

# O GRUPO E A IDEALIZAÇÃO DA EQUIPA TERAPÊUTICA

## **I - INTRODUÇÃO:**

Esta comunicação pretende pensar a necessidade do controlo onipotente do grupo sobre a Equipa Terapêutica e pretende dar conta de como a análise da transferência e da contratransferência auxilia a Equipa a compreender o grupo, a conter e a elaborar os afectos dolorosos e ameaçadores.

## **II - CONTEXTUALIZAÇÃO:**

Trata-se de um grupo com cerca de dois anos e dez meses, constituído, atualmente, por 4 elementos, mulheres com idades entre os 34 e os 44 anos. Do grupo já fizeram parte 3 mulheres e 1 homem que entraram e saíram em datas distintas.

Inicialmente através da idealização da Equipa Terapêutica, o grupo tentava controlá-la para que não falasse sobre sentimentos dolorosos difíceis de contactar: a frustração, a raiva, a inveja, a dor profunda. Na contratransferência a Diretora foi sentindo medo de falhar, de frustrar as pessoas, de não dar o suficiente, mas também medo de ser abandonada e que o grupo acabasse. Como tal, sentia que a Equipa tinha que conseguir dar ao grupo o que este lhe pedia... tinha que ser uma Equipa Ideal.

Entretanto, o grupo começa a empurrar um dos elementos, a Beatriz (o elemento que estava há mais tempo em psicodrama) para ocupar a posição de líder. Beatriz, detentora de um *self* onipotente e uma organização defensiva narcisista poderosa, desejava exhibir as suas capacidades e gostava de ser admirada por elas e era reconhecida pelo grupo como sendo a mais participativa, a mais dinâmica, a mais criativa. Beatriz era também o elemento do grupo que mais habitava, a mente da Equipa Terapêutica. A sua postura sedutora, o tipo de comentários muito enfáticos e ordenados que proferia sobre os exercícios e as dramatizações, a sua atitude competitiva e de rivalidade em palco com a Ego, era como se quisesse fazer parte da Equipa, substituindo a Ego... Contratransferencialmente, a Diretora foi-se sentindo aprisionada pela Beatriz, com muita coisa para dizer em relação a certos aspectos, mas sem saber como o fazer, uma vez que se sentia zangada e com medo de perder o controlo.

Lentamente, toma-se consciência que Beatriz seria no grupo a porta-voz da revolta contra a elaboração da posição depressiva. Daí a atitude da Beatriz em querer atuar como um Ego, em querer colocar-se no lado da Equipa Terapêutica, ser o par da Diretora, atitude esta que serviria para não contactar com o seu sentimento de fragilidade e negar a dependência.

Ao ir elaborando os sentimentos contratransferenciais, de medo de abandono, impotência, zanga, a Diretora consegue irromper com o mutismo que lhe era imposto pelo grupo e começa a anunciar sentimentos difíceis de contactar. Ao mesmo tempo que, nas dramatizações, através da proposta de realizações simbólicas, torna-se mais explícito o controlo do grupo, a inveja, a rivalidade edipiana e também, a zanga com a Equipa, através da contestação das regras do psicodrama. Não só pela contestação

da alteração que a Equipa fez à “concepção inicial” do grupo, permitindo a entrada de um elemento masculino, como pela contestação da falta da Ego e das férias “impostas”.

Sendo a porta-voz do grupo, Beatriz começa a irritar-se, a expressar a zanga quando confrontada com a sua frustração e desidealização. Tentando reafirmar a sua posição onipotente, toma para si o poder da decisão de acabar com o grupo “*sinto o grupo numa dinâmica de partida... O que eu sinto é que, se calhar é tempo para todos partirmos...*”. O que foi recebido pela Equipa Terapêutica de forma extremamente violenta e o que requereu algum tempo para elaborar toda a zanga projetada. Na contratransferência, a Diretora sentiu a frustração que estava a “causar” ao grupo por estar a “desiludir”, por estar a deixar de ser a Diretora Ideal, Onipotente, por estar a desmentir a relação fusional, que o grupo pensava ter consigo e por estar a obrigá-lo a contactar com aspectos difíceis de perceber.

