimentos que podem facilitar o aprender a pensar e a resolução da tarefa”. Assim, o compartilhar dentro dessa dinâmica se faz fundamental para que ocorra a aprendizagem que se encontra enquanto forma para realizar a tarefa de valorizar a vida por meio das experiências cotidianas.

Dessa forma, interiorizar o aspecto de fluidez do mundo presente, onde as certezas e as verdades são desconstruídas a partir das vivências do outro reafirma a funcionalidade dos GCSM, em seu ambiente de realização o grupo não se consolida em contraposição às significações que



são apresentadas naquele encontro, mas sim em função delas, trazendo suporte para o complexo processo do aprender.

O GCSM é um espaço para uma reciprocidade comunicativa, onde o grupo e seus membros são recebidos com acolhimento em uma relação de correspondência entre os participantes (Prado, 2022). Nesse sentido, o compartilhamento no grupo proporciona a oportunidade de não somente conhecer uma experiência específica do outro, mas também permite a oportunidade de tentar verdadeiramente compreender esse indivíduo, dando espaço para ser, buscando saber o que significa para aquela pessoa o que ela compartilha.

Como também, esse espaço para o conhecimento do outro permite a eles mesmos se modificarem, favorecendo um momento para assumirem suas próprias experiências e as ressignificarem, identificarem suas alegrias, temores, arrependimentos, amores e potencialidades. Esse é o papel do GCSM, proporcionar canais por meio dos quais as pessoas possam se comunicar e ter sua humanidade devidamente valorizada, é oportunizar que seus participantes se sintam vivos.

A vitalidade abarca a possibilidade de ousar – ousar fazer o gesto – e de transgredir o já estabelecido em nós mesmos. Um certo abandono à experiência, uma entrega ela será a consequência da maior capacidade de estar vivo. Decorrem dessa capacidade também o poder acreditar, o poder abrigar a esperança de que existem coisas boas e pessoas em condição de nos ajudar a viver a nossa vida de um modo melhor. Cria-se em nós a oportunidade de usufruir do que é novo, daquilo que é prazer com o novo, com o que é espontâneo e com as trocas (Boraks, 2008, p.121).

864

No GCSM é explícito a vivacidade encontrada no reconhecimento das próprias características humanas como plurais e com significações válidas. A possibilidade de ser valorizado em contato direto com a desconstrução dos “achismos” e preconceitos traz ao indivíduo a oportunidade de compreender e ressignificar as inferências que realiza a si mesmo, sincronizando sua visão de mundo com a realidade de forma coesa, permitindo manifestação de seus afetos fora do senso comum, em exercício de seu protagonismo no grupo.

Relacionando com o protagonismo, é cabível dizer que nesse contexto o protagonista sempre protagoniza em conjunto, em concordância de que as pessoas envolvidas nas experiências ressignificadas também se transformam no indivíduo que a ressignifica. Eventualmente viveremos questões que caberão a nós decidirmos, em nossa própria complexidade interna, o que fazer e como agir em determinadas situações, transformando-nos em protagonistas de nossa própria existência.

Neste ponto, ao colocar em evidência o protagonismo do indivíduo participante do GCSM, precisamos nos atentar ao modo de como esta pessoa significa o mundo, com um complexo processo de comunicação entre desenvolvimento e história de vida, cabendo ao indivíduo utilizar de sua autonomia para exercer seu protagonismo, podendo fazê-lo por meio de depoimentos.



Para a elaboração dos depoimentos, enfatiza-se que as comunicações sejam genuínas e centradas na experiência, buscando-se a integração de aspectos afetivos e cognitivos próprios da vivência humana. Recomenda-se evitar a teorização ou a tentativa de construir discursos de ajuda por meio de orientações e aconselhamentos. Utiliza-se como referência um convite para a atenção à própria experiência em seus aspectos mais simples, cotidianos e significativos, considera-se que a formação do vínculo, da intimidade e da coesão entre os participantes do grupo está associada à natureza da tarefa, na medida em que se propõe um exercício cotidiano de construção pessoal que permite a formação de uma identidade grupal e, nesse sentido, o reconhecimento do outro como um companheiro de percurso. (Ishara & Cardoso, 2013, pp. 33-34)

