

## PSICOEDUCAÇÃO GRUPAL EM CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Natália Barreto<sup>1</sup>, Cibeli Paz<sup>2</sup>, Fabiane Caillava<sup>3</sup>

1,\* - Acadêmica do Curso de Psicologia, Centro Universitário da Região da Campanha-URCAMP, nataliatbarreto@gmail.com

2,\* - Acadêmica do Curso de Psicologia, Centro Universitário da Região da Campanha-URCAMP, cibelizpaz@gmail.com

3,\* - Mestre em Ciências Médicas (Famed - UFRGS), Centro Universitário da Região da Campanha-URCAMP, fabianecaillava@urcamp.edu.br

O presente artigo relata o trabalho realizado a partir de um estágio em Psicologia Social, desenvolvido no Centro de Atenção Psicossocial II no município de Bagé, região da campanha no Rio Grande do Sul. Tendo em foco a promoção de saúde na área de Políticas Públicas, apresentamos as atividades realizadas no estágio. O trabalho das estagiárias teve como objetivo a disseminação de informações e entendimento sobre o funcionamento de sintomas e transtornos proeminentes na população frequentadora do CAPS II. O grupo foi realizado uma vez por semana, onde os tópicos a serem discutidos eram sugestões dos próprios frequentadores. A experiência evidenciou que há interesse tanto dos portadores de Transtornos quanto familiares sobre o funcionamento dos mesmos. Contou com a participação ativa e engajamento contínuo dos integrantes, embora houvesse a flutuação no número de participantes por encontro devido a ser um grupo aberto. Procuramos, assim, contribuir para a desmistificação de doenças/problemas psíquicos e evidenciar formas mais eficazes de lidar com os mesmos.

**Palavras-chave:** Psicoeducação, CAPS, Saúde Mental.

---

### Introdução

Este resumo traz o relato de experiência acerca de uma vivência no estágio em Psicologia Social e Institucional II, realizado no Centro de Atenção Psicossocial II (CAPS II), na cidade de Bagé (RS), durante os meses de outubro a dezembro de 2019.

O Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) é uma iniciativa idealizada pelo SUS, que constitui um método relevante e inteligente para lidar com o adoecimento psíquico das pessoas. Através das propostas desenvolvidas pelo CAPS, familiares, amigos, cuidadores e os próprios usuários, frequentam a instituição como integrantes essenciais do processo terapêutico (CARVALHO; DIAS; MIRANDA et.al.,2013).

Os indivíduos acolhidos no local, devido aos sofrimentos mentais, devem ser estimulados a reestabelecer a integração social e familiar, além de ser disponibilizado atendimentos multidisciplinares que visem fortalecer a autonomia no seu próprio tratamento (PEDROSO; MEDEIROS, 2016).

Portanto, todo trabalho desenvolvido no CAPS deverá ser realizado em um “meio terapêutico”, ou seja, tanto as sessões individuais quanto as grupais, deverão ser pautadas na construção de um ambiente facilitador, estruturado e acolhedor, possibilitando assim um serviço com finalidade efetivamente terapêutica

(MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2004).

Ressalta-se, que em grupos abertos a participação de cada participante se dará de forma singular, característico do funcionamento de certas estruturas de personalidade e Transtornos.

Além disso as técnicas psicoeducacionais estão presentes, na sua grande maioria, em protocolos de tratamento de doenças psíquicas fundamentadas na Teoria Cognitivo Comportamental, sendo considerada uma intervenção de apoio para outros tratamentos ambulatoriais (FOES; FERREIRA; PALUDO, 2015).

Sendo assim, objetivou-se a promoção de saúde mental através da Psicoeducação por meio da modalidade em grupo, sobre as patologias com maior incidência, e também do interesse dos usuários de apropriarem-se sobre.

## Metodologia

De acordo com Larentis e Maggi (2012) as atividades mais frequentes dentro dos CAPS ainda são limitadas em atendimentos e escutas individualizados. No intuito de atender a demanda dos participantes das oficinas, a psicoeducação foi escolhida como uma estratégia de desenvolver autoconhecimento, além de ser um meio de ampliar informações acerca do funcionamento das patologias mentais.

A partir da demanda observada no grupo de oficinas do CAPS II, trabalhou-se atividades psicoeducativas com os participantes, utilizando dados científicos como um meio de ampliar o fornecimento de informações aos pacientes, com a finalidade de expandir o entendimento das psicopatologias e seus diagnósticos.

