



GRUPO DE CONTATO: REVISITANDO OS VÍNCULOS PRIMÁRIOS

Isa Wanessa Rocha Lima

RESUMO

A análise bioenergética contemporânea, com foco relevante na questão do vínculo e dos déficits, traz a oportunidade de formular adequações ao modelo clássico do grupo de movimento para contemplar questões tão primárias, da ordem da esquizoidia, da melancolia e do *borderline*. O grupo de contato traz em seu cerne a iniciativa de trabalhar, mais suavemente, a problemática do contato consigo mesmo e com o outro.

Palavras-chave: Bioenergética. Corpo. Contato. Vínculo.

.....

Dos Grupos de movimento aos Grupos de Contato

É comum a utilização de classes de exercício ou grupos de movimento, denominação mais usada no Brasil, para a prática de grupos com uso de exercícios instituídos por abordagens reichianas e neo-reichianas, incluso a análise bioenergética, os quais visam trabalhar as tensões musculares e os canais de expressão. Tais exercícios também auxiliam seus frequentadores a usufruir de melhor qualidade de vida, mesmo que não associado a trabalho psicoterapêutico, atuando positivamente no re-estabelecimento da saúde, amenizando problemas, tais como pressão alta, insônia, enxaqueca e, mais recentemente, fibromialgia, dado o elevado índice de estresse cada vez mais presente no dia-a-dia, frente ao esforço para se adaptar às exigências insanas de nossa sociedade atual.

Há variações importantes do modelo original, nas quais foram acrescidos trabalhos específicos quanto aos anéis ou segmentos, proposta definida por Lucina Araújo (Recife/PE - Brasil), assim como adequações para objetivos específicos como, por exemplo, atender ao público da terceira idade, ou ainda, grupos definidos pelo ambiente de trabalho, como telefonistas, supervisores etc. Observamos que cada variação traz acréscimos de técnicas, extraídas de diversas abordagens psicocorporais, interessando-nos, em



LIMA, Isa Wanessa Rocha. Grupo de contato: revisitando os vínculos primários. ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

especial, a análise bioenergética, mantendo-se o objetivo central desta quanto ao trabalho focado no usufruto do movimento e expressão, aliado ao estabelecimento do *grounding*, constatando-se que ajuda significativamente, na composição do estado de saúde desejado e possível, conforme citado acima.

Entretanto, a própria análise bioenergética vem sofrendo influências que muito têm agregado à sua prática, como os preceitos e estudos da neuropsicologia, já demonstrados em pesquisas recentes, quanto à prática em clínica e às alterações verificadas nas configurações, em nível cerebral (FREITAS, 2005), reflexo constatado no corpo acerca de mudanças significativas na postura diante da vida do paciente e suas consequências no comportamento, re-significando suas relações afetivo-sexuais. Freitas ressalta a relevância do processo de consciência, a partir do processo psicoterapêutico, com seus efeitos benéficos à qualidade de vida de nossos pacientes. Outra influência bastante relevante que se verifica na análise bioenergética contemporânea é a winnicottiana, em sua preocupação com o vínculo, focando questões primárias, tais como o processo de separação e individuação, também ressaltadas por Melanie Klein e Margareth Mahler, entre outros psicanalistas que se debruçam sobre o tema. David Campbell e Bob Lewis devem ser citados ao se trazer importante revisão teórica e técnica que Guy Tonella tem proposto, viabilizando, de forma contundente, a releitura dos vínculos primários em nossa prática clínica, oferecendo possibilidades significativas para o *setting* terapêutico psicocorporal. É imperativo deixar claro que a proposta de Tonella não se restringe às contribuições de Bob Lewis e David Campbell.

Foi a partir deste novo olhar de Tonella que estruturamos uma proposta de trabalho para grupos, que se assemelha à proposta clássica da classe de exercícios, mas agrega outras técnicas, embora não caracterize um grupo psicoterapêutico. Denominamos de grupo de contato, por tratar da dificuldade de contato consigo mesmo e com os outros, por focar a integração entre os participantes do grupo, em princípio, o processo de confiança e o estabelecimento de vínculos. Nossa preocupação é estar suficientemente próxima ao grupo, de forma a permear um ambiente de *holding* que favoreça a



LIMA, Isa Wanessa Rocha. Grupo de contato: revisitando os vínculos primários. ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

expressão e depois a integração de conteúdos primários relacionados ao tema, mediante uma sequência de exercícios, dinâmica corporal e avaliação, seguida de esclarecimentos acerca da técnica utilizada, visando à compreensão para integração.