Entretanto, no decorrer de algumas sessões em que o grupo foi experimentando emoções intensas, a Diretora foi sentindo o apelo do grupo, para que transformasse a violência do material interior, a rivalidade, a raiva, a inveja e os devolvesse de uma forma contentora e elaborada.

### **III - SESSÃO EM FOCO:**

Na segunda sessão, após as férias de Verão, estiveram presentes 3 dos 4 elementos do grupo. O grupo começa a permitir-se contactar com os seus sentimentos dolorosos de impotência, imperfeição, frustração e medo da mudança.

**No aquecimento verbal, a Cátia** faz referência à sua dificuldade em gostar do que vê em si e refere achar que nunca presta, que nunca é boa em nada e que as coisas entre ela e o seu companheiro não estão a evoluir. **A Maria** diz ter constatado na última sessão que não se vê de uma forma muito bonita e que a incomoda não estar bem consigo própria. Diz ainda, ter pensado em mudar-se para a sua terra natal, onde acha que seria mais feliz, mas tem medo de mudar a sua vida e que isso seja uma ilusão.

**A Beatriz** refere que se tem esforçado imenso para estar bem e esquecer o ex-namorado, mas que esse esforço tem sido inglório: “*Isso está-me a angustiar... Não posso negar mais (chora compulsivamente). Eu tenho escondido, tenho feito os possíveis e imaginários porque eu não assumo a fragilidade. Não assumo que possa ser uma pessoa possível de deprimir. Para mim a depressão é um autêntico tabu, eu sou contra os antidepressivos, sou antidepressão! Mas o que é certo, é que eu não estou bem e isso está-me a preocupar, porque tenho que voltar a viver sozinha. Eu estou com 44 anos e estou assustada comigo própria. Nunca me vi neste estado. Eu posso correr maratonas, eu posso ir a Antártida à vela, mas eu estou um caco! Eu gostava de acreditar, mas eu não consigo, estou sem fé... não consigo perceber onde é que está o problema. Nós aqui olhamos uns para os outros e conseguimos ver coisas nos outros que nós próprios não conseguimos ver.*”

Configura-se a **Hipótese Terapêutica** que Beatriz seria o emergente grupal da resistência à mudança. A resistência à verdade, pela dor e sofrimento que traz a desidealização da onipotência narcísica. Em palco, depois de alguns jogos de aquecimento (caminhar pelo palco, jogo do nó, jogo do pêndulo) em que todos os elementos estiveram envolvidos, a Diretora sentiu que o grupo estava numa postura contentora com a

Beatriz no jogo do pêndulo e elege-a como protagonista da dramatização. A Diretora dá indicação à Beatriz para simbolizar o seu presente, o seu passado e o seu futuro. Pede-lhe para que divida o palco em três espaços e que escolhesse 3 pessoas do grupo para representar a Beatriz do Passado, do Presente e a do Futuro e que, à vez, fosse falando com cada uma delas.

Ao contactar com a Beatriz do Passado, representada pela Maria, Beatriz refere que houve uma parte da sua infância que foi muito feliz, agradável e segura. Era boa aluna e embora tivesse alguma ansiedade em relação às provas, acabava por ter bons resultados. Gostava muito de subir às árvores, de andar de bicicleta com os amigos da rua, mas refere ter havido uma parte dolorosa... o facto de já, nessa altura, sentir solidão... Beatriz recorda-se das partidas de barco do seu pai que era embarcado. Nessa altura já sentia que tinha que ir à procura das pessoas para não se sentir sozinha e ia para casa dos tios que viviam na casa ao lado. No entanto, Beatriz diz que, embora tivesse muitas saudades do seu pai, tinha que aguentar, tal como a sua mãe aguentava *“comigo corria sempre tudo bem”*. **Torna-se claro o falso self da Beatriz, como forma de se identificar à sua mãe, assim como o vinha a fazer em relação à Diretora.**

