

Delineamento do Grupo Comunitário de Saúde Mental

Sergio Ishara
Carmen Lúcia Cardoso

INTRODUÇÃO

Este capítulo apresenta o Grupo Comunitário de Saúde Mental, por meio de breve descrição de aspectos históricos, caracterização da atividade, objetivos e aspectos fundamentais do método que configuram essa modalidade de intervenção.

A atividade se constitui a partir da proposta de continuado exercício pessoal, direcionado a perceber e refletir acerca das próprias experiências, de forma articulada a um trabalho grupal. Assim, apresenta a perspectiva de aprofundamento do contato da pessoa consigo mesma, com os outros e com os acontecimentos, em meio a um processo de construção pessoal e grupal.

Valoriza-se a atitude de compromisso com a experiência cotidiana, buscando identificar, compreender, comunicar e elaborar as vivências consideradas relevantes em um horizonte de 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. Dessa forma, o Grupo Comunitário busca promover a saúde mental, bem como contribuir com os processos terapêuticos que ocorrem no âmbito do tratamento psicológico e psiquiátrico, de modo a diversificar e complementar os programas existentes.

JUSTIFICATIVA

O mundo contemporâneo consolidou uma sociedade competitiva, com marcada desvalorização do ser humano e fragilidade nos relaciona-

mentos interpessoais. A pessoa tende a ser considerada de forma reduzida, na qual se ignora um amplo horizonte de aspirações, necessidades e potencialidades próprias da natureza humana. Dessa forma, com frequência, surge um sujeito determinado pela sobrecarga de afazeres, direcionado à resolução de problemas emergentes e apresentando contato superficial com a própria subjetividade e a dos outros.

De acordo com Guardini (2000, citado por Brandão, 2006), o homem moderno encontra-se em situação existencial de desamparo e anonimato, o que gera a insegurança em relação a si e ao mundo. A pessoa desacredita de sua originalidade e responsabilidade na relação com o mundo, tendendo à passividade e à consequente normatização de seu comportamento. Surge um homem individualista, capaz de estar diante dos fatos sem percebê-los e que busca refúgio em tentativas de satisfações autônomas e controladas.

Essa problemática se reflete e se acentua na fragilidade de estruturas de apoio social, restringindo as possibilidades de interação e desenvolvimento de vínculos, em meio à desconfiança sobre o outro e a crença na autossuficiência, configurando rotinas de vida solitária, entremeadas com precárias relações interpessoais.

Dessa forma, pode-se perceber que a sociedade contemporânea apresenta pessoas com marcada dificuldade para reconhecer aspectos próprios do humano e que lhe conferem valor, ao mesmo tempo em que se constata o crescimento de diversas formas de sofrimento psíquico e desarticulação comunitária. Nesse âmbito, Massimi (2012), ao discutir a questão da cultura na atribuição de significados à vida pessoal e psíquica, aponta a necessidade de que sejam oferecidas alternativas às práticas de homogeneização das pessoas, destacando a urgência de educação que preserve e afirme os diversos sujeitos presentes na sociedade, em sua história e possibilidades de construção criativa e culturalmente expressiva.

Tais considerações, acerca do homem moderno inserido em uma sociedade capitalista, ganham maior impacto quando se trata da questão do sofrimento psíquico. Desse modo, na área da saúde mental observam-se múltiplos e complexos desafios, destacando-se a necessidade de modificação da representação social da doença mental, intervenção em processos de segregação da pessoa em sofrimento psíquico, revisão dos modelos tradicionais de assistência e desenvolvimento de novos e melhores programas de atendimento, que incluam formas de cuidado na comunidade.

O processo de transformação no campo da saúde mental brasileira vem proporcionando o questionamento de práticas asilares e o surgimento de novos paradigmas. Esse processo adquire particular relevância tendo em vista o histórico preconceito, estigmatização e segregação em relação à pessoa com diagnóstico psiquiátrico.

De acordo com o relatório da IV Conferência Nacional de Saúde Mental (Brasil, 2010), a consolidação do processo da Reforma Psiquiátrica requer a promoção de relações entre os profissionais, os usuários e os familiares, pautadas no acolhimento e no vínculo. Esse documento recomenda a adoção de um modelo de saúde que promova a participação ativa de todos na construção de projetos terapêuticos comunitários, envolvendo os usuários em uma perspectiva de protagonismo social.

O enfoque do referido relatório coloca em evidência os princípios éticos que orientam o Sistema Único de Saúde, a saber: a universalidade, a equidade e a integralidade da assistência. Ressalta-se que tais princípios possibilitam caminhar em direção à construção de concepções e formas de organização de serviços pautadas pela lógica pública e ações de saúde articuladas pela perspectiva do cuidado, da integralidade e da diminuição das desigualdades sociais (Carneiro Junior, Andrade, Luppi & Silveira, 2006; Mattos, 2001).

Apesar dos avanços na área da saúde mental, observa-se que muito ainda pode ser feito na direção de alicerçar a prática clínica, para além da prescrição de psicofármacos e manejo de sintomas. A mudança do modelo asilar precisa estar acompanhada do desenvolvimento de formas de cuidado que valorizem a inclusão, a cidadania e o papel das intervenções sociais na promoção da reconstrução psíquica, bem como na integração familiar e comunitária (Brusamarello et al., 2011). Nesse percurso, destaca-se o potencial das comunidades que podem promover o desenvolvimento da pessoa, a partir de relações onde o que predomina é a solidariedade e abertura de uns para com os outros, proporcionando a formação de vínculo e o sentimento de pertença a um grupo (Silva & Cardoso, 2013).