Metodologia

Os grupos de contato são montados com a participação de 12 (doze) adultos, no máximo, para que haja tempo suficiente para cada um se manifestar a respeito do que vivenciou em cada encontro, que dura cerca de uma hora e meia, ocorrendo uma vez por semana. Há, apenas, um condutor, com formação em psicologia clínica e análise bioenergética.

Realizamos entrevista individual de avaliação, antes do início do grupo, para checar condições de participação, pelo relato do interessado (história analítica) e pela leitura corporal; para situá-lo do objetivo e forma de trabalho do grupo, assim como situar o psicoterapeuta sobre as dificuldades e expectativas do interessado. Como a proposta não inclui psicoterapia, apesar de ser um trabalho que atua no processo de consciência, é preciso ficar claro para os participantes, a fim de evitar frustração e fomentar a ilusão de que, em curto espaço de tempo, obterá resultados para questões tão profundas. Imperativo esclarecer que este trabalho não é adequado para pessoas em situações de fragilidade, como depressão, transtorno de pânico, risco de suicídio, surto e outras de semelhante magnitude de dificuldade em estar no mundo.

Os trabalhos corporais são escolhidos previamente, com base no objetivo geral do grupo, nas entrevistas de avaliação e no acompanhamento da dinâmica dos participantes, a cada encontro. As dinâmicas utilizadas incluem sempre o corpo, mesmo que em parte ou de forma simbólica e há uma sequência prevista que permite, em parte, sofrer alterações, buscando contemplar os conteúdos manifestos no grupo.

Visando o objetivo do contato consigo mesmo e com o outro, focando a dificuldade de vincular-se, o grupo é fechado e tem tempo de existência



LIMA, Isa Wanessa Rocha. Grupo de contato: revisitando os vínculos primários. ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

definido, com duração de doze encontros, após o que é feita uma avaliação geral e seu fechamento. A proposta inicial compreendia de cinco a seis meses, com sessões quinzenais, mas a prática demonstrou que é muito tempo para desenvolver um trabalho que não propõe o aprofundamento característico de um processo psicoterapêutico, e os participantes requisitavam que as sessões fossem semanais, por sentirem falta do contato com os demais. O que ocorria é que alguns integrantes do grupo o abandonavam ou manifestavam necessidade de uma continuidade que incluísse o trabalho psicoterapêutico. A partir de pesquisa bibliográfica, localizamos uma proposta semelhante na formatação, que restringe a existência do grupo a doze sessões (GAMA, Maria Ercília R. e REGO, Ricardo A., 2002), desenvolvendo uma sequência em conformidade com o objetivo do trabalho, considerando inclusive esse tipo de grupo como uma preparação para um processo psicoterapêutico. Esses dados, somados a outros, obtidos em pesquisa de monografias sobre o tema (FUSCO, Cláudia e PORTELLA, Arlete Fontes, 2006), incluindo, nas publicações, a possibilidade de realizar grupos com públicos específicos, levaram-nos a definir a quantidade de sessões como doze e à satisfação de encontrar outros profissionais da área desenvolvendo trabalhos semelhantes.

Outro motivo do uso dessa sistemática de grupo fechado, com tempo certo de existir, é permitir a participação de novos integrantes nos próximos grupos, além da possibilidade dos mesmos participantes integrarem ou não os novos grupos. Na sistemática clássica, os grupos são abertos, em geral, podendo um novo interessado ingressar a qualquer momento, sem o estabelecimento de uma sequência nos trabalhos, porque o terapeuta que conduz o grupo de movimento que inclui uma proposta associada aos exercícios, trabalha em conformidade com a leitura que faz do grupo, naquele encontro, embora haja uma preocupação em trabalhar todos os segmentos. Em pesquisa informal, localizamos, também, uma proposta de grupo aberto, sem tempo para término, com encontros semanais de uma hora e meia, mas com trabalhos pré-definidos, de acordo, igualmente, com os objetivos propostos (VAZ, Ozeane, Recife/PE - Brasil).



