

Grupo de reflexão como espaço para cuidar dos cuidadores

Plinio Carlos Baú

Resumo: Este artigo apresenta apontamentos sobre os resultados do grupo de reflexão implantado há 15 anos no Hospital São Lucas, da Pontifícia Universidade Católica (PUCRS), pelo prof. dr. Antônio Spolidoro. Descreve, nas dimensões individual e coletiva, os mais significativos resultados da aplicação dessa técnica, observados durante todo o período, mostrando que a mesma pode ser importante instrumento de análise do conteúdo emocional das práticas laborais dos que trabalham como cuidadores.

Palavras-chave: Grupos de reflexão. Cuidadores. Reflexão. Emoção.



Plinio Carlos Baú
Médico cirurgião geral, professor do Departamento de Cirurgia da Faculdade de Medicina da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS), titular do Colégio Brasileiro de Cirurgiões e coordenador do grupo de reflexão do Hospital São Lucas, da PUCRS

A denominação grupo de reflexão não é bem conhecida por todos. Começou a ser utilizada na década de 60 entre médicos residentes de um hospital psiquiátrico de Buenos Aires, na Argentina. Não é preciso ser psicanalista para saber que em qualquer grupo de pessoas que se reúnem e conversam livremente sobre determinado assunto, ocorre o que chamamos de associação livre de idéias. Alguém apresenta um tema, em geral verbalmente, e os outros dão continuidade participando com opiniões, o que estabelece uma dinâmica de processos associativos em liberdade de expressão. As experiências do grupo de Buenos Aires podem ser encontradas no artigo *Grupos de reflexión*, de Alejo Dellarossa¹.

Um dos introdutores dos grupos de reflexão no Brasil foi Zimmerman, que em sua obra atribui grande valor a esse tipo de atividade por propiciar um aprendizado com experiências a partir do desenvolvimento da capacidade das pessoas de aprenderem a aprender umas com as outras². Ainda segundo o autor, o grupo de reflexão remete a uma tarefa operativa, voltada fundamentalmente para o aprimoramento da capacidade de reflexão acerca de experiências afetivas, cognitivas ou profissionais concernentes à atividade de cada um. Podemos daí depreender que respeitando os mecanismos de livre-associação o tema lançado em cada encontro provavelmente terá

relação com as atividades (e preocupações) comuns aos componentes do grupo.

O termo reflexão vem do latim *reflexione* e se refere à ação de voltar para trás, de virar, reciprocidade, à volta da consciência, do espírito sobre si mesmo, para examinar o seu próprio conteúdo por meio do entendimento, da razão, meditação, contemplação, consideração atenta, ponderação³.

Em seus quinze anos de existência, o grupo de reflexão do Hospital São Lucas desenvolveu-se e deu frutos: a partir dele foram criados a Pastoral da Saúde e o Comitê de Bioética, o primeiro a ser instalado em hospitais brasileiros. Fundamental importância é dada à pluralidade dos componentes do grupo: funcionários da administração do hospital e da Faculdade de Medicina, dirigentes, psicólogos, nutricionistas, enfermeiros, assistentes sociais, técnicos e auxiliares de enfermagem, médicos, religiosos, entre outros, que constituem um coletivo com cerca de 40 participantes. A frequência varia entre 25 a 30 pessoas por reunião. Mesmo os que faltam são considerados importantes: a “cadeira vazia” é uma forma significativa de comunicação não-verbal, que desencadeia fantasias e sentimentos variados.

Essa experiência permite dizer que, na prática, o grupo de reflexão pode ser importante instrumento de análise do conteúdo emocional. Tem-se observado que é possível diminuir as dificuldades de comunicação, evitar ou minimizar crises nas relações de trabalho e, ainda, facilitar o surgimento de capacidades individuais e coletivas para a realização de tarefas específicas.

O valor do grupo de reflexão no cuidado aos cuidadores mostra-se, em primeiro lugar, na importância que cada indivíduo confere à sua participação no grupo. Percebe-se que os participantes sentem-se predispostos a frequentar as reuniões e que as valorizam. O fator terapêutico atua a partir do relato do conjunto de experiências afetivas, cognitivas e reflexivas, sobre as situações cotidianas que envolvem as práticas laborais. Quando cada participante conta como sente, pensa e age em determinadas situações influencia e é influenciado pelos demais⁴. Outro sentimento que se pode observar diz respeito ao nivelamento funcional e intelectual dos membros do grupo. Segundo Zimmerman, a heterogeneidade do grupo aumenta sua interação e integração². Esse aspecto pode ser observado nessa experiência.

