

Psicoterapia em Grupo: A abordagem combinada de Irvin Yalom

Autora: Ana Karina F. Barreiros

Psicóloga clínica, social e organizacional

Psicoterapeuta corporal

Irvin Yalom e o seu quadro de referência teórico: uma abordagem combinada

Irvin Yalom, nasceu em 1931 nos EUA. É psiquiatra de formação e tem dedicado grande parte da sua carreira à psicoterapia individual e de grupos, áreas onde tem dado importantes contribuições.

O autor tem diversos livros e artigos publicados sobre estes temas. Neles, revela uma grande versatilidade uma vez que utiliza conceitos e abordagens provenientes de diferentes orientações teóricas da psicologia.

Atualmente, Yalom posiciona-se como um psicoterapeuta existencial, mas não nega a importância da psicanálise e do grande impacto da descoberta do inconsciente, bem como as suas consequências na prática clínica. O autor faz uso deste conceito nas suas obras e de outros relacionados a abordagem dinâmica. Além da influência psicanalítica, Yalom também refere aspetos da sua prática que estão associados a corrente cognitivo-comportamental. Por isso fala-se em “abordagem combinada” quando se trata de definir o trabalho de Irvin Yalom.

No seu livro, *Psicoterapia Existencial* de 1980, o autor procura explicar esta orientação terapêutica, sua estrutura teórica e técnicas daí provenientes. É aqui que define a psicoterapia existencial como uma terapia que tem um enfoque dinâmico concentrado nas preocupações existenciais do indivíduo, onde a relação intersubjetiva que se estabelece entre terapeuta e paciente tem uma dimensão fundamental.

Para ilustrar esta ideia, Yalom cita um caso de Freud na introdução deste livro, é o caso de Elisabeth Von R., que Freud trata com êxito em 1892, atribuindo o alívio de certos desejos e pensamentos nocivos ao facto da paciente falar sobre eles e eliminar o recalçamento. Contudo, Yalom cita diversos elementos interpessoais, que considera terapêuticos neste caso e que não devem ser desconsiderados, por exemplo, o facto de Freud solicitar à mãe da paciente que mantivesse os canais de comunicação abertos para permitir à Elisabeth descargas permanentes dos seus pensamentos.

Em *Psicoterapia Existencial* (1980), Yalom reconhece a importância da intervenção técnica nos momentos estratégicos da terapia, fala sobre o manejo da

transferência, sobre a análise das relações objetais, mas afirma que os “ingredientes” decisivos para uma intervenção eficaz estão, sobretudo, associados a qualidade da relação terapêutica.

Nesta obra, o autor afirma que a abordagem existencial é “um paradigma psicoterapêutico efetivo, valioso, tão racional, sistemático e coerente como qualquer outro” (Yalom, 1980, p.16) e clarifica porque é que posiciona-a como uma psicoterapia psicodinâmica.

O termo “dinâmico” está relacionado ao conceito de “força” e Freud deu contributos fundamentais à psicologia ao criar um modelo dinâmico do funcionamento mental, onde considera que há forças em conflito no interior do indivíduo, muitas delas completamente inconscientes e que determinam os pensamentos, as emoções e o comportamento das pessoas, tanto o adaptado quanto o patológico. Deste modo, as psicoterapias dinâmicas são aquelas que baseiam-se neste modelo de funcionamento mental (Yalom, 1980).

Contudo, o autor distingue a psicodinâmica freudiana e a psicodinâmica existencial, esclarecendo que na primeira abordagem considera-se que a criança é influenciada por forças instintivas inatas que transformam-se ao longo do desenvolvimento psicosexual. Estas forças entram em conflito com as exigências da realidade concreta e mais tarde, com as restrições internalizadas pelo superego, assim, a pessoa está em permanente conflito, tendo que gerir as suas pulsões internas que desejam uma satisfação imediata e o princípio da realidade, que exige ponderação e impõe grandes limitações a satisfação dos instintos agressivos e sexuais.