Nesse sentido, o desenvolvimento do processo de reforma da assistência psiquiátrica implica na formulação de instrumentos terapêuticos eficazes e adequados aos novos paradigmas propostos pelo modelo de atenção psicossocial. Torna-se pertinente a configuração de programas que favoreçam uma revisão de representações equivocadas sobre a doença mental, considerem as relações intrapsíquicas, sociais e culturais que

interagem nos processos de adoecimento e cura, de modo a se contrapor à expectativa de tratamento desvinculada do envolvimento pessoal e comunitário e dissociada do contexto de vida cotidiana.

Para tal, faz-se necessário cuidar também da formação dos profissionais que irão atuar na área, considera-se que os mesmos necessitam de espaços que favoreçam o cuidado com a própria saúde mental, o compartilhamento de experiências e a aprendizagem. Trabalhadores responsáveis pelo cuidado, frequentemente revelam a carência de oportunidades para o acolhimento das próprias necessidades, que incluem o desenvolvimento pessoal e o aprimoramento profissional.

Buscam-se práticas de ensino que abarquem as dimensões da pessoa e estejam conectadas com a realidade comunitária e social. Nesse sentido, Covian (1978, citado por Pizella & Massimi, 2007), aponta o problema da formação limitada a aspectos teóricos, que converte o estudante em um receptáculo de informações e não auxilia o aluno na busca de sua formação humana. O autor afirma ainda que o papel da universidade consiste em tornar o estudante sensível aos problemas de toda ordem e capaz de interação crítica com a sociedade.

A consideração dos diversos aspectos envolvidos no processo do cuidado, permite apreender um conjunto extenso e complexo de necessidades, que precisa ser apreciado no desenvolvimento de programas visando a ampliação e a diversificação das intervenções no âmbito da saúde mental. Assim, justificam-se esforços para a configuração de instrumentos de cuidado que possibilitem melhorar o acesso e a efetividade das intervenções, tanto no âmbito terapêutico como no campo da promoção de saúde.

Nesse panorama, apresenta-se a proposta do Grupo Comunitário de Saúde Mental, visando oferecer contribuição aos programas de atenção à saúde mental existentes.

ASPECTOS HISTÓRICOS

O Grupo Comunitário de Saúde Mental ocorre desde 1997, no Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (HC-FMRP-USP), sob a coordenação do Dr. Sergio Ishara, em parceria com o Centro de Psicologia Aplicada da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto - USP, por meio da Prof.^a Carmen Lúcia Cardoso. A partir de 2009, o programa conta com a participação de bolsistas do Programa Aprender com Cultura e Extensão

(USP), sob a supervisão da Prof.^a Sonia Regina Loureiro. Desde o início, participam da atividade usuários de serviços de saúde mental, familiares, profissionais e estudantes em diálogo aberto com a comunidade.

Os primeiros grupos ocorreram no Hospital Dia do HC-FMRP-USP, inicialmente associados a um programa psicoeducativo que valorizava o acesso a informações relevantes para a saúde mental. Um exemplo desse trabalho foi um encontro no qual profissionais falaram sobre o *transtorno bipolar* e, em outra parte do evento, foi composta por uma mesa-redonda, com usuários do serviço, relatando aprendizagens e reflexões, após várias tentativas de suicídio, a partir de uma questão disparadora: "Por que uma pessoa quer viver, mesmo tendo muitos problemas na vida?".

A exposição pública dos depoimentos apresentava a possibilidade de comunicar experiências adquiridas a partir de vivências cotidianas, bem como aquelas advindas dos processos terapêuticos. Dessa forma, havia o interesse de valorizar as experiências e as aprendizagens pessoais, assim como mostrar os resultados das intervenções psicossociais e psicoterapêuticas. Compreendia-se que esse contexto seria também uma maneira de contribuir para o processo de avaliação dos serviços, na medida em que o compartilhamento público tornava visível aspectos do percurso terapêutico.

As discussões clínicas, sobre esses encontros, permitiram identificar considerável capacidade de mútua ajuda entre os participantes do grupo e a potencialidade de instituir o compartilhamento de experiências e aprendizagens junto à comunidade. Desse modo, os relatos foram valorizados e utilizados como forma de ajuda à comunidade, ao mesmo tempo em que a comunicação pública das experiências proporcionava o aprofundamento e a apropriação das vivências por parte de quem realizava o depoimento. A atividade permitia aos participantes uma interação social, a partir de um lugar de potência, enquanto protagonistas da ajuda a outras pessoas.

Assim, com o desenvolvimento do projeto, a proposta foi reformulada a partir da valorização crescente do conhecimento advindo da experiência cotidiana e da ampliação e diversificação dos participantes. Observou-se que a exposição de experiências facilitava a comunicação e a empatia, potencializando as trocas interpessoais e as possibilidades de aprendizagem. Os relatos possuíam a força afetiva inerente à vivência pessoal, diferenciando-se das orientações técnicas formais.

A realização dos grupos foi configurando uma rede comunitária de ajuda, favorecedora do desenvolvimento da pessoa humana, a partir de um exercício estável de atenção, apropriação e comunicação de experiências cotidianas, consideradas relevantes para a saúde mental. Nesse enquadre, qualquer pessoa poderia se tornar protagonista do processo de ajuda.

No contexto de aprimoramento da atividade, os temas abordados foram ampliados para além de aspectos clínicos e terapêuticos. Dessa forma, a proposta foi se consolidando em um enquadre mais abrangente, integrando aspectos psicossociais e veiculando expressões do contato com a arte e a cultura.