LIMA, Isa Wanessa Rocha. Grupo de contato: revisitando os vínculos primários. ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

Esta é uma questão que vem oferecendo controvérsia, a de estabelecer as técnicas que serão utilizadas em cada sessão, partindo-se do pressuposto que o trabalho terapêutico psicocorporal deve seguir a necessidade do paciente, não só como plano geral do processo, mas a cada momento. No entanto, já ressaltamos que essa proposta não pretende ser classificada como processo psicoterapêutico e que, considerando o objetivo geral do grupo, podemos alterar a sequência de alguns trabalhos e insistimos, sem prejuízo para os participantes.

O local para a realização dos encontros é um salão, medindo aproximadamente 3X6m, refrigerado com ar condicionado. O material utilizado consiste em colchões, mantas, almofadas, pequenos cestos para lixo, caixa de lenços de papel, e outros materiais que possam subsidiar a realização das técnicas escolhidas.

Compreendendo a proposta

De forma geral, trabalhar a questão do vínculo em grupo, usufruindo dos exercícios estabelecidos na análise bioenergética e de outras técnicas que incluem o corpo, constitui nosso objetivo maior, visando auxiliar mais pessoas em menos tempo, com custo reduzido e sem a obrigatoriedade de enfrentar o processo psicoterapêutico propriamente dito. É preciso considerar que há pessoas que apresentam muita dificuldade em admitir que necessitam de ajuda para lidar com o seu dia-a-dia e, o fato de participarem de um grupo que não é psicoterapêutico, embora subsidie o processo de suportamento, ajuda-as de forma confortável.

A proposta surgiu da idéia de trabalhar alguns pacientes que apresentavam dificuldade significativa em formar vínculos, trazendo o estar em grupos como algo ameaçador, embora desejassem poder fazê-lo. Em junho de 2005, formatamos um grupo homogêneo com poucos participantes, de forma a ser o menos ameaçador possível, visando a que os integrantes se sentissem próximos a sua zona de conforto. O grupo estava ciente da proposta, inclusive da idéia de reunir pessoas com dificuldades semelhantes. Nossa expectativa



LIMA, Isa Wanessa Rocha. Grupo de contato: revisitando os vínculos primários. ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN - 978-85-87691-18-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

era de que tais pacientes evoluíram mais rápida e efetivamente em seus processos psicoterapêuticos. Ocorre que, ao poderem compartilhar com outras pessoas, descobriram que existem outros que se sentem assim, o que lhes trouxe a sensação de que não estão sós no mundo, de que não é loucura sentir dificuldade em se relacionar e, sim, algo tangível, passível de melhorar. Tal sensação não é inédita, sendo comum em grupos. A diferença está na proposta, que dá suporte, mas não é psicoterapia, propiciando a possibilidade de falar a respeito de como o paciente se sente, ao final de cada trabalho, com a clareza da ética definida no contrato, para que se respeite a privacidade de cada um do grupo e, ainda, poder ser auxiliado nesta elaboração pelo psicólogo que conduz o grupo.

Dentre as reações de grupo apontadas por Áurea Castilho (2002), há a ressonância, compreendida por ela como o chamar a atenção para a conveniência de se estimular verbalização dos participantes após a vivência, trazendo a possibilidade de localizar algum ponto em comum com sua história, dando-lhe sentido afinal. É precisamente essa a nossa intenção, ao promover o espaço para a fala, possibilitando a avaliação das sensações e sentimentos suscitados após o trabalho, com direito à pontuação do condutor do grupo. O fato de não ser obrigatório falar, mas havendo o compromisso em comparecer ao grupo e o comprometimento em participar, propiciou uma sensação de liberdade e de respeito por suas decisões em falar ou não, podendo escolher se mostrar ao outro ou não, o que começou a fazer diferença, porque é exercitar expressar-se sem temer represália do outro, respeitando seus limites e do outro, que Castilho traz como permissividade. Esse é outro ponto de controvérsia, apontado em trabalhos em grupo que não se proponham ser psicoterapêuticos, e a crítica vem no sentido de se definir se é ou não psicoterapia. Em nossa vivência pessoal, ao participar de tais grupos de movimento, percebíamos o quão desolados ficavam alguns participantes em seu desamparo, por terem contatado com questões tão profundas e não poderem receber um pouco de suporte, porque os conteúdos aflorados seriam tratados nas sessões de psicoterapia, exceções feitas a alguns casos. Não estamos trazendo crítica aos profissionais que conduzem grupos dessa forma,



mas antes à sistemática, que merece ser questionada. A prática, com lugar para a ressonância, nos termos de Castilho, tem mostrado ser assertiva tal inclusão.

