

## VÍNCULO, ACOLHIMENTO E POTENCIALIDADES: EXPERIÊNCIA NA ABORDAGEM CENTRADANA PESSOA COM UM GRUPO TERAPÊUTICO PARA ADOLESCENTES NO SUL DO BRASIL

*Stéfani Melo Vieira<sup>1</sup>; Aline da Silva Piason<sup>2</sup>*

1 – Centro Universitário CESUCA / Graduanda em Psicologia

2 – Centro Universitário CESUCA / Doutora em Psicologia, Professora e Supervisora de Estágio

[alinepiason@gmail.com.br](mailto:alinepiason@gmail.com.br)

### RESUMO

O presente artigo relata a experiência como facilitadora de um grupo terapêutico para adolescentes, relacionando aspectos teóricos presentes na abordagem centrada na pessoa. A experiência ocorreu entre fevereiro e dezembro de 2024, a partir de um estágio profissional realizado no serviço escola de psicologia de uma universidade localizada na região metropolitana de Porto Alegre/RS. O grupo terapêutico era composto por adolescentes com idades entre 12 e 16 anos, tendo como foco a promoção de um espaço acolhedor para interação social entre os integrantes. Foram totalizados dez adolescentes participantes do grupo, porém, nem todos os integrantes estavam presentes simultaneamente. Foram realizados o total de trinta encontros, sendo estes todos presenciais. Através de uma pesquisa descritiva qualitativa, foi possível identificar situações vivenciadas no grupo, que estão de acordo com conceitos apresentados pela linha teórica em questão. Sendo estes, ambiente facilitador conduzido pelo terapeuta e ferramentas de auxílio, espaço seguro para troca de experiência entre os participantes, liberdade para expressão e enfrentamento dos sentimentos, e conexões seguras que contribuem para espontaneidade.

**Palavras-chave:** humanismo; psicoterapia de grupo; adolescentes.

## BONDING, ACCEPTANCE, AND POTENTIALITIES: A HUMANISTIC EXPERIENCE IN A THERAPEUTIC GROUP WITH ADOLESCENTS IN SOUTHERN BRAZIL

### ABSTRACT

This article reports on the experience as a facilitator of a therapeutic group for adolescents, relating theoretical aspects present in the person centered approach. The experience took place between February and December 2024, based on a professional internship carried out at the psychology school service of a university located in the metropolitan region of Porto Alegre/RS. The therapeutic group was composed of adolescents between the ages of 12 and 16, with a focus on promoting a welcoming space for social interaction among the members. There were ten adolescents participating in the group, however, not all members were present simultaneously. A total of thirty meetings were held, all of which were in person. Through qualitative descriptive research, it was possible to identify situations experienced in the group, which are in accordance with concepts presented by the theoretical line in question. These are: a facilitating environment led by the therapist and support tools, a safe space for the exchange of experiences among the participants, freedom to express and face feelings, and safe connections that contribute to spontaneity.

**Keywords:** humanism; psychotherapy, group; adolescent.

## INTRODUÇÃO

O presente artigo apresenta um relato de experiência de estágio profissional como terapeuta facilitadora de um grupo de adolescentes, realizado semanalmente no Serviço Escola de Psicologia (SEP) de um centro universitário, localizado na região metropolitana de Porto Alegre/RS. O serviço é disponibilizado pelo curso de psicologia, e presta atendimento psicológico gratuito para moradores das comunidades próximas à universidade, e que possuem baixa renda. O SEP é composto por quatro núcleos de atendimento, sendo eles: O Núcleo Centrado na Pessoa e Grupos, ao qual estive vinculada, que é responsável por atendimentos individuais e em grupo com base na abordagem humanista. O Núcleo Clínico, que por sua vez, oferece atendimentos individuais fundamentados na psicanálise. O Núcleo Comunitário que promove atendimentos diretamente na comunidade, seguindo a abordagem social e comunitária. O Núcleo de Famílias que realiza atendimentos individuais e familiares a partir da abordagem sistêmica. Os estagiários do serviço participam de reuniões semanais com seus respectivos supervisores para discussão dos casos atendidos. Além disso, realizam seminários teóricos fundamentados na abordagem do núcleo ao qual pertencem. A experiência de estágio percorrida no presente artigo, ocorreu entre os meses de fevereiro a dezembro de 2024.