Ao longo de mais de quinze anos, a atuação clínica seguiu de forma articulada a um trabalho sistemático de desenvolvimento da metodologia utilizada, buscando o refinamento de objetivos, a elaboração de procedimentos técnicos e a fundamentação teórica. Nesse percurso, foram essenciais as contribuições oferecidas por participantes, no âmbito da assistência, ensino e pesquisa. A construção de cada grupo, bem como o desenvolvimento do modelo, constitui-se em um desafio permanentemente sustentado pela cooperação direta e indireta de muitos colaboradores.

CARACTERIZAÇÃO DA ATIVIDADE

A proposta se caracteriza pelo desenvolvimento de uma atitude de atenção e empenho com a vida. Busca-se favorecer o encontro que cada pessoa pode realizar consigo mesma, com os outros e com a realidade.

O eixo central do trabalho consiste em um exercício continuado de elaboração dos acontecimentos cotidianos, destacando-se o papel da experiência como um elemento constitutivo na construção da saúde mental e do amadurecimento humano. Os grupos operam a partir do compartilhamento de relatos, em meio à perspectiva de apropriação das vivências. O trabalho do grupo pode ser descrito como ajuda para a identificação e a valorização de um percurso humano, a partir das circunstâncias vivenciadas. Esse caminho humano consiste no acolhimento da realidade, sob a perspectiva de interação construtiva, de maneira que se possa experimentar a transformação de si e da vida.

Estrutura

Os grupos se estruturam a partir da apresentação de um eixo temático que busca facilitar a compreensão da tarefa e promover fo-

cos de aprofundamento do trabalho. Busca-se favorecer a revisão de sentidos e significados atribuídos aos acontecimentos cotidianos, de forma aliada a um exercício de desenvolvimento de critérios que favoreçam a análise e apropriação das experiências. Almeja-se que o processo de elaboração das vivências ocorra durante o grupo, bem como entre os encontros, consolidando-se como uma atitude permanente de atenção e reflexão.

Os coordenadores da atividade e os participantes do grupo são estimulados a agirem ativamente na direção dos objetivos propostos, valorizando-se a perspectiva de protagonismo ante a construção cotidiana da própria pessoa, do outro e do grupo, por meio do comprometimento com as próprias experiências e por uma atitude de disponibilidade para compartilhá-las.

Os grupos são realizados em rodas de conversa e as reuniões duram aproximadamente uma hora e 30 minutos. Um coordenador ou mais coordenadores têm a função de abrir os trabalhos do grupo, localizando os participantes em relação à tarefa grupal e organizando as demais etapas propostas. A estruturação do encontro está dividida em três etapas: sarau, relato das experiências e elaboração do trabalho grupal. Dessa forma, cada grupo é planejado como único, apresentando certa autonomia em relação aos encontros anteriores.

Na abertura da atividade, o coordenador realiza o acolhimento dos participantes e a apresentação da tarefa grupal. Essa etapa contempla como possibilidades: recepção de novos integrantes, apresentação de objetivos e esclarecimentos, que visam facilitar a realização da tarefa.

No momento do Sarau, os participantes relatam vivências a partir do contato com músicas, textos, filmes, imagens, programas de televisão ou produções da internet, entre outros. O "Canto Comunitário" é uma alternativa ao momento do Sarau e consiste em um exercício de canto realizado em grupo.

A etapa do Sarau visa promover afeição ao conhecimento e à beleza, estimulando a busca e a valorização das experiências realizadas no sentido de apropriação de produções literárias, jornalísticas, artísticas e culturais. Compreende-se que a arte e a produção cultural veiculam uma comunicação inter-humana, que pode favorecer o desenvolvimento da pessoa, na medida em que facilita a percepção, tanto da própria humanidade, como da humanidade do outro.

Na fase seguinte, os participantes compartilham depoimentos rela-

tivos às suas experiências pessoais, norteados pela perspectiva de aproveitamento dos acontecimentos cotidianos. Essa etapa permite a valorização das vivências e busca favorecer processos de elaboração, apropriação e aprendizagem.

Na etapa final, os participantes falam sobre a repercussão pessoal da participação no grupo, constituindo-se em um momento de reflexão sobre o impacto do que foi compartilhado e considerações sobre o processo grupal.

Complementando as atividades desenvolvidas nos grupos regulares, realiza-se o Encontro Anual dos Grupos Comunitários de Saúde Mental, visando aprofundar e ampliar o alcance do programa. O evento permite a integração entre os participantes dos grupos ocorridos em diversos locais ao longo do ano, oferecendo oportunidade de diálogo com as pessoas convidadas e com a comunidade em geral. A atividade configura-se como um grande grupo e promove a valorização dos integrantes e dos relatos, bem como favorece novas trocas e descobertas. Ocorre próximo ao final do ano e tem duração aproximada de quatro horas.

Participantes

A atividade é aberta a qualquer pessoa interessada. O ponto de partida para integrar o grupo consiste na disponibilidade para um trabalho cotidiano de atenção e empenho com as próprias vivências, aliado a um exercício de compartilhamento e elaboração no ambiente grupal. Dessa forma, pressupõe-se uma atitude de abertura para o encontro consigo mesmo e com os outros, que permite a reflexão e a troca de experiências.

Nesse sentido, os grupos apresentam uma perspectiva de interação horizontal entre os participantes, permitindo romper a representação estereotipada da pessoa em sofrimento mental, como aquela pessoa que, exclusivamente, precisa de ajuda, evidenciando as suas possibilidades de oferecer ajuda, ao mesmo tempo em que permite a revisão da idealização de pessoas consideradas 'saudáveis', mostrando aspectos de sua vida cotidiana na construção da própria saúde mental.