Sendo assim se optou pelo formato de Grupo de Psicoeducação. O qual tem como objetivo fornecer informações sobre sintomas, indo da prevenção à prognósticos de transtornos. Podendo ser realizado com um grupo com um número mais amplo de participantes, até mais 15 (NEUFELD & RANGÉ, 2017).

Quando se diz respeito aos critérios de seleção, apenas frequentadores assíduos do CAPS II, e que tinham interesse em participar desta proposta, foram designados para as atividades.

O vigente grupo teve 8 encontros distribuídos ao longo de 3 meses. Em geral, Grupos de Psicoeducação costumam acontecer em um período curto de 4 a 6 semanas (NEUFELD & RANGÉ, 2017).

Dessa maneira, foram planejadas 8 oficinas de psicoeducação com periodicidade de três encontros mensais com datas pré-definidas, cada encontro decorreu em uma hora e meia de duração, sem haver intervalos para não interromper o fluxo de ideias e concentração dos participantes, uma vez que, a adesão às atividades que envolvem atenção não excede a este limite de tempo.

As atividades foram divididas da seguinte forma: nos primeiros quarenta minutos se abordava o conteúdo teórico a respeito do tema proposto, assim se informava sobre a caracterização e sintomatologias de determinada patologia, etiologia e suas possíveis intervenções, posteriormente eram utilizados trinta minutos para as discussões de mitos e verdades sobre a doença, e se concluía a atividade com vinte minutos dispostos para questionamentos e dúvidas pertinentes ao contexto da oficina.

Todos os temas trabalhados na oficina de psicoeducação foram sugeridos pelos próprios participantes, favorecendo assim o papel ativo de cada integrante. As temáticas discutidas foram: Transtorno Obsessivo Compulsivo, Transtorno de Pânico, Transtorno Bipolar, Suicídio, Automutilação, Transtornos Esquizotípicos, Transtorno de Personalidade Borderline e Transtorno por Uso de Substâncias.

## Resultados e discussão

Durante a realização do projeto de psicoeducação, as abordagens dos temas eram estritamente sugeridas pelos próprios participantes, com o intuito de proporcionar a autonomia.

Em razão deste tipo de metodologia houveram momentos na prática em que as trocas de vivências experienciadas pelos usuários enriqueciam a atividade proposta, e com auxílio das acadêmicas coordenadoras do grupo, tais relatos ajudavam nas desmistificações providas pelo senso comum.

Afinal, também se fez necessária essa despatologização e alimentação de ideias psicossomáticas de alguns frequentadores durante todos os encontros, para um melhor esclarecimento sobre os Transtornos. Utilizando da recapitulação referente à intensidade, frequência e duração inerente ao diagnóstico a cada transtorno.

A partir dessas considerações, o grupo contou com um fluxo de participantes que oscilava entre 15 a 20 sujeitos, estando em alinhamento com a demanda local. Os participantes possuíam de 20 a 60 anos, sendo frequentadores de demais serviços prestados pelo CAPS II, assim como familiares de sujeitos que faziam acompanhamento psicológico na instituição.

Uma constante durante os encontros era a necessidade de manter o foco no assunto, um exercício contínuo em grupos abertos para que o objetivo da atividade seja atingido, no entanto, em certos momentos é inevitável o desfoque durante as discussões em grupo, e é neste momento que o papel do mediador se torna essencial, visto que torna-se necessário a retomada do assunto proposto.

Observou-se que no momento que um dos participantes se manifestava acerca de seus conhecimentos e vivências, a qualidade da aprendizagem se tornava mais produtiva, uma vez que os outros participantes do grupo poderiam correlacionar os conteúdos aprendidos com a experiência do colega, bem como com identificações pessoais, promovendo uma escuta empática nos integrantes.

Para Peluso, Baruzzi e Blay (2001) “a interação entre os componentes do grupo também parece ser importante fator para o estabelecimento de novas relações interpessoais e sociais, diminuindo o isolamento social”, tal aspecto foi verificado no decorrer das atividades de psicoeducação, à medida que, usuários que costumavam isolar-se durante os encontros do grupo, tornaram-se mais presentes e comunicativos com a abertura e interação dos outros participantes do grupo.

Embora estivéssemos em um ambiente onde o trabalho terapêutico e a procura por auxílio têm foco especialmente em patologias mentais, muitos integrantes do grupo expressavam suas concepções sobre os transtornos mentais de maneira que fosse vista como um “fenômeno anormal”.

