

Pequenos Grupos Centrados na Pessoa:

Mais que Terapia

(PCSG, maio 1990)

JOHN K. WOOD

Prof. José

"Uma pessoa sonhando é apenas um sonho; duas, já é realidade".

(Grafitado em um muro da rua Coronel Silva Teles em Campinas, Brasil).

Quando membros de um grupo de encontro ou de uma psicoterapia de grupo se reúnem informalmente para um intervalo para o café, a conversa frequentemente volta-se para observações sobre o que está ocorrendo no grupo. Se alguém acabou de confrontar o líder do grupo, pode-se sugerir que a interação foi "uma luta de poder pela dominância de horda". Um outro participante poderia sugerir, usando a metáfora da família, que o participante estava "se rebelando contra a autoridade do pai". Um outro poderia acrescentar que a disputa entre participantes representou a "rivalidade entre irmãos".

As sessões de grupo podem ser comparadas com o teatro ou com o "laboratório para aprendizagem". Algumas pessoas podem achar que o grupo é valioso na descoberta do que os outros pensam sobre elas quando "as máscaras sociais" são retiradas. Apesar de pouco conhecimento, de pouco treinamento em psicologia, os participantes do grupo não se intimidam em tentar explicações que envolvem "suporte emocional", "dependência", "resistência", "pressão do grupo" e outros. Ocasionalmente alguém poderá considerar o grupo como se fosse "alguma coisa" que era animada e que afetava as vidas individuais de seus membros.

O grupo inevitável

Embora poucos participantes de grupo possam percebê-lo, sua discussão casual reflete a pesquisa da história do desenvolvimento da psicoterapia do grupo nesse século.

A primeira ocorrência norte americana deste fenômeno considera-se como sendo as "aulas" de 1905 conduzidas pelo Reverendo Elwood Worcester, PhD e de um estagiário Joseph Henry Pratt M.D., com pacientes tuberculosos em Boston. Solidão, pessimismo, depressão, desespero e outros efeitos psicológicos decorrentes desta doença eram aliviados através do suporte emocional bem como da presença de um grupo estável de pessoas com preocupações e experiências semelhantes.

Worcester descreveu as atitudes dos líderes do grupo em relação ao trabalho inovador deles: "Como não estávamos tentando estabelecer nenhum novo dogma e nossos motivos eram inteiramente desinteressados, nosso único desejo era dar a cada paciente a melhor oportunidade de vida e saúde que nossos meios permitiam". (Pinney, 1978 p. 111)

Em Viena, nessa mesma época, Sigmund Freud estava se reunindo com seu famoso grupo de estudos: a Sociedade Psicológica das Quartas-feiras. Sandor Ferenczi, Alfred Adler, Otto Rank e outros que se tornariam notáveis psicólogos estavam entre os membros do grupo. Como o interesse em si mesmo era tão desafiador, as reuniões freqüentemente se desviavam das discussões de casos e da análise dos pacientes para a análise dos participantes do grupo. "Complexos de raiva e indignação" também foram registrados nesses encontros. Embora o grupo não tivesse se organizado como terapia, não era diferente dela em muitos aspectos.

A competição quanto à posse de idéias, a hostilidade entre os membros, os desafios à liderança de Freud, contribuíram para a eventual dissolução do grupo. Como freqüentemente ocorre,

a reorganização para uma forma mais ampla institucionalizada, (o movimento psicanalítico "internacional") foi a solução para a inabilidade do grupo em lidar com sentimentos complexos envolvidos entre os seres humanos e que tinham constituído um "humor doentio no império". (Kanzer, 1983).

Muitos grupos enfrentam os problemas enfrentados pelo grupo de estudo de Freud. O fato de que eles não podiam resolver seus vários conflitos poderia ser explicado, em parte, pela inexperiência dos membros do grupo em tal contexto e a desatenção de tais participantes quanto às relações interpessoais, embora sem dúvida nenhuma também esse problema se deu em parte devido a uma superatenção à análise da realidade subjetiva dos indivíduos. Além disso, como qualquer professor universitário que freqüente reuniões de departamento com colegas poderia pensar, não se pode subestimar a força de uma autoreferência teimosa na sabotagem da eficiência de um grupo. Logan Pearsall Smith (1934), em uma de suas frases marcantes, explicou este fenômeno: "é uma coisa estranha sobre o Universo, que embora estejamos discordando um dos outros, nós todos estamos sempre certos". Uma contribuição maior de Freud (1959) foi o reconhecimento de que toda psicoterapia é um fenômeno de grupo. "Na vida mental individual", ele observou, "alguém mais está sempre invariavelmente envolvido, como modelo, como um objeto, como um auxiliar, como um oponente; e assim desde a primeiríssima psicologia individual... ela era ao mesmo tempo uma psicologia social". Também em Viena, Jacob Moreno, o fundador da abordagem psicodramática estava conduzindo psicoterapia de grupo como um teatro já em 1910. Moreno encorajava o "acting-out" de uma situação problemática para desenvolver a consciência do participante sobre seu conflito e sugerir soluções possíveis. Moreno introduziu os termos terapia de grupo e psicoterapia de grupo. De fato, ele afirmava, "a psicoterapia de grupo moderna começou no "ghetto" sexual de Viena, no ambiente natural ... (Moreno, 1966).