OBJETIVOS

Os principais objetivos que norteiam o Grupo Comunitário de Saúde Mental serão descritos a seguir.

Objetivos Gerais

No âmbito individual:

- Promover um exercício pessoal continuado de atenção e reflexão sobre a vida cotidiana, de forma articulada ao trabalho grupal, visando o desenvolvimento da saúde mental e o amadurecimento pessoal.

No âmbito coletivo:

- Oferecer uma modalidade de cuidado à saúde mental, com acesso aberto à comunidade, considerando a perspectiva de múltiplos protagonistas do processo de ajuda, em meio à formação de uma rede de pessoas articuladas na construção compartilhada da saúde mental.

Desse modo, busca-se contribuir de forma a diversificar e complementar os programas terapêuticos e de promoção da saúde mental no âmbito do atendimento psicológico e psiquiátrico.

Objetivos Específicos

- Favorecer o desenvolvimento de uma atitude pessoal de atenção e empenho na identificação e construção de vivências cotidianas que promovam a saúde mental e o amadurecimento pessoal. Sendo assim, busca-se que os participantes possam internalizar, de forma permanente, o convite para a tarefa de verificar possibilidades e ampliar formas de aproveitamento da vida cotidiana, estimulando a interação com os acontecimentos em uma perspectiva positiva, que inclui a valorização da realidade, bem como da capacidade de elaboração dos fatos vivenciados. Esse objetivo coloca-se, de forma crítica, em contraposição à tendência da sociedade atual que estimula os indivíduos a uma sobrecarga de afazeres, associada à sobreposição psíquica de vivências pouco elaboradas.
- Desenvolver a capacidade de avaliação das vivências cotidianas, considerando seu potencial de contribuição para a construção da saúde mental e para o desenvolvimento pessoal. Considera-se a perspectiva de aprender a se tornar uma pessoa experiente, ou seja, ocupar-se dos fatos de maneira a refletir e avaliar os acontecimentos, tendo em vista a possibilidade de uma interação fecunda entre a pessoa e a realidade.

Assim, a atividade grupal deve cooperar com o processo de elaboração das experiências, a partir da utilização de critérios inerentes à natureza humana, que favoreçam a atribuição de sentido e significado aos fatos vivenciados. Nesse contexto, o trabalho proposto nos grupos se coloca em contraposição à carência de reflexão sobre a vida cotidiana, bem como à prática de julgamentos reativos, sentimentais e superficiais dos fatos vivenciados. Dessa forma, pretende-se ampliar a perspectiva de aproveitamento e elaboração das diversas situações vividas, incluindo experiências que tendem a ser marginalizadas, devido à habitual conotação negativa.

- Promover a ampliação do horizonte de percepção da realidade, a partir do contato com a diversidade das experiências compartilhadas, que denotam a originalidade do outro em suas formas de apreender os acontecimentos vividos. Busca-se, assim, ampliar o conhecimento e a compreensão a respeito de si, dos outros e da realidade, entendendo esse processo como dinâmico, continuado e inesgotável, de maneira a apontar um percurso de descobertas e redescobertas.

A atividade oferece uma perspectiva de compreensão da pessoa em sofrimento mental, para além dos sintomas e da abordagem medicamentosa, evidenciando diversas facetas do sujeito que adoece. Ao mesmo tempo, revela a multiplicidade de modelos de experiências, promovendo revisão de percepções reducionistas e estereotipadas da realidade, associadas aos processos de adoecimento psíquico.

- Favorecer o desenvolvimento de vínculos entre pessoas que participam de um processo de construção coletiva, possibilitando as trocas afetivas, a circulação de conhecimentos e a ajuda recíproca.

Destaca-se a perspectiva de que os contatos interpessoais ocorram em um nível de considerável aprofundamento, associado à interação, a partir de relatos pessoais, cujo conteúdo revela aspectos constitutivos da construção psíquica cotidiana de cada participante, seja pela natureza dos fatos relatados seja pela expressão das escolhas inerentes ao posicionamento diante dos acontecimentos. Desse modo, busca-se oferecer um enfoque terapêutico, promovendo o apoio e a inclusão social, a partir da

possibilidade de pertencer ao grupo e interagir com a comunidade. Tal objetivo se contrapõe ao individualismo e isolamento próprios da sociedade moderna, assim, os grupos possibilitam o contato com expressões da generosidade pessoal dos participantes no exercício de comunicação de suas experiências, compreendido como oferta de si ao outro, bem como ato de escuta e acolhimento.

- Estimular uma atitude de protagonismo em relação à construção da saúde mental e ao desenvolvimento humano, em meio ao exercício de descoberta e de valorização da própria experiência, de maneira articulada a um comprometimento com a comunidade.

Trabalha-se em uma perspectiva de busca por genuína interação horizontal entre usuários, familiares, profissionais, estudantes e a comunidade em um processo marcado pela desconstrução de papéis estereotipados, que tendem a depositar restritas e distorcidas perspectivas de participação da pessoa em sofrimento mental e associar o saber aos profissionais de saúde. Nesse sentido, do ponto de vista da formação do profissional de saúde, a proposta de identificação e compartilhamento de experiências estimula o desenvolvimento pessoal do estudante e do trabalhador, valorizando as experiências pessoais e profissionais.

ASPECTOS FUNDAMENTAIS DO MÉTODO

A configuração dos aspectos fundamentais para o desenvolvimento metodológico do Grupo Comunitário de Saúde Mental vem sendo realizada há mais de quinze anos, em processo que envolveu múltiplas etapas de reformulação, valendo-se de avaliações dos resultados clínicos, contribuições de participantes e estudos da literatura.