A reunião de pessoas de diferentes posições dentro de uma instituição permite o desenvolvimento de capacidades como percepção, conhecimento, comunicação, ação e reconhecimento. O desenvolvimento dessas capacidades transcende o período da reunião e continua a propagar-se na vivência diária, nos diferentes locais de trabalho. Tal aspecto pode também ser observado no processo de trabalho estabelecido no Hospital São Lucas, evidenciando um acréscimo na qualidade das inter-relações.

Nesta década e meia de funcionamento foi possível observar, nos componentes do grupo, o surgimento e aprofundamento de sentimentos como a sociabilidade, solidariedade e reciprocidade (ajuda recíproca), além do aumento

da confiança, emoção básica para o desenvolvimento das demais. Há um “elemento facilitador” que emana da reunião mensal e permanece ao longo dos dias, qualificando e facilitando a ação de cada um. Há também um forte sentimento de pertencência, como qualifica Zimmerman, que significa que cada indivíduo sente que, de fato, faz parte do grupo e é reconhecido pelos demais, mesmo após o término das reuniões.

Finalmente, a meu ver, os cuidadores têm no grupo de reflexão a possibilidade de adquirir e desenvolver uma série de capacidades, como percepção menos distorcida dos fatos que ocorrem ao seu redor, maior aproximação a respeito do que seria o ideal e o que é real, reconhecimento de suas capacidades e limitações e, ainda, conhecimento acumulado para perceber as diferenças de cada um em relação aos demais. O desenvolvimento de tais capacidades e habilidades propicia uma comunicação mais fácil, que flui entre os integrantes do grupo, reduzindo substancialmente o sério

problema dos “mal-entendidos”. Finalmente, pode-se perceber que cada um deles sente ganhar, por intermédio das reuniões do grupo, um amplo espaço de liberdade, criação e contestação.

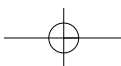
É preciso salientar que, apesar de todos esses benefícios constatados por observação e sentidos pelos participantes, a manutenção de um grupo de reflexão em atividade é tarefa que exige trabalho e esforço constantes. No presente artigo, os resultados descritos validam aquilo que aponta a teoria sobre o assunto: a efetividade dos processos de troca de experiências como forma de cuidar do cuidador. Portanto, para concluir, é preciso enfatizar que essa experiência pode, e até mesmo deve, ser reproduzida em outras instituições, que por intermédio dos grupos de reflexão têm a possibilidade de alcançar, ainda que parcialmente devido ao contexto institucional particular, a melhoria nas práticas e processos laborais, para os indivíduos e o grupo, melhorando sua ação diária e contribuindo para que todos se tornem mais felizes.

Resumen

Grupo de reflexión como espacio para el cuidado de los cuidadores

Este artículo presenta algunas reflexiones acerca de los resultados del Grupo de Reflexión implantado en el Hospital São Lucas de la Pontificia Universidade Católica (PUCRS), desde hace quince años, por el profesor dr. Antônio Spolidoro. Se describen las dimensiones individual y colectiva, los resultados más significativos de la aplicación de esta técnica observados durante todo el periodo, enseñando que tal puede ser un importante instrumento de análisis del contenido emocional de las prácticas laborales de aquellos que trabajan como cuidadores.

Palabras-clave: Grupos de reflexión. Cuidadores. Reflexión. Emoción.



Abstract

Reflection groups like a space to care the caretakers

The article presents comment on the results obtained by the Group of Reflection established at the Hospital São Lucas of the Pontifícia Universidade Católica (PUCRS) 15 years ago by prof. dr. Antônio Spolidoro. It describes the more significant results of the application of that technique individual and collectively that have been observed during this period, showing that it can be used as an important analysis tool regarding the emotional content of working practices of health care personnel.

Key words: Reflection groups. Caretakers. Reflection. Emotion.

Referências

1. Dellarossa A. Grupos de reflexión: entrenamiento institucional de coordinadores y terapeutas de grupos. Buenos Aires: Paidós, 1972.
2. Zimmerman DE. Fundamentos básicos das grupoterapias. Porto Alegre: Artes Médicas, 1993.
3. Ferreira ABH. Novo dicionário da língua portuguesa. Curitiba: Nova Didática, 2006.
4. Oliveira Júnior JK. Grupos de reflexão no Brasil: grupos e educação. São Paulo: Cabral Editora e Livraria Universitária, 2002.

Homenagem

Este artigo é uma homenagem ao prof. dr. Antônio Spolidoro, criador do grupo de reflexão do Hospital São Lucas/PUCRS.

Contato

Plinio Carlos Baú – pliniobau@via-rs.net