Por outro lado, na psicodinâmica existencial o conflito básico de forças é diferente: não se trata de uma luta interna contra as tendências instintivas reprimidas, mas sim de um conflito que emana do confronto do indivíduo com os “pressupostos básicos da existência”, que segundo Yalom (1980) são preocupações essenciais, inevitavelmente intrínsecas a existência do ser humano no mundo.

De acordo com o autor, o método para se descobrir a natureza destes pressupostos consiste numa reflexão profunda e pessoal, que pode ocorrer no contexto da psicoterapia, onde o indivíduo tem espaço e tempo para reflectir profundamente sobre a sua situação no mundo, a sua existência, seus limites e possibilidades.

Yalom (1980) considera que o impulso para se dedicar a tal reflexão ocorre, muitas vezes, em situações limite, quando a pessoa se confronta com a própria morte,

com decisões importantes e irreversíveis ou com o colapso de esquemas fundamentais que proporcionavam-lhe uma série de significados.

Na obra de 1980, o autor refere e aprofunda quatro preocupações essenciais que defende serem intrínsecas a existência humana, são elas: a morte, a liberdade, o isolamento e a carência de um sentido de vida.

Portanto, a psicodinâmica existencial está relacionada aos pressupostos básicos da existência e aos temores e motivações inconscientes desencadeados por eles; seu enfoque conserva a estrutura dinâmica básica traçada por Freud, mas modifica radicalmente o seu conteúdo, visto que, tanto na abordagem freudiana, como na existencial, os conflitos internos geram angústia, que por sua vez põem em movimento mecanismos de defesa, os quais restringem inevitavelmente, o desenvolvimento do indivíduo e a sua experiência no mundo. Porém o que dá origem à angústia no enfoque freudiano são os impulsos instintivos e na abordagem existencial é a consciência das preocupações essenciais, as quais desempenham um papel extraordinariamente importante em todos os níveis da organização psíquica do indivíduo e têm um grande impacto na prática clínica.

Para Freud, o papel do psicanalista assemelha-se ao papel de um arqueólogo que dedica-se a um processo de “escavação” do psiquismo até chegar aos conflitos básicos que contém os resíduos psicológicos dos acontecimentos mais precoces da vida do indivíduo. Sua psicodinâmica é de natureza evolutiva, onde o fundamental, o primário tem um sentido cronológico e as fontes fundamentais da angústia estão estritamente vinculadas aos traumas psicosexuais mais precoces associados à separação e à castração.

Na dinâmica existencial, não há intenção de identificar o “fundamental” no sentido cronológico dos acontecimentos primários da vida. A exploração profunda não é uma exploração do passado, mas é uma investigação, cujo objetivo do psicoterapeuta é eliminar as preocupações quotidianas para focar-se na situação existencial do indivíduo. Isto implica uma reflexão que vai além do tempo, o passado aqui, ou o que o paciente recorda-se dele, importa só na medida em que toma parte da existência actual e influencia a forma como se enfrenta, no presente, as preocupações essenciais. O tempo primordial na psicoterapia existencial, é “o presente que se transforma em futuro” (Yalom, 1980, p. 23).

Yalom reconhece que todos os indivíduos atravessam uma série de etapas evolutivas e que cada uma delas caracteriza-se por um determinado tipo de angústia, que todos passam pelo conflito edípico, pelo surgimento inquietante de sentimentos agressivos e sexuais, pela angústia de castração, pela dor da individuação e da separação em diversos momentos críticos do desenvolvimento. Porém, distingue o modelo evolutivo, dinâmico e analítico do modelo existencial, imediato e não histórico, enfatizando que este último está centrado nas tensões inerentes a condição humana, de uma forma altamente individualizada e que tem a ver com as preocupações essenciais já descritas anteriormente.

As diferenças expostas têm profundas implicações na técnica terapêutica que é utilizada na abordagem existencial, tanto na relação dual, como na relação com grupos.

Importa ainda referir que, as preocupações essenciais divergem de acordo com os psicólogos existenciais e que esta orientação teórica emerge da filosofia existencial que trata de temas como a liberdade, a morte, o absurdo, a relação entre o tempo e a vida tratados por autores como Ludwig Binswanger, Martin Heidegger, Viktor Frankl e Rollo May.