Nesse percurso, esteve sempre presente a perspectiva de desenvolvimento de um enquadre acessível a qualquer pessoa interessada, sobretudo aquelas em sofrimento psicológico, com o objetivo de promover a saúde mental, através da valorização das vivências cotidianas.

Assim, foi possível percorrer um caminho construtivo, a partir de resgate do valor da experiência humana e da solidariedade entre os participantes do grupo, com destaque para a necessidade de cada pessoa se colocar em contato com as próprias vivências, buscando refleti-las e aprendê-las em seus aspectos mais originais, que incluem, em última análise,

o desejo de realização de si e do outro.

A seguir, encontram-se descritas as características consideradas fundamentais para a configuração da atividade.

1. Atenção à realidade e à experiência humana

A abertura e o empenho

O Grupo Comunitário de Saúde Mental assume, como primordial, a tarefa de auxiliar no processo de amadurecimento da pessoa humana, em meio à ampliação da condição de abertura da pessoa para se colocar em direção ao mundo, ao outro e a si mesma. Nesse sentido, busca-se o comprometimento dos participantes com um exercício estável e continuado de empenho e apropriação das experiências.

Trata-se, em primeira instância, de cultivar atitude de atenção ao cotidiano, visando descobrir, compreender e aproveitar os fatos vivenciados, desconstruindo a tendência para conceber os acontecimentos como óbvios ou já conhecidos.

Encontra-se implícita uma atitude não preconceituosa e, de certa forma, positiva diante das situações vividas, na medida em que o que está em jogo é o processo de amadurecimento e transformação da própria pessoa, mais do que a conveniência ou valoração pré estabelecida dos acontecimentos.

A elaboração das vivências

A proposição de desenvolvimento de uma postura de atenção à vida cotidiana está atrelada à perspectiva de elaboração das vivências. A experiência envolve as situações vividas, bem como a capacidade de significação e elaboração das mesmas, incluindo uma dimensão de juízo acerca do que se vive.

Nesse sentido, Guardini (1965, citado por Brandão, 2006) aponta a necessidade de uma atitude reflexiva, que permita autêntica interioridade, possibilitando ao homem ver, de modo mais amplo e profundo, a si mesmo e ao mundo, em oposição à superficialidade e à dispersão. O autor recomenda um trabalho comprometido que permita ver em profundidade, discernir e julgar as situações vividas, tendo como fundamento a própria humanidade.

De acordo com Leeuw (1960, citado por Sawaya & Solymos, 2011), a experiência vivida constitui-se a partir da vida presente à qual é atribuído um significado que permite a unidade entre o vivenciado e a pessoa,

destacando-se, nesse sentido, o papel da interpretação daquilo que acontece, sendo que o significado pertence tanto à realidade quanto a quem busca compreendê-la.

Desse modo, a pessoa torna-se "experiente" mediante um relacionamento operativo com os acontecimentos, que permite a apropriação das vivências cotidianas em uma perspectiva de interação fecunda entre a pessoa e a realidade, em um processo permanente de transformação tanto da própria pessoa, quanto do mundo.

Preconiza-se, assim, uma atenção ao cotidiano, aliada ao estímulo para um trabalho de compreensão e atribuição de sentido às situações vivenciadas, o que pode gerar novas ações e posicionamentos, que necessitam ser novamente compreendidos e significados, num processo que se retroalimenta e que possibilita o amadurecimento e o desenvolvimento pessoal e, ainda, resgata a condição do ser humano de ser "peregrino", de estar em caminho, como um ser não acabado e, portanto, passível de transformações.

Crítérios para avaliação da experiência

O Grupo Comunitário de Saúde Mental convida os participantes à melhor percepção de si mesmos, permeada pela tomada de consciência acerca das aspirações de realização pessoal que se encontram presentes na interação com os acontecimentos do dia a dia.

Considera-se que a pessoa humana porta necessidades que precisam ser satisfeitas e que emergem no contato com a vida cotidiana (Hoffmann & Massimi, 2007; Pezzela, 2003). Tais necessidades, mais do que apenas um estímulo para o esforço pessoal, caracterizam a pessoa enquanto tal, ou seja, permitem que a pessoa possa se descobrir e se reencontrar, na medida em que realiza um processo de avaliação e elaboração de suas experiências. Exigências

Esse conjunto de necessidades foi descrito e denominado por Giussani (2000) como Experiência Elementar. Tal conceito expressa um conjunto de exigências fundamentais constitutivas da pessoa humana, que emergem no contato com a realidade e que podem ser identificadas em aspirações que se expressam pela busca da beleza, justiça e realização, conferindo uma identidade que estrutura a condição humana, para além das contingências circunstanciais. (X)

O conceito de Experiência Elementar vem se mostrando potente para a compreensão e a abordagem de fenômenos psicológicos e culturais, na medida em que expressões do humano podem ser reconhecidas

em seus aspectos mais originais, a partir de uma investigação existencial, e, desse modo, tem sido utilizado em diversas áreas do conhecimento (Mahfoud, 2012).

Trata-se da capacidade humana de reconhecer aquilo que se mostra mais correspondente à sua própria natureza, a partir de critérios internos que possibilitam à pessoa assumir uma postura avaliativa crítica diante do mundo e de si mesma, e encontrar caminhos que favoreçam a construção da própria saúde mental e o amadurecimento pessoal.

O trabalho de elaboração das vivências no Grupo Comunitário considera a Experiência Elementar enquanto um núcleo interno de exigências constitutivas que fundamenta a avaliação das circunstâncias e possibilita evidenciar os aspectos pertinentes ou correspondentes à experiência humana. Dessa forma, torna-se possível que o grupo revele a originalidade de diferentes facetas da vida humana e favoreça a compreensão do que caracteriza a essência do ser pessoa.