Este relato baseia-se em trinta encontros realizados em um grupo terapêutico para adolescentes, vinculado ao Núcleo Centrado na Pessoa e Grupos. Esse núcleo fundamenta seus atendimentos na abordagem humanista fenomenológico-existencial, utilizando conceitos e ferramentas alinhados às teorias desse movimento. Com uma visão holística, compreende o ser humano em sua totalidade, reconhecendo seu potencial para mudança e crescimento. Dessa forma, o indivíduo possui liberdade para realizar escolhas, a partir da sua subjetividade e das suas próprias reflexões, e se responsabilizar por elas (1). Tem como foco para atendimento a abordagem centrada na pessoa, onde o terapeuta confia na tendência que o ser humano possui para seu próprio crescimento. Essa tendência pode ser definida como uma força interna que impulsiona o indivíduo. Dessa forma, possibilita que haja integração e socialização, mesmo quando existem atitudes ou comportamentos destrutivos (2).

Os encontros grupais têm como objetivo promover um ambiente facilitador, a fim de que os integrantes se sintam confortáveis para se expressarem com seus pares. Um clima psicológico de segurança, liberdade de expressão e redução de defesas, pode ser desenvolvido por uma pessoa facilitadora. Esta, por sua vez, tem potencial de criar condições necessárias para que seja desenvolvido o processo de crescimento do grupo (3). Algumas formas de comunicação foram percebidas como facilitadoras durante o processo terapêutico, dentre elas estão: Reiteração, que possibilita uma autonomia do cliente através de um resumo e de uma reprodução realizada pelo terapeuta, a partir de algumas palavras significativas na comunicação do cliente; Reflexo de

sentimentos, que se dá através da comunicação do terapeuta em relação aos sentimentos trazidos pelos clientes em seus relatos, possibilitando um ambiente de acolhimento.; Elucidação, onde o terapeuta compreende significados ou sentimentos que ainda não foram simbolizados pelo cliente, e os comunica; Desvelamento, a partir desta comunicação, o terapeuta vivencia a experiência do cliente juntamente com ele, possibilitando a percepção de significados que ainda estão distantes da simbolização do cliente (2). Estas atitudes facilitadoras podem ser utilizadas durante um processo grupal, porém, é necessário que haja um cuidado pois o terapeuta não responde apenas às pessoas do grupo de forma individual, mas responde também ao grupo como um todo. Além de estar centrado no cliente, precisa prestar atenção no grupo que está ocorrendo (4).

O aprendizado que se dá através da experiência em grupo, tende a exceder, de forma temporária ou duradoura, para os diversos relacionamentos, sejam eles conjugais, entre colegas, superiores, ou outros, que seguem a experiência de grupo. Durante um processo grupal, existe uma troca de percepções entre as pessoas presentes naquele momento. Deste modo, é possibilitado que cada indivíduo experimente de que forma é visto pelo outro e quais efeitos ele próprio tem em suas relações interpessoais. Ao longo do tempo, a partir da liberdade de expressão e crescente comunicação, surgem novas ideias, conceitos e direcionamentos. Com isso, o indivíduo começa a enxergar novos movimentos como algo desejável, e não como uma ameaça (3).

Para que o processo de comunicação de um grupo de adolescentes seja facilitado, é necessário que o terapeuta entre no mundo do adolescente e esteja disponível para aceitar as manifestações que surgirem durante este momento (4). Além disso, o terapeuta aceita o indivíduo como ele é, e estabelece um ambiente de permissividade nessa relação, de tal modo que se sinta livre para expressar seus sentimentos (5). Com base nos conceitos apresentados, é possível relacionar a prática vivenciada no grupo terapêutico para adolescentes com a teoria proposta pelos autores citados.