Esses discursos ilustram o quanto é arraigada a concepção de que a pessoa com transtorno mental encontra-se sob condição que confere a ela anormalidade humana, colocando-a em posição de periculosidade, de incapacidade e de transgressão das normas morais sociais (CÂNDIDO; OLIVEIRA; MONTEIRO et.al., 2012). Por esta razão, a psicoeducação pautada em uma escuta empática foi tão relevante, pois a partir dos questionamentos e pontos de vista levantados durante a atividade, se pôde moldar e intervir sobre as crenças disfuncionais dos transtornos ali discutidos.

Para que houvesse uma maior facilitação da participação e interação entre os membros do grupo, o feedback se tornou essencial como forma de validar os pensamentos e emoções que eram verbalizados livremente durante as atividades. Através do feedback positivo, os usuários sentiam-se mais acolhidos para o diálogo e as estagiárias conseguiam avaliar se o projeto estava trazendo resultados efetivos com a proposta da psicoeducação.

Portanto, se buscou instigar ao fim dos encontros um momento para avaliação tanto dos participantes quanto das acadêmicas, de forma estimular a participação no grupo, e importância da participação de cada participante. Foi considerado que existem diferentes formas de feedback, podendo ser não intencional e ao decorrer do grupo, como elogios indiretos a metodologia, comportamento não verbal, que podem não exprimir a totalidade da opinião de um participante (BEHELLI; DOS SANTOS, 2005).

## Conclusão

Através da experiência proporcionada pelo grupo, entende-se que a técnica de psicoeducação é uma importante ferramenta terapêutica nas intervenções em grupo, possibilitando o compartilhamento de experiências, esclarecimento de percepções errôneas acerca das patologias, diminuindo assim as crenças disfuncionais e preconceitos. Deste modo, a metodologia da psicoeducação impulsiona a promoção de saúde mental em instituição pública e ajuda na conscientização dos transtornos psíquicos e na elaboração de estratégias de enfrentamento destas doenças.

No decorrer do processo grupal, observou-se o envolvimento e participação ativa dos usuários, verificando que a técnica utilizada em grupo do CAPS II estimula o interesse e troca de informações contínuas entre os participantes, resultando na educação dos usuários. Grupos de Psicoeducação com os mais variados níveis de comprometimento cognitivo, e emocional são possíveis e despertam interesse a população frequentadora de instituição pública.

Almeja-se que o presente relato de experiência de estágio possa contribuir aos profissionais da área da saúde, no sentido de ampliar a divulgação da técnica como um meio terapêutico efetivo.



## REFERÊNCIAS

BECHELLI, Luiz Paulo de C. e SANTOS, Manoel Antônio dos. O paciente na psicoterapia de grupo. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. 2005. vol.13, n.1, pp.118-125. ISSN 1518-8345. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692005000100019](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692005000100019)>. Acesso em: 07 set. 2020.

90

CANDIDO, Maria Rosilene et al . Conceitos e preconceitos sobre transtornos mentais: um debate necessário. SMAD, **Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** (Ed. port.), Ribeirão Preto, v. 8, n. 3, p. 110-117, dez. 2012 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-69762012000300002&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762012000300002&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 07 set. 2020.

CARVALHO, Mariana; DIAS, Maria; MIRANDA, Arnoldo; FILHAS, Maria. Contribuições da terapia comunitária integrativa para usuários dos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS): do isolamento à sociabilidade libertadora. 2013. **SciELO**. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csp/2013.v29n10/2028-2038/pt/>. Acesso em: 07 set. 2020.

FOES, Verônica; FERREIRA, Luíza; PALUDO, Simone. Caindo na real: relato de uma experiência de psicoeducação no tratamento da dependência química. **Unilasalle**. 2015. v.3, n.1. Disponível em: [https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/saude\\_desenvolvimento/article/view/2132](https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/saude_desenvolvimento/article/view/2132) . Acesso em: 05 dez. 2019.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. (org). **Saúde Mental do SUS: Os Centros de Atenção Psicossocial**. 2004. 1 ed.

NEUFELD, Carmen Beatriz; RANGÉ, Bernard P. (orgs.). **Terapia cognitivo-comportamental em grupos: das evidências à prática**. Porto Alegre: Artmed, 2017.

PEDROSO, Regina; MEDEIROS, Roberto. Efeitos da reforma psiquiátrica no processo de acolhimento no CAPS AD em Viamão, RS. v. 1, n. 2, 2016. **Journal Health NPEPS**.