Esse processo implica em uma revisão de percepções distorcidas, reflexões superficiais, ideias preconcebidas ou reativas, de forma a promover um trabalho de atenção e elaboração que favoreça efetivo aproveitamento das situações cotidianas.

A potência da realidade

A atividade valoriza a multiplicidade e a diversidade dos acontecimentos, compreendidos enquanto oportunidade para o desenvolvimento pessoal, a partir de posicionamento da pessoa que permite fazer escolhas e encontrar caminhos apropriados para a interação com a realidade.

As situações e os encontros cotidianos, reconhecidos em suas características abrangentes e polissêmicas, revelam potência surpreendente de fecundidade para prover a ampliação da compreensão sobre a vida e favorecer a construção da saúde mental.

A proposta de trabalhar, a partir de relatos dos acontecimentos do dia a dia, leva em conta a permanente possibilidade de descobertas proporcionadas pelo viver cotidiano. A realidade, em sua característica de diversidade e imprevisibilidade, oferece continuamente novos elementos e ressalta a característica estrutural da pessoa humana de ser inacabada e passível de estruturação e reestruturação.

As dificuldades e as adversidades são concebidas como aspectos próprios à vida humana e a proposta da atividade se contrapõe à tentativa de oferecer aconselhamento e orientação aos participantes diante

da multiplicidade de problemas que se apresentam. Considera-se que o trabalho central do grupo não é a resolução das peculiaridades de cada problemática individual, mas despertar em cada participante o desejo, o gosto e os critérios para que possa se envolver com as circunstâncias da vida, quaisquer que sejam elas.

2. Grupo como local de encontro

A potência do encontro

O Grupo Comunitário de Saúde Mental foi concebido enquanto espaço de convivência que valoriza o contato com a diversidade e a originalidade do outro, tendo a perspectiva de trocas interpessoais consistentes, mediante o compartilhamento de depoimentos autênticos, alicerçados nas vivências cotidianas.

Parte-se da concepção do relacionamento interpessoal enquanto fator constitutivo da pessoa, reconhecida enquanto ser social e comunitário. Por meio da relação intersubjetiva, o ser humano apreende a si mesmo e ao outro. Assim, compreende-se a interação humana como elemento indispensável para a formação da pessoa, permitindo que cada participante possa internalizar os outros, bem como novas possibilidades de relacionamento com os acontecimentos cotidianos.

A estruturação de um trabalho de atenção, reflexão e aprendizagem se faz de maneira diversa quando realizada em meio à interação grupal. As relações interpessoais estabelecidas no grupo carregam o potencial de modificar padrões de percepção da realidade, suscitar emoções e evocar pensamentos, de forma a favorecer a apropriação e a valorização das vivências cotidianas.

Compreende-se que a troca de experiências favorece o surgimento de vínculos entre os participantes do grupo. Os relatos são entendidos enquanto instrumentos que permitem um exercício de oferta ao outro, e valorizados na medida em que promovem relações entre as pessoas, possibilitando processos de comunicação e aprendizagem.

A qualificação do encontro

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.

O horizonte almejado para o contato interpessoal não se restringe à comunicação de acontecimentos e reflexões, visto que em nível subjacente, cada participante expressa uma posição diante das situações vivenciadas, revelando processos de escolha inerentes aos depoimentos.

A dimensão comunitária

Considera-se que o ser humano possui ontologicamente uma abertura para si mesmo, para o outro e para o mundo, e, ainda, que uma pessoa não esgota em si as possibilidades de experiência humana. Disso despreende-se o valor da dimensão intersubjetiva na constituição da pessoa e do mundo.

Dessa forma, o Grupo Comunitário permite o acesso às variadas experiências de vida, favorecendo ampliação do horizonte de perspectivas a respeito do viver humano. Por meio do relato das vivências dos outros, o participante pode conhecer novas possibilidades de experiências, ampliando o seu repertório de compreensão sobre si mesmo e sobre os acontecimentos. A proposta enfatiza um “estar com” pessoas que se reconhecem como tal, se respeitam e se solidarizam umas para com as outras, o que está na base da constituição de uma comunidade (Cardoso, 2012; Stein, 2000/1933).

Além da diversidade de experiências dos outros participantes, considera-se valiosa a multiplicidade de possibilidades vivenciadas por cada integrante em particular, considerando os diferentes momentos de sua história pessoal. Dessa forma, cada participante pode experimentar fases em que se percebe mais potente e outras nas quais pode identificar a carência da ajuda do outro.

De acordo com Stein (2000/1933), a relação comunitária e intersubjetiva é constitutiva do processo de formação da pessoa humana enquanto via de construção e expressão, sendo que a pessoa tanto recebe e se apropria das relações comunitárias, como pode participar, de maneira ativa e criativa, da vida comunitária. Dessa forma, a partir de abertura

recíproca, se estabelece uma relação interconstitutiva e interdependente entre a pessoa e a comunidade, caracterizando-se o reconhecimento de uma relação de pertença. A força vital da comunidade depende da quantidade e qualidade do que é oferecido pelos seus membros, permitindo o estabelecimento de uma fonte subjetiva de força comunitária por meio do empenho dos participantes (Coelho Júnior & Mahfoud, 2006).