A abordagem combinada de Yalom aplicada a psicoterapia de grupo

Num artigo escrito em 1995 para o *Comprehensive Textbook of Psychotherapy*, Yalom & Ballinger citam diversos estudos que comprovam que a psicoterapia de grupo é uma intervenção benéfica e que tanto a terapia individual como a terapia de grupo são quase idênticas no que refere a efetividade do processo.

As pessoas tendem a procurar psicoterapia quando sentem necessidade de amenizar algum sofrimento, relacionado a uma depressão, a sintomas de ansiedade ou a sentimentos permanentes de raiva. Esta busca também é, muitas vezes motivada por uma frustração associada a vida social e relacional das pessoas e nestes casos a psicoterapia de grupo revela-se particularmente importante, uma vez que oferece aos seus participantes, um ambiente livre para o contacto social, que é seguro e confiável (Yalom & Ballinger, 1995).

Os humanos são seres sociais e as relações interpessoais têm, de facto, um impacto decisivo na vida dos indivíduos.

A literatura tem explorado de diversas formas o desejo de contacto que as pessoas sentem umas em relação às outras e o desejo de reconhecimento por parte dos

grupos sociais a que pertencem, bem como o impacto que é provocado quando isto não acontece. Além disto, a infância humana é caracterizada por um longo período de vulnerabilidade, em que a criança depende do outro para sobreviver e adaptar-se à vida.

Neste contexto, Yalom & Ballinger (1995) citam o importante contributo de John Bowlby ao investigar a formação dos laços sociais na díade primária mãe-bebé e a repercussão patológica que pode existir em caso de rutura destes laços. Os autores citam também outros estudos realizados que estabelecem relações significativas entre a escassez de relacionamento social e o aumento do risco de mortalidade (Berkman & Syme, 1979; House, Landis & Umberson, 1988; House, Robbins & Metzner, 1982).

Deste modo, Yalom elege o quadro de referência interpessoal de Harry Stack Sullivan para sustentar a sua técnica em psicoterapia de grupo. Para ele, esta é a referência teórica mais apropriada para intervenções em grupos pequenos (6 a 8 pessoas), com a duração de alguns meses e que pretendem efectuar mudanças caracterológicas.

A teoria de Sullivan defende que os distúrbios psicológicos são resultado de processos interpessoais desadequados e que a personalidade é, em grande parte, formada durante a infância, a partir de uma síntese das interações estabelecidas com as pessoas importantes desta fase.

Sullivan utiliza o conceito *parataxic distortions* que designa uma espécie de distorção que ocorre nos relacionamentos inter pessoais e que tem a ver com a forma que as características do outro afetam o senso de segurança de cada um. Este conceito assemelha-se a transferência, no sentido amplo do termo – quando esta é aplicada a distorções inerentes a todos os relacionamentos e não só àquele que é estabelecido entre terapeuta e paciente.

A psicoterapia de grupo coloca os indivíduos frente a uma variedade de relacionamentos e para aqueles que têm problemas relacionais, este pode ser o contexto ideal para identificar, conhecer e entender as suas “distorções pessoais” (*parataxic distortions*) no sentido de descobrir formas alternativas de olhar o outro e estabelecer contacto. Aqui os membros do grupo desempenham um papel importante e ajudam-se uns aos outros neste processo.

O grupo terapêutico é um microcosmo social e a permanente confrontação com os comportamentos mal adaptados de cada um dos seus membros, bem como as tentativas de estabelecer novas formas de atuação num ambiente onde há segurança e

suporte lança as estruturas para que as mudanças também ganhem espaço fora do grupo, no ambiente social alargado (Yalom & Ballinger, 1995).

Yalom identifica 10 fatores terapêuticos interdependentes que atuam como agentes de mudança poderosos nos grupos, são eles: a esperança, a universalidade, a transmissão de informações, o altruísmo, a recapitulação corretiva da família primária, o desenvolvimento de técnicas de socialização, o comportamento imitativo, a catarse com reflexão cognitiva, a aprendizagem interpessoal (que inclui a experiência emocional corretiva e a importância do microcosmo social), por fim a coesão de grupo.