ministro episcopal tinha encontrado na psiquiatria e começou a tratar os pacientes mentais institucionalizados no contexto grupal com terapia de grupo. Marsh usava conferências inspiracionais, música, arte e dança entre seus métodos. Ele também formava grupos de discussão entre médicos, enfermeiras, assistentes sociais e outros técnicos do hospital que atendiam os pacientes, criando uma forma de "comunidade terapêutica". Marsh reconheceu que toda interação do paciente com o seu ambiente tem uma influência e deve ser considerada parte do tratamento. Ele gostava de dizer: "a multidão os quebrou; a multidão deverá curá-los". (Gazda, 1982).

Por volta dessa mesma época o psiquiatra E.W. Lazell trabalhava com pacientes esquizofrênicos institucionalizados em grupos. Eles tinham sido treinados pela teoria aceita naquela época quanto à desordem mental. Lazell atribuía ao processo dos pacientes terem que se conhecer no grupo como um elemento que trazia mudança construtiva.

Em 1918 Alfred Adler, paciente, colega e eventual rival de Freud, organizou clínicas de orientação de crianças, nas quais a terapia de grupo era usada amplamente. Adler chamou atenção para os efeitos positivos do encorajamento mútuo, do suporte entre os membros do grupo e o valor da igualdade social no grupo. Ele observava: "não há nenhum princípio mais válido, em termos gerais, para todas as relações humanas do que 'estar por cima' ou 'por baixo'". (Lieberman, 1985).

Alguns anos mais tarde, Trigant Burrow, um médico, antecipou muitos desenvolvimentos modernos sobre grupos ao aplicar a terapia de grupo a pacientes não institucionalizados - pessoas normais com problemas de vida comuns. O termo análise de grupo originou-se com ele. Ele encorajava a expressão franca e verdadeira de pensamentos e sentimentos entre os membros do grupo. Burrow considerava que o insight psicológico era melhor obtido

através de uma conscientização das percepções dos outros sobre você. Ironicamente, seu entusiasmo pelo tratamento de grupo levou-o a ser excluído da Associação Psicanalítica Americana em 1933, a organização que ele tinha fundado. Isto talvez sugira o perigo de desviar-se dos rituais culturalmente aceitos, particularmente quando o dinheiro, o status e um sistema de crenças sagradas estão envolvidos.

Na década de 20, Burrow organizou "lifewynn", um grupo de associados, estudantes e pacientes, vivendo e trabalhando juntos num acampamento de verão nas montanhas Adirondack no noroeste dos Estados Unidos. Ele focalizava a interação dentre os membros da comunidade, com uma atenção particular às fachadas que as pessoas usam nos seus papéis sociais e profissionais. (Burrow, 1927).

Louis Wender, na década de 30, pôs em prática a visão de Freud de que o grupo constituía uma "família": o terapeuta, uma figura parental; os membros, irmãos. As reações de pacientes hospitalizados em relação uns aos outros e ao terapeuta eram interpretadas segundo esse esquema de referência conceitual. Ao reconhecer o papel do ambiente nas desordens mentais, ele incluiu os membros da família real no caso de pacientes fora de hospital.

Durante este mesmo período, Paul Schilder estabelecia pioneiramente uma terapia de grupo com prisioneiros. Os pacientes aprendem, Schilder observava, que os sentimentos e pensamentos que eles acreditam serem privativos deles e que os isolam da sociedade, na realidade, são compartilhados por outros.