No Sarau, por exemplo, por meio da exposição de um conteúdo cultural se é compartilhado algo que causou transformações naquele indivíduo, que trouxe de alguma forma alguma significação relevante, é uma maneira de colocar sua marca no grupo, ramificando a possibilidade de expressão e identificação como produto e produtor do mundo. Aqui é um exercício ao protagonismo até mesmo pela própria reflexão acerca do que o indivíduo escolherá expor ao grupo, um olhar para si identificando o que realmente foi significativo e a assertividade de expor tal achado.

O sujeito contribui com um raciocínio onde novas perspectivas de vida se tornam integradas umas com as outras, ou seja, a partir das próprias experiências e visões de mundo é possível proporcionar conforto e abertura ao processo de ressignificação, tornando original uma nova perspectiva integrada a cada sujeito presente que, por vez, exerce o ato de elaborar e pensar na contribuição das próprias significações.

865

É interessante observar como, na maturidade do self, assim como foi necessário ao indivíduo realizar a sua inserção na vida social, será também fundamental que ele sinta que pode contribuir para a herança cultural da humanidade. Isso é realizado por meio dos filhos, da arte, da ciência, da religião, da história, da ação política. Aqui o que parece importar não é tanto a vida singular e pessoal, mas a vida do Homem, através das gerações (Safra, 2002, p.28).

A tarefa de valorizar o cotidiano não demanda um saber especializado, técnico, ou uma condição para a participação, o importante aqui é a vivência, o que permite que qualquer pessoa tenha seu espaço e consiga participar de forma significativa no grupo se usando de seu protagonismo para com suas experiências (Rocha & Cardoso, 2018). Em outras palavras, a expressão da cultura reafirma que tudo o que influenciou aquele indivíduo em sua vivência, independente de que tipo de material e como ele foi significado exatamente, tem seu devido valor.

Exemplificando através de uma situação hipotética, um sujeito presente em um encontro e no momento do Sarau outro participante compartilha um poema que considera significativo, esse participante é uma pessoa completamente diferente desse sujeito, sendo consideravelmente mais velho, tem atributos físicos muito diferentes e convive em ambientes diferentes, ilustrando a improbabilidade que a interação fosse acontecer em outro contexto.



Porém, apesar das evidentes diferenças o sujeito ao observar a exposição do poema se “conecta” com o conteúdo escrito, ele o remete a seu passado com uma pessoa importante de forma que o faz questionar sobre experiências anteriores e as valoriza como importantes para construção de si, dessa forma, exercendo seu protagonismo o sujeito refletiu sobre suas experiências retrospectivas e atribuiu a elas novos significados adaptativos, notou que algo tinha passado e ela não tinha percebido, um momento com alguém que fora mais importante do que parecia.

O caráter heterogêneo do grupo é extremamente significativo para que seu papel de promotor da saúde seja eficaz, pois oferece a possibilidade de se relacionar com diferentes culturas e histórias de vidas que contribuem para o aprendizado. Para estar no grupo necessita-se abster-se de papéis ou vínculos institucionais anteriores a ele, o enfoque são as experiências que todas pessoas possuem, essa abstenção permite novas posições diante da própria vida (Rocha & Cardoso, 2018).

Relacionado com a valorização à vida, a etapa do Relato de Experiências é relevante ao se abordar esse tema, onde o Grupo Comunitário de Saúde Mental fornece um enfoque ao compromisso social. Dessa forma, indo além de uma perspectiva fechada de um ponto de vista meramente individual e contribuindo com uma estratégia para a promoção da saúde (Nunes et al., 2013).

Aos participantes do grupo essa etapa é fundamental e constitui boa parte do tempo do encontro, o valorizar acontece por meio da elaboração interna de um relato particular e sua exposição ao grupo. Assim, favorecendo o amadurecimento pessoal e a construção compartilhada de uma rede de pessoas dedicadas ao cuidado consigo mesmo e com o outro (Pinheiro et al. 2019).