Tornamos a citar Castilho, por contribuir com mais uma possibilidade de compreensão da dinâmica do grupo de contato, ao ressaltar os fenômenos de fragmentação e saturação, comuns aos grupos abertos ou de vida longa e, em contrapartida, com muito menos probabilidade de ocorrer em grupos fechados e com curta duração, os quais tendem a apresentar mais coesão, afetividade e integração, o que vai ao encontro de nossa proposta. Com tal clima, pode-se tratar das possibilidades e impossibilidades do corpo, em sua expressão - ou da falta desta – podendo verificar, muitas vezes, a projeção do desejo versus a realidade do corpo, para nos ancorarmos em Dolto (A imagem inconsciente do corpo, 1984).

Há que se ressaltar, ainda, que os trabalhos no grupo de contato não pretendem induzir à catarse, embora esta possa vir a ocorrer, trabalhando-se de forma menos agressiva, mais sutil que a análise bioenergética clássica. Há um direcionamento para trabalhos individuais e em dupla, para suscitar o contato consigo mesmo e com o outro. O grupo de contato é uma proposta intermediária entre os grupos de movimento e o processo de psicoterapia e, de fato, o que vem ocorrendo é que, com a diversificação do público a ser atendido neste tipo de grupo, cerca de 60% dos componentes se sentem mobilizados a iniciar seu processo psicoterapêutico. Apesar de que a proposta inicial tenha sido atender demandas específicas de alguns pacientes, a partir da procura por pessoas da convivência desses pacientes, que demonstraram interesse em participar de grupo nesses termos, procuramos redefinir a proposta. Sendo assim, ampliou-se a possibilidade de participação para não-pacientes, embora o cerne do trabalho tenha permanecido: foco nos vínculos. Devemos lembrar que a proposta de grupo de contato inclui a realização de entrevista pelos motivos já expostos anteriormente. No caso deste primeiro grupo, a participação foi discutida em sessão, por se tratar de pacientes em processo psicoterapêutico, e a confiança no vínculo já estabelecido com o psicoterapeuta foi um fator relevante na decisão em participar. A partir do



segundo grupo, misto, passamos a realizar entrevista de avaliação, justo por não termos tido contato profissional com os pretendentes.

A denominação como grupo de contato foi estabelecida, considerando-se que o objetivo é tratar da dificuldade em se relacionar. Mas, apenas, a partir do contato com Guy Tonella é que ficou claro que o trabalho mais significativo a ser realizado é tratar dos vínculos primários, o que inclui questões tão delicadas, como o processo de separação-individuação, o estabelecimento da confiança na relação e de imagem do corpo versus esquema corporal. Estabelecido o foco, ao aplicar técnicas que trouxessem a possibilidade de viver tais dilemas no corpo, sozinho e com o outro, alternadamente, o discurso, ao final de cada encontro – na acepção da palavra – transparecia recortes da ambiência presente no tempo em que a mãe exercia a função de ego-auxiliar; ou, precisamente, a falta disso tudo, misturado às vivências atuais, trazendo à superfície sensações de confusão, de enjôo, de sentimentos incongruentes que, aos poucos, se imiscuíam no processo de consciência do si mesmo e do outro e de quem é esse outro, fazendo distinção entre aquele que me atormenta e aquele com o qual convivo hoje. Não é fácil assim, como está posto e nem sempre ocorre com tal clareza. Entretanto, quando ocorre com tal riqueza, é fascinante, e tal fascínio, é comungado entre os participantes, de forma a impulsioná-los a adentrar na aventura de um processo psicoterapêutico. As imagens, às vezes, tão somente sensações e depois lembranças de faltas, de perdas, de abusos, emergem à consciência, de forma muitas vezes abrupta, causando certo susto.