3. Processo grupal, aprendizagem e saúde mental

Para a realização da atividade, considera-se fundamental que o próprio grupo se constitua em um espaço de experiência. Trata-se de uma valorização dos relacionamentos interpessoais e dos vínculos desenvolvidos no grupo, enquanto elementos relevantes na construção da saúde mental. As experiências vivenciadas são consideradas como fatores estruturantes do psiquismo humano, compreendendo que a pessoa se configura na ação cotidiana.

A existência de um mundo interno resulta de processos progressivos e dinâmicos de internalizações e condiciona as características de apreensão da realidade. A enfermidade mental expressa a falência de tentativas de adaptação ao meio, estando associada a mecanismos de estancamento da aprendizagem, condutas estereotipadas e segregação. Por outro lado, a pessoa sábia pode apreender a realidade modificando a si mesma em um interjogo dialético (Pichón-Rivière, 1986).

O psiquismo constitui-se em um sistema aberto e os processos psicopatológicos comprometem a relação do sujeito com a realidade, com tendência a um fechamento sobre si mesmo. Nesse sentido, identifica-se como critério de saúde a adaptação ativa, a aprendizagem e a apropriação da realidade (Quiroga, 1987).

Nos grupos, as pessoas tendem a assumir papéis correspondentes às suas características pessoais, a partir de um movimento de assunção e adjudicação de papéis. O doente mental manifesta o resultado de um processo de deposição de sua estrutura social e o tratamento envolve adjudicar-lhe um novo papel, em uma perspectiva de protagonismo enquanto agente social de mudança (Pichón-Rivière, 1991).

No Grupo Comunitário de Saúde Mental, a heterogeneidade dos integrantes do grupo, aliada à flexibilidade de protagonismo do processo de ajuda, oferece aos participantes a oportunidade de revisão das representações a respeito da pessoa saudável e doente, permitindo mobilidade e aprendizagem de novos papéis. Tal heterogeneidade é considerada,

sobretudo, como um elemento enriquecedor, na medida em que permite diversificação da natureza das experiências, bem como da capacidade para percebê-las e elaborá-las.

Na atividade, a perspectiva de interação grupal se apoia no potencial de cada integrante para se tornar protagonista da ajuda ao outro, a partir da própria experiência. Considera-se fundamental o desenvolvimento de um movimento de coesão grupal, a partir do reconhecimento de uma tarefa comum, configurando-se uma rede de ajuda recíproca. Busca-se estabelecer uma cultura de cooperação e corresponsabilidade, através de participação comprometida com os objetivos da proposta e do desenvolvimento da percepção do outro enquanto pessoa humana.

A observação e a problematização das relações cotidianas adquire relevância no processo terapêutico, na medida em que se valoriza a subjetividade e se aprofunda uma compreensão relacional do adoecimento psíquico. Acontecimentos diários podem ser refletidos, elaborados e integrados em um horizonte de desenvolvimento psicológico. O cotidiano passa a ser visto como oportunidade para revisão de funcionamentos estereotipados, mudança de papéis sociais e a aprendizagem adquire papel fundamental. Nesse sentido, a saúde se concretiza na medida em que a pessoa integra os acontecimentos na perspectiva de adaptação ativa, envolvendo um processo dialético de transformação de si e do meio.

Nesse contexto, os Grupos Comunitários buscam propiciar um ambiente que estimule a criatividade dos participantes, ou seja, a expressão da potência de sua humanidade e das possibilidades de interação com os outros.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Grupo Comunitário de Saúde Mental foi desenvolvido com a perspectiva de constituir-se em uma modalidade de cuidado à saúde mental. O processo de delineamento metodológico utilizou, como ponto de partida, a identificação de experiências que documentavam a exuberância das potencialidades humanas na interação com os acontecimentos cotidianos, permitindo configurar uma atividade que busca valorizar as vivências humanas, a partir de um exercício continuado de atenção e elaboração dos acontecimentos diários.

A proposta de apropriação das vivências denota a existência de um conjunto de aspirações próprias da natureza humana que permite identificar e avaliar os fatos em uma perspectiva de construção pessoal e comunitária. Dessa forma, o exercício realizado na atividade inclui a

dimensão de utilização da capacidade humana de reconhecer as experiências mais correspondentes ao processo de amadurecimento pessoal e de cuidado à saúde mental.

A configuração de um espaço grupal amplia as possibilidades de percepção, compreensão e elaboração das situações vivenciadas. Ao mesmo tempo em que o processo grupal se constitui em fonte de novas experiências, favorece o surgimento de vínculos e possibilita o desenvolvimento de novas modalidades de interação entre os participantes, com destaque para a perspectiva de atuação em um papel de protagonismo na construção do grupo.

A heterogeneidade dos participantes pode ser acolhida e alinhada em torno da aspiração comum de apego à vida cotidiana, favorecendo a comunicação e a interação. O acolhimento da diversidade de experiências permite ampliar a compreensão da condição humana em suas diferentes facetas e possibilidades.

O cuidado à saúde mental é compreendido no contexto de apropriação das experiências cotidianas. Dessa forma, valoriza-se a pluralidade de aspectos envolvidos no processo saúde/doença, com destaque para os aspectos psicológicos e socioculturais, indicando a relevância da responsabilidade individual e social na construção da saúde mental.

Na medida em que o grupo se constitui pelo compartilhamento de experiências, a atividade assume o desafio de depender da adesão dos participantes ao trabalho de reconhecimento e elaboração da vida que acontece. Esse aspecto confere um atrativo diferenciado à proposta, na medida em que se sustenta por uma vida em movimento, a partir da realidade que se renova e da disponibilidade de cada pessoa em buscar, com ajuda do grupo, apropriar-se do que acontece.