## **METODOLOGIA**

O grupo realizava encontros semanais com duração de 1h. Participaram um total de 10 adolescentes, com a variação de presença ao longo dos encontros, o que gerou diferenças no número de participantes por sessão. O grupo contou com a presença de cinco adolescentes do sexo feminino e cinco do sexo masculino, com idades entre 12 e 16 anos. Cada encontro contou com a presença de duas estagiárias de nível profissional e uma estagiária vinculada ao estágio básico II.

Nesta experiência, atuei como terapeuta facilitadora do grupo, com responsabilidades de revisar relatórios semanais elaborados pela estagiária vinculada ao básico II, a fim de garantir que todas as informações estivessem completas e condizentes com o que foi vivenciado. Ainda,

mediava o grupo juntamente com a co-terapeuta (estagiária profissional), planejava previamente as atividades realizadas nos encontros e preenchia os documentos de evolução geral do grupo, bem como os documentos de evolução individual dos integrantes. Ao todo, foram realizados 30 encontros. Para facilitar a comunicação durante os encontros, foram utilizadas algumas ferramentas terapêuticas (tabela 1).

**Tabela 1.** Ferramentas terapêuticas utilizadas nos encontros.

<b>Ferramenta</b>	<b>Objetivo</b>
Papeis em branco, revistas para recorte, lápis de cor, canetinhas, régua e tesouras.	Convite à uma atividade lúdica, a fim de promover um espaço acolhedor para conhecer os integrantes.
Baralho de cartas - Papo teen	Convite à uma atividade terapêutica, a fim de promover um espaço acolhedor para interação e troca de experiências entre os integrantes.
Imaginação e desenho - Seu Lugar Violet Oklander	Convite à um momento de imaginação e desenho, a fim de possibilitar, através do lúdico, uma conexão dos integrantes com suas questões existenciais.
Imaginação com argila - Violet Oklander	Convite a um momento de imaginação, a fim de possibilitar, através do contato com a argila, uma conexão sensorial e existencial.
Jogo de Tabuleiro - Sinto Muito	Convite à uma atividade terapêutica, a fim de promover interação entre os integrantes, e o reconhecimento de sentimentos e reações mediante diversas situações do cotidiano.
Jogo de Tabuleiro - Boliche Terapêutico	Convite à uma atividade terapêutica, a fim de promover interação entre os integrantes a partir do uso corporal, e a troca de experiências pessoais entre os integrantes.
Jogo da memória - Divertida Mente	Convite à uma atividade terapêutica, a fim de promover interação entre os integrantes, e o reconhecimento de sentimentos e reações mediante diversas situações do cotidiano.

fonte: dados extraídos dos relatórios de acompanhamento do grupo terapêutico (2024).

Este é um relato de experiência em estágio de psicologia, com delineamento qualitativo e descritivo, cuja análise de dados foi conduzida sob uma perspectiva fenomenológica. Deste modo, buscou compreender os sentidos atribuídos pelos participantes às suas vivências, considerando suas percepções, experiências e opiniões sobre os fenômenos que os envolvem. A partir disso, valorizou a subjetividade, reconhecendo a maneira como os sujeitos constroem e experienciam a realidade a partir de sua própria ótica (6). Os dados foram obtidos a partir de relatórios de observação elaborados após cada encontro, registrados pelas estagiárias envolvidas no grupo. Esses relatórios foram compartilhados com a supervisora local, e todas as identidades dos participantes foram preservadas, conforme sigilo ético. Os participantes assinaram os termos de

assentimento livre e esclarecido, por serem adolescentes, e seus responsáveis os termos de consentimento livre e esclarecido.

## **RESULTADOS / DISCUSSÕES**

A partir da experiência de trabalho como facilitadora deste grupo de adolescentes, foi possível identificar alguns fenômenos grupais durante os atendimentos. No início, os integrantes se mostravam mais passivos, com pouca comunicação espontânea entre si. Não havia vínculo entre os adolescentes, sendo necessário construir um ambiente mútuo de acolhimento, livre de julgamentos. No começo de cada encontro, era possível perceber falas mais retraídas, com tom de voz baixo. À medida que o grupo se desenvolvia, o tom de voz aumentava, eles se sentavam mais confortáveis nas poltronas, riam e faziam piadas uns com os outros. A ideia de um ambiente terapêutico livre de julgamentos e acolhedor está muito presente na teoria rogeriana, onde o terapeuta atua como um facilitador e cria condições para que o cliente se sinta aceito e capaz de se expressar de forma autêntica, sem o medo de ser criticado ou incompreendido (7).