Ao contactar com o seu Presente Beatriz refere ser um presente assustado, infeliz, pois embora esteja com pessoas atentas a si e que esteja a entregar-se a essas pessoas, sente-se insegura por se aperceber que há quem não tenha saudades suas e que *“ninguém lhe pega”*. Isso é algo que lhe dói muito. Diz ainda ficar um bocado assustada quando sente solidão e que tem medo de não aguentar porque é muito fraca, ao contrário da mãe que é muito forte, mas que tenta ser forte para conseguir ser como ela. Beatriz diz: *“Embora me esforce para conseguir ser como a minha mãe, ela tem outros valores que eu não tenho: é mais íntegra, mais robusta psicologicamente, mais inteligente. É uma mãe muito boa, mas é mais fria ... sempre foi muito fria, mas ela também está a sofrer muito, está muito sozinha e também tem sofrido muitas desilusões”*. **Surge a Diretora identificada com uma mãe forte, robusta psicologicamente, mas fria, o que faz surgir, pela primeira, a oscilação entre a idealização e a desidealização.**

Ao contactar com a Beatriz do Futuro, representada pela Ego, diz que sente preconceitos quando olha à sua volta e vê muitas mulheres sozinhas, porque não queria ser mais uma. Queria ser alguém mais entusiasmada pela vida. Diz sentir um futuro no qual se sente muito contida e diz sentir necessidade de o alargar para poder expandir-se e libertar-se da saudade profunda que sente do que está para trás, embora considere não estar ainda preparada para o fazer.

Por indicação da Diretora, ao visitar a Beatriz do Passado (representada pela Maria) de mão dada com a Beatriz do Futuro (Ego), contacta com uma miúda aparentemente feliz e que em pequenina era muito feminina, mas que depois, a sua mãe começou a vesti-la com roupa de *“Joãozinho”*, uns calções e o cabelo curtinho, porque os seus pais queriam muito ter tido um rapaz. Embora gostasse muito de se ver numa fotografia em que estava muito bonita, com o cabelo comprido. Ao contactar com esta lembrança, Beatriz chora copiosamente. Conta ter havido uma altura em que nem sabia que tinha tido cabelo comprido (**como se não soubesse que afinal era uma menina**). Na continuação desta percepção, Beatriz conversa consigo mesma: *“Mas pronto, depois tu começaste a safar-te muito bem em coisas que não são muito femininas. Eras a melhor a subir às árvores, aos muros, aos telhados e eras muito destemida. Começaste a competir*

*com os rapazes. Querias que eles olhassem para ti, como miúda, como mulher, só que competias com eles. E depois veio o basket, foi fixe porque tu jogavas com outras miúdas e identificavas-te com elas. Elas eram iguais a ti, também gostavam de basket e era uma coisa que era permitida a vocês. Era um basket feminino. E feminino era diferente do masculino... não há volta a dar!"*

Quando a Diretora questiona sobre o que é que a Beatriz do Passado precisava e como é que a Beatriz do Futuro a podia ajudar, Beatriz responde insegura: *" Não sei, acho que a Beatriz do Passado não aprendeu a ser feminina, não aprendeu a usar a inteligência, a subtilidade e a sensualidade de uma mulher... ela nunca conseguiu que os rapazes gostassem dela. Era sempre ela que gostava deles. Foi sempre assim!"* Quando a Beatriz do Futuro (ego) a questiona como fazer com que os rapazes olhassem para ela, Beatriz responde a sorrir: *"se calhar temos que fazer com que ela não suba às árvores, não ande de bicicleta, não é? temos que fazer com que ela caia e se aleije, com que ela precise de ajuda, não é? porque ela nunca precisa, safa-se sempre sozinha, não é?"*. **A insistência destas perguntas parece denunciar a dúvida da Beatriz em manter-se ou não numa posição fálica-narcísica, uma vez que até então, parece ter sempre havido um sentimento de desvalorização da sua identidade feminina.**

Ao visitar a Beatriz do Presente (Cátia), de mão dada com a do Futuro (Ego), Beatriz refere que *"Falta ela sentir-se verdadeiramente desejada e verdadeiramente amada!"*. Mas quando a Ego, enquanto Beatriz do Futuro, lhe oferece ajuda, Beatriz recua dizendo que tem que conseguir bastar-se a si própria e que não pode estar à espera do Amor dos outros *"Vamos pô-la a viajar mais, já estás há muito tempo no mesmo sítio. Tens que sair!"*

Nos **comentários finais**, a **Maria**, que tinha representado a Beatriz do Passado, refere ter sentido que quando a Beatriz começou a falar da solidão, começara a empurrá-la e percebeu que era uma coisa que ela não queria. Diz ainda ter-se sentido triste porque percebeu que a Beatriz, provavelmente na infância foi alguém que não quis ser ou que queria ser outra coisa e sentiu que ela precisava de se amar muito, no passado e no presente, para conseguir que os outros a amassem. **A Cátia**, enquanto Beatriz do Presente, ficou-lhe a ideia da Beatriz dizer que a sua mãe era muito forte, que consegue sempre tudo.