Estes elementos serão, de seguida, explicados. Os oito primeiros, de uma forma resumida e os dois últimos de maneira mais aprofundada, na medida em que o autor os considera particularmente importantes.

A esperança é definida como a crença que é possível conseguir os objetivos terapêuticos, isto influencia a confiança no processo e é importante para os participantes do grupo e também para o psicoterapeuta, sendo que uma das coisas que promove o aumento da esperança é a constatação de melhoras entre os membros do grupo.

Quanto a universalidade, Yalom relaciona-a a uma percepção comum entre as pessoas que procuram ajuda, a de que estão sozinhas na profundidade do seu desespero. Ao chegarem à terapia de grupo, elas podem partilhar as suas experiências, medos, impulsos e sentir o alívio de perceberem que muitos dos seus sentimentos fazem parte da condição humana.

A transmissão de informação é um fator importante na medida em que as pessoas tendem a reagir com ansiedade ao desconhecido. Deste modo, no modelo interpessoal de psicoterapia de grupo, o terapeuta deve oferecer explicações aos pacientes antes do processo iniciar, para reduzir a ansiedade e desconstruir ideias nocivas pré-concebidas a respeito do processo grupal.

Outro tipo de informação importante neste tipo de intervenção é aquela que é trocada entre os participantes, podem ser conhecimentos de carácter prático ou abstratos, o facto é que esta interação tende a propiciar momentos ricos de troca e de promoção da expressividade.

O altruísmo, é definido por Yalom e Ballinger (1995) como um elemento poderoso para impulsionar a autoestima e a esperança, o qual desempenha um papel importante na recuperação de problemas emocionais. Estes autores relacionam o altruísmo à capacidade de ajuda que os membros de um grupo estabelecem entre si.

Neste contexto, citam os rituais de cura que ocorrem nas culturas primitivas e também as experiências dos grupos de ajuda mútua como é o caso dos AA (Alcoólicos Anônimos).

As intervenções grupais fazem emergir memórias, emoções e padrões interacionais associados a família primária dos indivíduos. Assim, os autores consideram que uma das tarefas do psicoterapeuta é conduzir o processo de recapitulação corretiva destas experiências, ajudando os pacientes a reconhecerem antigos padrões e a perceberem que estes, muitas vezes, eram funcionais anteriormente, mas no momento e na vida atual da pessoa, podem já não ser. É importante clarificar estes comportamentos e construir a possibilidade de experimentação de novas formas de atuação.

Esta construção também pode estar relacionada às competências sociais, mais um agente de mudança citado pelos autores e que é visto como um elemento básico para o desenvolvimento dos relacionamentos. É comum haver, entre os pacientes, limitações ao nível destas competências e no grupo cada um pode aumentar o seu conhecimento a este nível através do processo de *feedback*, tanto no que refere à consciência das suas limitações, quanto ao treino de melhorias comportamentais.

O comportamento imitativo também pode ajudar neste processo, visto que constitui-se como uma força terapêutica efetiva. É comum as pessoas assimilarem aprendizados sociais ao imitarem os outros, embora isto exija uma capacidade de fazer adaptações para que os conhecimentos adquiridos sejam coerentes com a forma de ser e estar de cada um.

Quanto a catarse, Yalom e Ballinger (1995) afirmam que as emoções fortes, por si só, costumam ser vistas como algo terapêutico. No entanto, referem que Liberman, Yalom & Miles (1973) verificaram que as experiências impactantes e as expressões emocionais têm realmente bons resultados em terapia de grupo, quando estão associadas a reflexões mais racionais.

Já a aprendizagem interpessoal é apontada como um dos fatores terapêuticos mais complexos e com maior capacidade de alcance nas intervenções grupais, pois é inerente à natureza humana, contudo dependente de outros dois processos neste contexto: a experiência emocional corretiva e a importância do microcosmo social.