Conforme o vínculo foi se estabelecendo, os adolescentes se sentiram mais seguros e confiantes para compartilhar sentimentos, vivências e percepções. Os relatos se tornaram mais espontâneos e autênticos. Eles próprios começaram a se comunicar entre si, como se houvesse uma conexão mais profunda. Em alguns momentos, reconheciam as expressões corporais que indicavam tristeza e espontaneamente perguntavam um ao outro como estavam se sentindo. A partir destas situações, expressavam livremente seus sentimentos, e encontravam apoio e acolhimento entre si. A criação de um ambiente que promove a liberdade para expressar sentimentos reais, sejam positivos ou negativos, facilita a construção de um clima de confiança mútua, o que diminui as defesas e aumenta a comunicação e escuta entre os indivíduos (3).

Com o avanço dos encontros, foi possível observar que ferramentas terapêuticas, recursos lúdicos e assuntos em comum propiciavam uma comunicação mais espontânea entre os adolescentes. Dentre os assuntos mais abordados por eles, estavam: Futebol, carros, andar de bicicleta, relacionamentos familiares e com pares, escola, jogos online, vídeos em plataformas digitais de entretenimento, livros e filmes. Estas temáticas proporcionavam aproximação e identificação entre os integrantes. Em um dos encontros, as adolescentes do sexo feminino conversavam sobre livros, filmes e suas percepções acerca do tema. Ao perceberem que os adolescentes do sexo masculino não estavam interagindo, buscaram retomar o contato com eles através de assuntos que faziam parte do seu mundo, como jogos online. Ao longo dos encontros, os adolescentes se aproximavam e pareciam mais atentos às necessidades uns dos outros. A partir do relacionamento com o outro, a personalidade do indivíduo se torna visível para si próprio. As interações são cruciais para que a oportunidade de experimentação seja possibilitada e para que a consciência seja desenvolvida (8).



Durante a prática de imaginação com argila, os adolescentes conectaram corpo e mente, permitindo uma abertura experiencial que promoveu diálogos espontâneos e autênticos. Alguns participantes fecharam os olhos e seguiram a condução sobre como segurar e manipular a argila. Em determinado momento da prática, foi solicitado que aplicassem força sobre a argila, um dos adolescentes realizou a proposta de forma intensa, captando a atenção dos outros participantes e promovendo um diálogo sobre sua ação. Durante esse processo, pareceu que este conseguiu externalizar sentimentos internos e intensos através do corpo. A argila possui qualidades que tornam a experiência sensorial singular. Trata-se de um elemento natural com diversas possibilidades de sentir. Em muitos casos, a experiência com a argila parece suavizar as barreiras emocionais, permitindo a abertura para expressão dos sentimentos (9).

Em diversos encontros, os adolescentes optavam por jogar o jogo da memória do filme “Divertida Mente” (tabela 1). Sempre que acertavam um par de cartas, falavam sobre uma situação que remetia aquela emoção. O jogo facilitava a expressão de sentimentos, permitindo que os adolescentes se comunicassem sobre experiências como raiva, alegria, tristeza, vergonha, nojo, medo, tédio, inveja e ansiedade. Além disso, o jogo proporcionava um espaço acolhedor, onde os participantes se escutavam e se apoiavam. O jogo de tabuleiro “Sinto Muito” (Tabela 1) igualmente favorecia o reconhecimento e a discussão das emoções. As cartas descreviam situações diversas e ajudavam os adolescentes a nomear sentimentos, promovendo conversas e reações baseadas nas emoções escolhidas. Os adolescentes se engajavam com a possibilidade de ganhar o jogo, ao mesmo tempo que escutavam um ao outro e se acolhiam. A inserção de jogos e atividades lúdicas no contexto terapêutico pode facilitar o reconhecimento e manejo de sentimentos, favorecendo a consciência emocional (5).