As limitações e as dificuldades no percurso do Grupo Comunitário de Saúde Mental se encontram evidentes por muitos fatores, com destaque para os diversos aspectos da vulnerabilidade dos participantes; os fatores culturais, incluindo o preconceito em relação a atividades no âmbito da saúde mental; as dificuldades para a compreensão e a adesão à proposta e os conflitos interpessoais inerentes a um processo de natureza grupal, além dos problemas relacionados ao processo de coordenação do grupo.

Os variados desafios sinalizam a complexidade da tarefa e permitem compreender que considerável investimento se faz necessário para a construção e manutenção da atividade. Os objetivos precisam ser continuamente retomados e atualizados, bem como se faz essencial o perma-

nente aprimoramento e adequação dos procedimentos metodológicos, visando favorecer o desenvolvimento do trabalho.

Conclui-se que a atividade sinaliza uma expectativa de que as vivências cotidianas podem ser acolhidas em um percurso que permite a cada participante reconhecer-se em um processo de desenvolvimento pessoal e de construção da comunidade, em meio a um horizonte de afeição e cuidado com a vida humana e com a saúde mental.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Brandão, S.R. (2006). A pessoa em Romano Guardini: um desafio à autonomia e desamparo do homem contemporâneo. Memorandum, 10, 147-156. Recuperado em 21 de 06 de 2000, de <http://www.fafich.ufmg.br/~memorandum/a10/brandao01.htm>
- Brasil. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. (2010). Relatório Final da IV Conferência Nacional de Saúde Mental – Intersetorial. In *IV Conferência Nacional de Saúde Mental* (p. 210). Brasília.
- Brusamarello, T., Guimarães, A. N., Labronici, L.M., Mazza, V.A., & Maftum, M. A. (2011). Redes sociais de apoio de pessoas com transtornos mentais e familiares. *Texto & Contexto Enfermagem*, 20(1), 33-40.
- Cardoso, C. L. (2012). *Grupo Comunitário de Saúde Mental: uma análise fenomenológica*. Tese Livre-Docência, Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto.
- Carneiro Junior, N., Andrade, M. C., Luppi, C. G., & Silveira, C. (2006). Organização de Práticas em Saúde Equânimes em Atenção Primária em Região Metropolitana no contexto dos Processos de Inclusão e Exclusão Social. *Saúde e Sociedade*, 15(3), 30-39.
- Coelho Júnior, A.G., & Mahfoud, M. (2006). A relação pessoa-comunidade na obra de Edith Stein. Memorandum, 11, 08-27. Recuperado em 22 de agosto de 2011, de <http://www.fafich.ufmg.br/~memorandum/a11/coelhomahfoud01.htm>
- Giussani, L. (2000). O senso religioso. Editora Nova Fronteira, Rio de Janeiro.
- Hoffmann, A., & Massimi, M. (Orgs.). (2007). *A universidade pensada e vivida por Miguel Rolando Covian*. São Paulo: Funpec.
- Mahfoud, M. (2012). *Experiência Elementar em Psicologia: aprendendo a reconhecer*. Brasília, DF. Editora Universa e Editora Arte São.
- Massimi, M. (2012). Em busca de novos horizontes para reconstruir as relações entre cultura e psicologia. In *Psicologia, Cultura e História: perspectivas em diálogo*. Rio de Janeiro: Outras Letras.
- Mattos, R. A. (2001). Os Sentidos da Integralidade: algumas reflexões acerca de valores que merecem ser definidos. In: R. Pinheiro & R. A. Mattos (Eds.), *Os sentidos da integralidade na atenção e no cuidado* (pp. 39-64). Rio de Janeiro: Abrasco.
- Pezzella, A. M. (2003). *L'antropologia filosófica di Edith Stein. Indagine fenomenológica della persona umana*. Roma: Città Nuova.
- Pichon-Rivière, E. (1986). *O Processo Grupal*. 2ª edição. São Paulo, Ed. Martins Fontes
- Pichon-Rivière, E. (1991). *Teoria do Vínculo*. 4ª edição. São Paulo, Ed. Martins Fontes.
- Pizella, D. G., & Massimi, M. (2007). Universidade: essência, impasses e caminhos nos escritos de Miguel Rolando Covian. In: Hoffmann, A. & Massimi, M. *A Universidade pensada e vivida por Miguel Rolando Covian*. Funpec Editora.
- Quiroga, A. P. (1987). *Enfoques y perspectivas en psicología social*. 2ª edição. Buenos Aires, Ediciones Cinco.

Sawaya, A. L., & Solymos, G. M. B. (2011) A Aventura do Conhecimento. In. A. L. Sawaya (Org.), *Desnutrição, Pobreza e Sofrimento Psíquico* Edusp.

Silva, N. H. L. P., & Cardoso, C. L. (2013). Contribuições da fenomenologia de Edith Stein para a atuação do psicólogo nos Núcleos de Saúde da Família (NASF). *Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental*, 16(2), 246-259.

Stein, E. (2000). *La struttura della persona umana* (A. A. Bello, Org., M. D'Ambra, trad.). Roma: Città Nuova. (Trabalho original publicado em 1933).

Quantas vezes a gente, em busca da ventura,
Procede tal e qual o avozinho infeliz:
Em vão, por toda parte, os óculos procura
Tendo-os na ponta do nariz!
Mario Quintana

Acontece aqui no grupo com a gente: as histórias, os relatos ficam
tatuados no coração da gente. Aquele momento que poderia passar
despercebido, aqui fica registrado e você pode usar.
O grupo é um momento de pensar, de ter sentido,
de ter esperança, de olhar, de observar.
Como dizia minha avó: "Repare".
Contribuição de Emiliania, participante do grupo