Segundo, Yalom e Ballinger (1995) a terapia de grupo é um encontro entre pessoas que possuem sequelas emocionais, relacionadas a experiências do passado, com

as quais não tiveram capacidades para lidar de forma satisfatória naquele momento e se transformaram em traumas. No contexto terapêutico grupal, a experiência corretiva pode acontecer, uma vez que estas sequelas aparecem dentro de um ambiente onde há segurança, suporte, onde elas podem ser revistas no “aqui e agora” e reconhecidas como emoções desadequadas ao momento atual, através dos mecanismos de *feedback* inerentes a situação.

Deste modo, os pacientes tendem a lidar com os seus traumas de uma forma menos sobrecarregada e automatizada e têm a oportunidade de explorar formas afetivas alternativas.

O microcosmo social é o ambiente que se estabelece em psicoterapia de grupo e que permite aos participantes que eles possam ser exatamente como são, sem restrições. As suas emoções e experiências, do passado ou exteriores ao grupo, são importantes na medida em que apresentam-se como dificuldades relacionais no presente imediato do grupo, onde são contidas e podem ser transformadas.

Após a apresentação dos elementos expostos acima, fica evidente a importância que tem a coesão do grupo para o sucesso do processo terapêutico. Yalom e Ballinger (1995) fazem um paralelismo entre a coesão grupal e a aliança terapêutica, característica da relação dual, que é defendida por todas as escolas como um fator crucial em terapia.

A união do grupo é o que faz com que ele permaneça ao longo do tempo, supere conflitos que naturalmente acontecem e é o que promove as experiências emocionais e sociais significativas que dão origem às melhorias clínicas.

Esta coesão é resultado de todas as forças presentes e da capacidade de se desenvolverem, no grupo, sentimentos de confiança, aceitação, cuidado e compreensão empática. É um processo que se desenvolve ao longo do tempo e que exige uma especial atenção do terapeuta, sobretudo quando os grupos estão no início.

Algumas técnicas utilizadas em psicoterapia de grupo, segundo Yalom

Depois de apresentar as bases teóricas que dão suporte ao trabalho de Irvin Yalom, é importante falar sobre alguns aspectos técnicos relacionados a operacionalização das suas intervenções em grupo.

No livro *The Theory and Practice of Group Psychotherapy* (2005), Yalom & Leszcz enfatizam a importância da relação terapêutica e dizem que nenhuma consideração técnica ganha prioridade em relação a este aspeto. A preocupação, a

aceitação, a atitude empática que o psicoterapeuta é capaz de demonstrar aos seus pacientes são fatores muito valorizados.

Contudo, esta valorização da relação não exclui a necessidade de atenção aos aspectos técnicos que contribuem para a formação e mobilização de um grupo terapêutico. Assim, nesta obra de 2005 são discutidas algumas técnicas associadas a três tarefas fundamentais do terapeuta: a criação e a manutenção do grupo; a construção da cultura de grupo; a ativação e a utilização do “aqui e agora”.

Sobre esta primeira tarefa, pode-se dizer que a boa condução de um grupo começa antes mesmo do seu início, na fase de seleção e preparação dos participantes.

Os objetivos da seleção variam de acordo com os objetivos clínicos e com o contexto de intervenção, mas quando se trata de grupos de longa duração (no mínimo 6 meses) que pretendem mudanças na personalidade, além do alívio de sintomas, é fundamental que os participantes sejam capazes de fazer reflexões pessoais e sobre as interações de grupo (Yalom & Ballinger, 1995).

De início as pessoas não se conhecem umas às outras, apenas conhecem o terapeuta, que é a primeira força unificadora do grupo, porém desde o princípio ele deve esforçar-se para criar condições de interação que proporcionem gradualmente a coesão do grupo e o relacionamento entre todos.

O terapeuta deve ainda reconhecer e conter qualquer força que ameace a coesão do grupo: atrasos ou faltas permanentes, a emergência de sub-grupismo ou de socialização extra grupo, bem como o surgimento de bodes expiatórios. Tais ameaças podem pôr em causa a integridade funcional do grupo e se acontecerem, o líder deve intervir.

Os conflitos, num grupo recém-formado, também devem ser evitados até que haja confiança e abertura suficiente para que os envolvidos sejam expostos e trabalhados.