Destaca-se que, o valorizar transcende o espaço do encontro no GCSM, de certa forma o grupo continua quando ele acaba, visto que o aprender deve ir além daquele encontro específico e ser continuamente trabalhado na vida cotidiana da pessoa por meio de reflexões e aprendizados que foram proporcionados pelo momento grupal, instrumentalizar seus membros para realizar essas reflexões na vida cotidiana é um dos papéis do coordenador.

Com esta intervenção, o coordenador parece facilitar o funcionamento do grupo, apontando para uma diferença sutil entre “[...] contar coisas” [sic] e “[...] trocar experiências” [sic], que fundamenta o próprio trabalho do GCSM. Nessa direção, mais do que o relato de circunstâncias e problemáticas individuais, busca-se uma atitude de identificação, de contemplação e de compartilhamento de experiências cotidianas que possam adquirir algum valor no desenvolvimento e amadurecimento da pessoa, em uma perspectiva de cuidado à saúde mental (Prado & Cardoso, 2020, p.8).

O grupo possibilita a oportunidade de o sujeito narrar sua história de vida com base em sua concepção de mundo e percepção de si, cabendo aqui o enfoque na memória visto que é através dela que nós lidamos com o passado. Dessa forma, a memória nesse sentido não é meramente a



história e a vivência dos momentos em si, mas sim como nos relacionamos com esses momentos (Brancatti & Rinaldi, 2020).

E essa percepção, amparada nos pressupostos teóricos presentes na fenomenologia, se faz fundamental visto que justamente a maneira por meio da qual nos relacionamos com as coisas, incluindo nossas memórias, pode ser alterada através de um processo de aprendizagem movimentado pela estrutura grupal, considerando o indivíduo enquanto um ser capaz de atribuir novos significados a suas experiências e as valorizar.

Buscando trazer um exemplo, ao considerarmos o momento final do grupo, a Etapa Reflexiva, se é realizado uma síntese do encontro pelo coordenador, aberto um espaço para que os participantes coloquem suas significações, implicitamente evidenciado o enfoque daquele grupo e buscado garantir que as mensagens expostas tenham sido valorizadas, oferecendo suporte para que seus membros consigam aprender com aquelas experiências.

Podemos imaginar um sujeito que se atenta a fala do coordenador nesse momento, ao comentar sobre as expressões culturais e falas do encontro o sujeito consegue ver com mais clareza como aquele momento foi rico em experiências e significações, essa síntese ilustra para ele como os conteúdos se relacionam de certa forma e permeia uma temática que ele mesmo significou subjetivamente.

Continuando a suposição, o sujeito pode construir simbolicamente a ideia que o encontro se constituiu na temática de relacionamentos, após a finalização e devida despedida dos participantes, no dia posterior essa mesma pessoa pode se perceber pensativo sobre a etapa final do grupo, ele foi lembrado de como pessoas relataram suas experiências voltadas a seus relacionamentos e como eles impactaram suas vidas de forma significativa.

Então, por meio do uso de sua memória o sujeito recorda de um amigo que não conversava há um bom tempo e motivado pelo ouvir genuíno da experiência do outro entra em contato com esse amigo, onde por meio dessa conversa reataram uma amizade que havia “se perdido” no meio das obrigações e vivências diárias de cada um desses indivíduos.

No exemplo supracitado, o sujeito atribui um novo significado a suas memórias, colocando elas como sendo mais importantes e agradáveis do que inicialmente as classificava, motivando uma percepção saudável de valorizar a vida por meio seus relacionamentos, abrindo a oportunidade para visualizar como essas questões são relevantes e que devem ser apreciadas.

Em síntese, a estratégia do grupo não é somente o comunicar com o outro enquanto ferramenta para a promoção da saúde, pois esse transmitir vai além dos materiais culturais no Sarau, ou de Relatos de Experiências na etapa de mesmo nome, o compartilhar aqui envolve até mesmo as significações que foram construídas naquele ser subjetivamente durante sua participação no encontro e o que ele fará com isso depois.