Nos comentários finais a Beatriz, praticamente, **nega toda a experiência emocional com a qual contactou e assume uma atitude resistente e crítica**: *"Quando eu estou embrenhada neste estado de sofrimento eu digo muito: Quando é que isto acaba?! ... Eu estava realmente muito desconfortável naquele futuro pequenino, porque tem a ver com o facto de não estar a ver futuro... mas depois houve ali qualquer coisa... e percebi que para lá caber, tenho que me aceitar mais, dar azo às minhas potencialidades que estão completamente presas e adormecidas. "Mas ficamos aqui focadas em coisas mais do aspecto exterior. E por mais que eu ande muito gira, o que eu sinto é que ninguém olha para mim! e o meu estado interior é que conta! Nós podemos até pôr cabelo comprido, subir mais a saíha, pôr decote, mas isso é tudo exterior! Estou-me a fazer entender?! Portanto, eu acho que não consegui mexer na Beatriz interiormente! **Diz num tom um pouco zangado**. "Aquele pessoa que acredita em si, que se sente bem, que está segura, onde é que ela está? Como é que ela se vai criar?! Eu já nem posso dizer que é da falta das sobancelhas e do cabelo a cair, portanto isso são coisas que são de fora, mas é evidente que mexem muito comigo. **(Pela primeira vez,***

**a Beatriz fala desta queda de cabelo** *“Eu penso: Vou ficar cada vez mais horrenda! o meu cabelo não vai crescer, vai cair cada vez mais! (diz transtornada). Mas posso continuar a fazer outras coisas, a correr maratonas, a viajar, a fazer amigos, há tanta coisa fixe para fazer. Tenho o mundo inteiro!”*

Nos seus **comentários a Ego**, refere ter sentido a tristeza da Beatriz no passado pela ausência do pai e no presente, pela mãe forte e fria.

**A Diretora comenta** que sentiu uma Beatriz em conflito com o seu lado feminino, sem saber se havia de ser como a mãe, com muita força, ou se havia de ser alguém com o poder de subir às árvores. E que esse, parece ter sido o seu conflito ao longo do tempo. Mas também parece ter percebido que ao competir com os homens, ao ter o poder de subir às árvores, isso não os atrai e não olham para si como mulher ... porque isso é ser um deles.

**Nesta altura, o que se configura para a Diretora, é que uma parte do grupo continuava a não quer contactar com a sua parte deprimida, vulnerável, feminina entre aspas. Continuava a negar a existência de partes dolorosas e negar a necessidade de depender da Equipa Terapêutica, para poder tratar-se. E Beatriz protagonizava a melancolia escondida no grupo e a insuportabilidade de estar perante a imensa tristeza...**

#### **IV - SESSÃO SEGUINTE:**

Estavam todos os elementos presentes. A Beatriz refere que: *“não estava à espera de ficar assim outra vez, mas eu tenho que me aceitar, não há outra hipótese. Tentei perceber durante a semana qual o efeito da sessão em mim e não consegui chegar lá. Continuo com a sensação de estar muito cansada fisicamente e estou muito cansada desta situação da qual eu quero sair e não vejo modos. Mas eu vou começar a treinar outra vez e é natural que uma produção química de endorfinas e de serotonina me esteja a fazer falta.”*

**Na contratransferência a Equipa sente-se completamente frustrada... é como se Beatriz tivesse perdido completamente a experiência e a ajuda recebida na sessão anterior, para além de que, é como se não estivesse a reconhecer o apoio que tanto a Equipa, como o próprio grupo lhe dá e que lhe faz falta.**