O trabalho sobre os déficits, buscando “construir um si mesmo e vínculos seguros”, trazido por Tonella na formação internacional de analistas bioenergéticos, veio estabelecer um marco na compreensão da proposta do grupo de contato, desvelando seu real sentido e propiciando novas oportunidades de trabalho de grupo, inclusive com públicos diferentes: pacientes, não-pacientes, casais e estudantes de psicologia.

O cerne desta proposta é, portanto, usufruir da prática tradicional da análise bioenergética, favorecendo intensidade e amplitude de movimento e da expressão motora e emocional, através dos exercícios praticados nos grupos



LIMA, Isa Wanessa Rocha. Grupo de contato: revisitando os vínculos primários. ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

de movimento para a saúde, introduzindo vivências associadas a trabalhos sutis que envolvem o se relacionar, presentes na análise bioenergética contemporânea, considerando, ainda, a necessidade de reinicializar os padrões, devido aos traumas sofridos, também presente na contemporaneidade (vide BERCELI, David). Aliar as três vertentes da análise bioenergética na configuração apresentada, fez do grupo de contato este *intermezzo* entre os grupos de movimento e os grupos de psicoterapia, cujo analogismo emprestamos da música.

.....

REFERENCIAS

BERCELI, David. **Exercícios para Libertação do Trauma:** Um revolucionário novo método para a recuperação de stress e trauma. U.S.A. Apresentação em power-point, 2005

BERLINCK, Manoel Tosta. **Saber clínico e teórico.** Editorial in Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental, São Paulo, Associação Universitária de Pesquisa em Psicopatologia Fundamental, v. 12, n.2, 2009

CASTILHO, Áurea. **A Dinâmica do Trabalho de Grupo.** 3ª. Edição. Rio de Janeiro, Qualitymark, 2002

DOLTO, Françoise. **A imagem inconsciente do corpo.** São Paulo, Editora Perspectiva, 1984

FREITAS, José Osmar. **Terapia Bioenergética mudança e consciência.** Recife, Edições BAGAÇO, 2005

FUSCO, Cláudia. **Grupo de Movimento** – uma promoção de bem-estar para a terceira idade. Monografia: Americana, SP, 2006

HOFFMANN, Richard & GUDAT, Dr. Ulrich. **Bioenergética Liberar a energia vital.** Porto Alegre, Editora KUARUP, 1977

LOWEN, Alexander e LOWEN, Leslie. **Exercícios de Bioenergética.** 6ª. Edição. São Paulo. Editora Agora, 1977

MAHLER, Margaret. **O processo de separação-indivuação.** Porto Alegre, Editora Artes Médicas, 1982



LIMA, Isa Wanessa Rocha. Grupo de contato: revisitando os vínculos primários. ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

PORTELLA, Arlete Fontes. **Condução de Grupos de Desenvolvimento Pessoal e Profissional** – uma aproximação entre as abordagens bioenergética e psicodramática. Monografia. Americana, SP, 2002

RIELLI da GAMA, Maria Ercília e REGO, Ricardo A. Grupos de Movimento. **Cadernos Reichianos**, nº. 1. São Paulo, Instituto Sedes Sapientiae, 1994

SEGAL, Hanna. **Introdução à obra de Melanie Klein**. Rio de Janeiro, Imago Editora Ltda, 1975

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Práticas da Psicologia Corporal Aplicadas em Grupo**. Curitiba, Centro Reichiano, 2001

WINNICOTT, D. W. **O ambiente e os processos de maturação**. 3ª Edição. Porto Alegre, Artes Médicas, 1990

YOZO, Ronaldo Yudi K. **100 Jogos para grupos**. 13ª Edição. São Paulo, Editora Agora, 1996

.....

AUTORA

Isa Wanessa Rocha Lima/PE – Psicóloga (CRP-022426), especialista em Psicologia Clínica pela Universidade Católica de Pernambuco/Brasil e Libertas Clínica Escola – PE/Brasil; CBT pelo IIBA – International Institute for Bioenergetic Analysis e pela Sociedade de Análise Bioenergética do Nordeste Brasileiro.

E-mail: pulsaoclinica@oi.com.br