O Grupo Comunitário de Saúde Mental permite observar como determinada pessoa pensa, age, quais foram suas escolhas, opções de vida e características no geral. Nesse sentido, se coloca



enquanto um método que mostra subjetividades, traz para as ciências as dimensões dos sentidos, dos sentimentos e das linguagens, questões que estavam mais presentes em crônicas artísticas e relatos literários (Brancatti & Rinaldi, 2020).

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Frente ao conteúdo teórico levantado neste artigo, observa-se que os conceitos que constituem o Grupo Comunitário de Saúde Mental ilustram como essa metodologia de intervenção possui fundamentação teórica que contextualiza sua forma de operação e esclarece seu papel enquanto promotor de saúde mental, principalmente ao se considerar como a relação grupal se faz presente e contribui nesse contexto.

Sua estrutura operativa visando a aprendizagem motivado pela tarefa proposta, o protagonismo que é necessário para a construção de novos significados dentro e fora do grupo e a valorização à vida ao atentar o olhar a experiência cotidiana com a relação grupal enquanto suporte nesse processo são fatores fundamentais que quando trabalhados de forma articulada podem ser muito contributivos a saúde.

Dessa forma, fica evidente a relevância dessa articulação teórica, visto que o impacto do GCSM na vida de um indivíduo pode ser muito significativo, o ter espaço para ser valorizado e valorizar o outro, o momento de ouvir sobre as experiências e aprender com elas, tudo isso mostra um lado humano que deve ser respeitado e apreciado.

Além de constituir uma forma de intervenção, ela pode ser realizada sem necessitar de muitos recursos materiais, podendo se desenvolver em diversos ambientes, como em Unidades Básicas de Saúde (UBS), Unidades de Saúde da Família (USF), Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), Hospital Dia e até mesmo de forma on-line. Dessa forma, funcionando enquanto uma metodologia acessível que possui critérios estruturais robustos para atuar na construção dos significados da existência humana.

Destaca-se que, essa pesquisa apesar de abranger diversas produções teóricas longe está de abarcar todo escopo referente às temáticas aqui apresentadas, assim como igualmente longe de esgotar conteúdos sobre como essa metodologia grupal pode funcionar enquanto forma de se trabalhar com saúde, contextualizando a necessidade de futuras produções para que esses fenômenos sejam mais investigados.

Por fim, os Grupos Comunitários de Saúde Mental acontecem por meio de tarefas: sarau, experiências e reflexão, que nos remetem à proposta dos Grupos Operativos, buscando instrumentalizar seus membros a exercerem seu protagonismo para valorizar à vida cotidiana, contribuindo para a promoção da saúde e na multiplicação de perspectivas proveitosas e



contributivas para uma vida mais saudável e significativa, proporcionando o (re)nascimento da pessoa humana no cotidiano.