Em um dos encontros, foi realizado o momento de imaginação e desenho sobre o Seu Lugar (tabela 1). No instante em que os adolescentes finalizaram seus desenhos, relataram sobre como era o lugar que haviam imaginado como sendo seu. Um dos participantes compartilhou com o restante do grupo sobre seu lugar ser escuro, vazio e silencioso. Complementou que gosta de ficar sozinho e que o silêncio é bom às vezes. Seu relato captou a atenção de outro participante, que sentiu-se à vontade para expressar seus sentimentos ao concordar com o adolescente e relatar situações que estava enfrentando. Em vários momentos, um participante diz coisas que podem significar muito para outro. Durante um encontro de grupo, as relações entre os integrantes são importantes para os indivíduos de forma individual, assim como para o processo grupal (4).

Conforme os adolescentes se sentiam pertencentes e vinculados ao grupo, os assuntos surgiam espontaneamente, sem a necessidade de ferramentas para facilitação do processo de comunicação. Mesmo com o uso de recursos de apoio, os encontros eram não-diretivos. Os diálogos emergiam a partir das necessidades dos próprios adolescentes, com as terapeutas atuando como facilitadoras. O grupo era conduzido conforme as questões e dinâmicas que surgiam em cada momento. Muitos encontros foram concluídos sem que os jogos terminassem, e, frequentemente, os diálogos entre os participantes se expandiam. As terapeutas favoreciam essa

fluidez em cada encontro. Estas conexões durante o grupo proporcionam que cada integrante caminhe para uma maior aceitação do seu ser emotivo, intelectual e físico, como ele é, incluindo suas potencialidades (3).

## **CONCLUSÃO / CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir dos relatos observados, foi possível identificar uma sintonia entre os conceitos estudados, e as práticas grupais. A postura das terapeutas como facilitadoras foi essencial para criar um ambiente propício à exploração das potencialidades. As atitudes facilitadoras juntamente com a motivação dos integrantes e a utilização de recursos lúdicos, foram fundamentais para que os momentos grupais proporcionassem a autenticidade e a espontaneidade dos participantes.

O grupo pode ser visto como um espaço com potencial terapêutico. À medida que o vínculo entre os membros foi se fortalecendo, as relações interpessoais se tornaram mais próximas e os adolescentes passaram a compartilhar mais abertamente suas experiências, se apoiando mutuamente. Essa rede de apoio, formada a partir da troca de perspectivas e vivências, foi fundamental para a construção de um espaço livre de julgamentos, onde cada um pôde se sentir acolhido e respeitado.

Em suma, o trabalho grupal realizado demonstrou como a abordagem centrada na pessoa, pautada pela confiança no potencial do ser humano e pela criação de um ambiente facilitador, pode ser eficaz no acompanhamento de adolescentes em contextos terapêuticos. O processo de transformação vivenciado no grupo evidencia a importância de uma prática terapêutica que valoriza a subjetividade e o processo de autoexploração dos participantes, promovendo um espaço de crescimento mútuo e coletivo.

## **REFERÊNCIAS**

1. Lima BF. Alguns apontamentos sobre a origem das psicoterapias fenomenológico-existenciais. *Revista Abordagem Gestáltica*. 2008;14(1):28-38.
2. Tambara N, Freire E. *Terapia centrada no cliente: teoria e prática: um caminho sem volta*. Delphos; 2010.
3. Rogers CR. *Grupos de encontro*. 8ª ed. Martins Fontes; 2002.
4. AmatuZZi MM. *Rogers: ética humanista e psicoterapia*. 2ª ed. Alínea; 2012.
5. Axline VM. *Ludoterapia*. Belo Horizonte: Ed. Interlivros; 1972.
6. Sampiere RH, et al. *Metodologia de pesquisa*. 5ª ed. Penso; 2013.
7. Rogers CR. *Tornar-se Pessoa*. 3ª ed. Martins Fontes; 2007.
8. Fadiman J, Frager R. *Personalidade e crescimento pessoal*. 5ª ed. Artmed; 2004.
9. Oaklander V. *Descobrir crianças: um guia prático para trabalhar com crianças e adolescentes em terapia*. 2ª ed. São Paulo: Summus; 2016.