Quanto a tarefa de construção da cultura grupal, Yalom & Leszcz (2005) afirmam que o grupo é uma realidade física e o papel do terapeuta é o de modelar esta realidade no sentido de criar um sistema social terapêutico que é regido por normas e regras de comportamento, que são radicalmente diferentes dos códigos de conduta que ocorrem na sociedade alargada.

Estes autores citam algumas normas que consideram desejáveis dentro de um grupo: o envolvimento ativo dos participantes, o não-julgamento, a auto revelação, o

desejo de auto compreensão e o desejo de transformar padrões de comportamento disfuncionais, o que pode ser colocado de forma implícita ou explícita.

Dentro do microcosmo social que é o grupo terapêutico, a honestidade e a espontaneidade são fundamentais, os participantes devem sentir que podem realmente expressar o que quer que seja, sem serem punidos.

Segundo Yalom & Leszcz (2005), o líder tem sempre um papel fundamental na “modelagem” do grupo, ele deve estar ciente desta tarefa e para fazer valer as regras desejáveis, ele pode utilizar algumas técnicas. Por exemplo, o terapeuta deve criar uma rede de interação, na qual as comunicações entre os participantes não tenham que necessariamente passar por ele, e também, utilizar diversos tipos de reforço positivo quando considera que os participantes estão a atuar de forma efetiva a nível interpessoal.

Yalom & Leszcz consideram que qualquer forma de psicoterapia é um processo de aprendizagem e que um outro método que pode ser utilizado em intervenções grupais é a modelagem comportamental a partir do exemplo do terapeuta, o qual deve oferecer um modelo de interação que demonstre atenção ao outro, aceitação incondicional, não-julgamento, acolhimento, honestidade, espontaneidade, etc. Contudo, os autores ressaltam a importância do “envolvimento pessoal disciplinado” por parte do líder, na medida em que ele tem a responsabilidade da condução do grupo.

Por vezes, os pacientes desenvolvem sentimentos conflituosos em relação ao terapeuta, nestes casos o profissional deve atuar de forma transparente para permitir a situação transferencial (Yalom & Leszcz, 2005).

À medida que o grupo amadurece, ele tende a ficar mais autónomo e os participantes tendem a expressar-se de forma mais livre, isto é importante clinicamente e deve ser fomentado.

A terceira tarefa fundamental do terapeuta, segundo Yalom & Leszcz, é a ativação e a utilização do “aqui e agora”, que desempenha um papel crucial para colocar em prática muito do que foi descrito anteriormente.

A ativação e a utilização do “aqui e agora” implica que o terapeuta esteja com uma atenção plena no que está a acontecer e que tenha uma capacidade de análise apurada para compreender as subtilidades que acontecem nas interações do grupo.

Yalom & Leszcz (2005) demonstram que existem dois níveis interdependentes para colocar em prática esta tarefa; o primeiro tem a ver com um nível vivencial e o

segundo está relacionado a uma elucidação racional dos processos, isto é, para que o “aqui e agora” seja utilizado de forma terapêutica é necessário que os pacientes estejam com foco no presente e envolvidos no que está a acontecer no grupo, é isto que facilita o *feedback*, a catarse, a auto revelação significativa e a aquisição de competências sociais. Porém, tão importante quanto este envolvimento no presente, é o reconhecimento do que está a acontecer, a sua análise e compreensão.

Se apenas o primeiro nível está presente, a experiência do grupo é intensa, os participantes sentem-se profundamente envolvidos, a expressão emocional pode ser elevada, porém eles ficam sem referências cognitivas que permitem compreender os acontecimentos e transformá-los em aprendizados com utilidade fora do grupo.

Quando apenas o segundo nível está presente - a análise do processo - o grupo perde vitalidade, sentido e as suas atividades podem transformar-se em exercícios intelectuais estéreis.

Deste modo, cabe ao psicoterapeuta conduzir o processo de ativação do “aqui e agora”, utilizando estratégias que contribuam para o comprometimento efetivo do grupo e também facilitando o processo de reflexão e análise.

As tarefas acima descritas requerem grande envolvimento por parte do terapeuta, assim como o treino e o desenvolvimento de habilidades e competências específicas.