8 REFERÊNCIAS

- Boraks, R. (2008). A capacidade de estar vivo. *Revista Brasileira de Psicanálise*, 42(1), 112-123. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0486-641X2008000100012&lng=pt&tlng=pt.
- Brancatti, P. R., & Rinaldi, R. P. (2020). A Fenomenologia e a História de Vida. *Educação e Filosofia*, 34(71), 489-507. <https://doi.org/10.14393/revedfil.v34n71a2020-55530>
- Castelo Branco, P. C., & Cirino, S. D.. (2016). Reflexões sobre a consciência na fenomenologia e na abordagem centrada na pessoa. *Gerais : Revista Interinstitucional de Psicologia*, 9(2), 241-258. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202016000200007&lng=pt&tlng=pt.
- Castanho, P. (2012). UMA INTRODUÇÃO AOS GRUPOS OPERATIVOS: Teoria E Técnica. *Vínculo - Revista do NESME*, 9(1), 47-60. <https://www.redalyc.org/pdf/1394/139428662007.pdf>
- Fernandes, W. J. (2003). Os diferentes objetivos do trabalho grupal. *Grupos e configurações vinculares*, 185-193. <https://www.omegalivraria.com.br/produtos/grupos-e-configuracoes-vinculares/>
- Gomes, A. M. A., Paiva, E. S., Valdés, M. T. M., Frota, M. A., & Albuquerque, C. M. (2008). Fenomenologia, humanização e promoção da saúde: uma proposta de articulação. *Saúde E Sociedade*, 17(1), 143–152. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902008000100013>
- Ishara, S., & Cardoso, C. L. (2013). Delineamento do grupo comunitário de saúde mental. Grupo Comunitário de Saúde Mental: Conceito, delineamento metodológico e estudos. Nova Enfim.
- Lane, S. T. M. (1984). A psicologia social e uma nova concepção do homem para a psicologia. *Psicologia social: o homem em movimento*, 13, 10-19. https://geisamoterani.files.wordpress.com/2014/05/o_homem_em_movimento_silvia_lane_wand_codo.pdf
- Lima, T. C. S. de ., & Mito, R. C. T. (2007). Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica. *Revista Katálysis*, 10(spe), 37–45. <https://doi.org/10.1590/S1414-49802007000300004>
- Minaré, N. F., & Cardoso, C. L. (2021). Grupo comunitário de saúde mental: relações estabelecidas por participantes regulares de longo prazo. *Vínculo - Revista do NESME*, 18(1), 80-89. <https://doi.org/10.32467/issn.19982-1492v18nesp.p388-406>
- Nunes, M., SCHROEDER, C., Oliveira, K,A., R., Theiss, S.. (2013). Autoestima e saúde mental: Relato de experiência de um projeto de extensão. *Psicologia Argumento*. 31(73). <https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/20487>
- Osório, L. C. (2012). Psicologia grupal: uma nova disciplina para o advento de uma era. In: *Psicologia grupal: uma nova disciplina para o advento de uma era*. p. 176-176. https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4919886/mod_resource/content/2/Osorio_p13-23_psican%C3%A1lise%20e%20grupos.pdf



- Pereira, T. T. S. O.. (2013). Pichon-Rivière, a dialética e os grupos operativos: implicações para pesquisa e intervenção. *Revista da SPAGESP*, 14(1), 21-29. Recuperado em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702013000100004&lng=pt&tlng=pt.
- Pinheiro, B. C., Ishara, S., & Cardoso, C. L. (2019). Grupo Comunitário de Saúde Mental: centralidade da pessoa humana no processo de formação profissional. *Revista De Medicina*, 98(2), 120-131. <https://doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v98i2p120-131>
- Prado, A. P. C., & Cardoso, C. L. (2020). COORDENAÇÃO GRUPAL EM UMA MODALIDADE DE CUIDADO: GRUPO COMUNITÁRIO DE SAÚDE MENTAL. *Psicologia Em Estudo*, 25, e42129. <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v25i0.42129>
- Prado, A. P. C. (2022). Compreensão fenomenológica de um programa de promoção de saúde mental: o grupo comunitário de saúde mental. [Tese de Doutorado, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto]. <https://doi.org/10.11606/T.59.2022.tde-15062022-071725>
- Rocha, R. M. G., & Cardoso, C. L.. (2017). A EXPERIÊNCIA FENOMENOLÓGICA E O TRABALHO EM GRUPO NA SAÚDE MENTAL. *Psicologia & Sociedade*, 29. <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2017v29i165053>
- Rogers, C. R. (2017). Tornar-se pessoa. WWF Martins Fontes.
- Safra, G. (2002). Memória e Subjetivação. Memorandum: Memória E História Em Psicologia, 2, 21–30. <https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/article/view/6822>
- Santos, A. M. C. (2016). A temática da facticidade em Heidegger. [Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade Federal Fluminense] <https://app.uff.br/riuff/bitstream/handle/1/6821/TCC-AMANDAcompleto-e-corrigido.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Silveira, L. B., & Silveira, C. A. B.. (2022). Grupo comunitário de saúde mental: um olhar dos discentes de Psicologia. *Vínculo*, 19(1), 106-119. <https://dx.doi.org/issn.19982-1492v19n1a11>