Ressalta-se o **comentário da Cátia** que diz ter ficado a pensar no facto da Beatriz se martirizar por não querer estar triste, *“é normal uma pessoa não gostar de estar triste, mas quando a Beatriz falou que era antidepressivos e que não os quer tomar, eu fiquei a pensar que eu os tomava. E o que eu queria dizer à Beatriz era que, nós chegamos a um ponto em que admitir que precisamos de algo ou de alguém, não é mau. Não é dizer: eu vou desistir, eu não sou capaz: Não é isso. Simplesmente é dizer: Sim, eu sou capaz mas eu preciso de ajuda. Pode ser ajuda de uma consulta individual com a Diretora, pode ser ajuda de medicação.”* **Cátia permite-se, pela primeira vez, enfrentar a Beatriz, a líder do grupo, aquela que inicialmente idealizava, isto conseguido, possivelmente, através de uma identificação inconsciente à diretora, a partir do momento em que também ela, conseguiu sair do mutismo em que estava aprisionada.**

A Diretora devolve à Beatriz o quanto parece ter sido difícil para ela, contactar sozinha, durante a semana, com as coisas que surgiram na última sessão em que foi protagonista, mas que naquele dia não estava

sozinha e que o grupo e a equipa a podiam ajudar. Ao que, numa atitude de menosprezo, Beatriz responde: *“Mas eu não acho que tenha trazido novidade nenhuma para mim, todos os processos nos quais eu estive são momentos que eu conheço muito bem, que foram muito dolorosos na minha vida (...) eu sempre fui uma criança angustiada (...) Mas eu já tinha percebido isso! As partidas do meu pai, o facto de eu não ter o meu pai comigo... era uma coisa na minha vida muito violenta! Eu lembro-me perfeitamente disso! (diz a chorar) e eu lembro-me que era visitada pela minha melhor amiga no dia em que o meu pai ía embora e eu tratava-a mal! E ela era a pessoa que eu mais adorava! Porque era como se a felicidade dela, não coubesse em mim! Nem o carinho que ela me ía levar! Ela ía-me visitar, ía ter comigo para brincarmos e a minha dor era tão grande que não conseguia recebê-la.”*

**Percebe-se que Beatriz faz uma identificação da Diretora com a sua amiga. Se por um lado, contratransferencialmente, isso faz a Diretora sentir-se impotente por não conseguir ajudar a Beatriz e aliviar o seu sofrimento, por outro, fá-la sentir-se zangada com a recusa, a ingratidão da Beatriz em relação à sua intenção de ajudá-la e de contê-la. No entanto, o fato de ter conseguido relatar e observar o detalhe da sua reacção com a amiga, fez a Equipa perceber que Beatriz estaria a começar a deixar, gradativamente, a sua posição narcisista.**

A Diretora devolve à Beatriz que parece haver um paralelismo da dor do passado com a dor que a Beatriz sentiu na sessão anterior. Pois, Beatriz parece ter, de alguma forma percebido que, tal como não conseguia receber a amiga, devido a sua dor ser tão grande, também a dor sentida na sessão anterior a impediu de ter recebido aquilo que o grupo lhe devolveu e a ajuda que a Equipa lhe quis dar. Uma dor profunda ligada a algo muito difícil, que é contactar com coisas dolorosas, que é poder deprimir-se e aceitar ajuda. Porque assumir uma posição feminina para ela, é assumir a sua fragilidade e a necessidade de depender de alguém. E isso nunca aprendeu a fazer, identificando-se com a mãe, também para evitar a dor.

#### **V - CONCLUSÃO:**

Inicialmente havia no grupo o apelo por um ideal, um investimento narcísico na Equipa Terapêutica, o qual, durante algum tempo “aprisionou” a Diretora e a impediu de pensar e de falar os aspectos dolorosos, tais como a inveja, a raiva, a impotência, a frustração, a imperfeição... Havia a necessidade de obrigar a Diretora a submeter-se à parte onipotente do grupo para não contactar com a dor mental. Foi entretanto, através análise da transferência e da contratransferência que levou a Diretora a sair da posição onipotente e a poder verbalizar aspetos da transferência grupal e a quebrar com o estado de adormecimento/entorpecimento em que se encontrava. Começou então a surgir no grupo a desidealização, a raiva contra a dependência, a reacção terapêutica negativa (Rosenfeld, 1997) para evitar contactar com a fragilidade narcísica, depender da Equipa para poder ser ajudado, tratar-se e crescer emocionalmente. Mas também começou a surgir uma parte do grupo capaz de se alimentar da capacidade continente da Equipa para acolher e transformar os sentimentos difíceis de lidar, numa hipótese de mudança e crescimento.