Importa referir que adaptações técnicas são necessárias quando se trata de intervenções realizadas em contextos específicos, por exemplo, em hospitais com pessoas internadas. Porém, no presente texto os aspetos que foram abordados tiveram como base a realização de grupos terapêuticos semiabertos que têm a duração mínima de 6 meses, com encontros periódicos de uma ou duas vezes por semana e que objetivam mudanças de personalidade.

A grupanálise e a abordagem combinada de Yalom

A grupanálise é o paradigma dos modelos analíticos de intervenção em grupo e baseia-se na teoria da técnica psicanalítica. Alguns autores de referência neste contexto são: Foulkes, considerado o fundador da grupanálise e Eduardo Luís Cortesão, bem como Maria Rita Leal em Portugal.

De acordo com este paradigma e com os autores acima citados, a situação transferencial no grupo é um elemento de grande importância, aqui as conceções de matriz, padrão grupanalítico e matriz relacional interna são fundamentais.

Foulkes confere à matriz grupalítica uma dimensão funcional e define o “treino do ego em acção” como um processo terapêutico que aí ocorre, a partir do qual, os indivíduos, em interação com os outros, analisam e adaptam as suas estruturas mentais (id, ego e superego) no sentido de promover um funcionamento mais harmónico destas estruturas (Ferreira, 1992).

Na escola portuguesa, Maria Rita Leal vê a matriz do grupo como uma rede de relação, comunicação e transferência, onde em termos terapêuticos ocorre o “treino do ego em acção” aliado a aspetos regressivos que atingem níveis proto verbais e reconstitutivos.

Leal complementa o ponto de vista de Foulkes, ao introduzir o que ela denomina “matriz relacional interna”. Ferreira (1992) explica que, segundo a autora, o indivíduo forma a sua matriz relacional interna nos diferentes grupos por onde passa. Ela começa a ser estruturada a partir da díade mãe-criança e vai se organizando à medida que a pessoa passa por outros grupos: a família, a escola, os grupos de trabalho, de lazer, entre outros.

Segundo a conceção de Leal, no processo grupalítico os indivíduos modificam as suas matrizes relacionais internas, por intermédio da matriz do grupo, onde ocorrem partilhas emocionais, situações regressivas que atingem níveis proto verbais e a repetição de situações infantis muito precoces.

O treino do ego em acção de Foulkes é importante para ocorrer a modificação da matriz relacional interna, pois para Leal este treino traz para o consciente a procura do inconsciente, através dum processo emocional semelhante ao ocorrido na infância, mas que se manifesta no “aqui e no agora” (Ferreira, 1992).

Eduardo Luís Cortesão é quem conceptualiza o padrão grupalítico, definindo-o como o conjunto de atitudes e valores que o grupalista transmite e sustenta na matriz, o que fomenta o desenvolvimento da cultura do grupo, que é, assim, influenciada pelas características e pelos propósitos do terapeuta.

A abordagem combinada de Yalom inspira-se, em grande parte, na teoria psicanalítica. Este autor utiliza o modelo dinâmico do funcionamento mental e também dá importância a aspetos, tais como a transferência no processo terapêutico. Contudo, a sua abordagem desenvolve-se de forma diferente e independente da psicanálise, na medida em que estabelece relações entre a corrente analítica e outras orientações

teóricas, o que dá origem a um modelo de intervenção original que tem vindo a ganhar espaço.

Referências bibliográficas

Ferreira, A. G. (1992). *Matriz grupanálitica* in Grupanálise, nº3, pp. 45 – 56. Sociedade Portuguesa de Grupanálise: Lisboa.

Ferreira, A. G. (2010). Comunicações e apontamentos das aulas de *Modelos Analíticos de Avaliação e Intervenção em Grupo* ministradas no Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA): Lisboa.

Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic Books: New York.

Yalom, I. D. & Ballinger, B. (1995). *Group therapy in practice* in Comprehensive book of psychoterapy, pp. 189 – 204. Oxford University Press: New York.

Yalom, I. D. & Leszcz, M. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy*. Basic Books: New York.