Também na década de 40, Kurt Lewin estava desenvolvendo uma abordagem baseada em ponto de vista radicalmente diferente: o grupo não é meramente uma coleção de indivíduos, mas uma entidade em si mesmo, com qualidades que podem diferir daquelas de cada membro em particular. Lewin introduziu o termo dinâmica de grupo para o estudo das qualidades do grupo. Ele afirmava que a consciência individual e o comportamento, devem ser compreendidas

com base no campo social no qual o indivíduo está inserido. A pressão de grupo foi também considerada por Lewin para descrever a influência do grupo em alterar o comportamento de um membro. (Lewin, 1951). Os membros, é lógico, também influenciam o comportamento e o caráter do grupo como um todo.

A psicoterapia de grupo nesta época era amplamente um tratamento médico: as pessoas sofrendo de uma doença eram tratadas por um médico e a terapia de grupo era uma opção de tratamento. Strupp (1983) observou que o modelo médico persiste em psicoterapia, não só devido aos artefatos de linguagem que advém da medicina: como "paciente", "terapeuta", "diagnóstico", "etiologia", mas também porque a psicoterapia, sem dúvida nenhuma, tenta aliviar o homem do sofrimento. Contudo, a psicoterapia pode estar mais próximo de um processo educacional. A própria caracterização de Freud sobre terapia era de "reeducação". Em 1947, os Laboratórios de Treinamento Nacional, que seguia as idéias de Kurt Lewin desviaram-se do modelo médico e introduziram a ênfase educacional para o trabalho com pequeno grupo. Voluntários (não pacientes) se reuniam nos "grupos T" (T de treinamento) para aprender habilidades em liderança, bem como eficiência grupal, na resolução de problemas e em tarefas cooperativas. Os grupos de crescimento pessoal e os grupos de encontro da década de 60 expandiram esse conceito educacional, não apenas para líderes empresariais ou acadêmicos, mas para cidadãos comuns que desejavam melhorar suas relações pessoais e a qualidade de suas vidas.

Wilfred Bion, na Inglaterra, na década de 60, elaborou uma teoria de dinâmica de grupo baseada na "vida mental" do grupo como um todo. Bion formulou três aspectos da atividade dos membros de grupo que podem acontecer independentemente. Elas podem ser caracterizadas grosseiramente da seguinte forma: os membros do grupo estão procurando um líder que os mantenha e os proteja (dependência). Quando eles percebem que não existe tal

salvador, eles se voltam uns para os outros em busca de salvação ou diversão (acasalamento). Quando eles percebem que ninguém pode preencher esse papel impossível que eles fantasiam, eles se tornam desapontados e raivosos e lutam entre si ou abandonam o grupo saindo (luta e fuga). Os indivíduos que são responsáveis por suas decisões e comportamentos contribuem para um nível maduro de funcionamento grupal. (Bion, 1959)

S.H. Foulkes, que desenvolveu a psicoterapia de grupo analítica tentou ^{entulgar} ~~intertivine~~ a experiência passada do paciente com a ação aqui-e-agora do grupo. Foulkes deu importância à relação entre os membros do grupo e ao grupo como agente terapêutico. Ele comparava o terapeuta de grupo a um maestro, que deveria seguir, e não liderar a melodia que o grupo estava tentando desenvolver. (Gratjahn, 1978)

Abordagens grupais tendem adotar muitas técnicas, mesmo aquelas cujos sistemas são opostos em termos filosóficos. A abordagem terapêutica comportamental, por exemplo, difere da abordagem analítica quanto à visão sobre os problemas psicológicos. Arnold Lazarus (1982) sugere que não é devido a conflitos, inibições, resistências, barreiras psicológicas que algumas pessoas sofrem. "Muitas pessoas", ele explica, "sofrem emocionalmente devido às suas histórias de aprendizagem que falharam em fornecer-lhes as necessárias habilidades para lidar com os problemas" (p. 214). "Modelagem", "ensaio", "coaching" e "feed-back" são conceitos da terapia comportamental que têm influenciado outras abordagens de terapia de grupo.

Embora a terapia centrada no cliente tenha sido aplicada a grupos por seus colegas já na década de 40 (Peres, 1947; Gordon, 1951) e Carl Rogers estivesse envolvido em atividades de grupo, foi somente na década de 60 que ele se tornou seriamente envolvido com os grupos. (1)

Nesta época, o interesse inicial de Rogers, era nos grupos de encontro. Seguindo os métodos das descrições do

processo utilizado na terapia centrada no cliente, ele analisava o processo do grupo. Ele também definia o papel do líder do grupo com o de um "facilitador" e enfatizava o "clima de segurança psicológica no qual a liberdade de experiência e dedução de diferença ocorrem gradualmente".

De acordo com Rogers, o facilitador, auxiliava a desenvolver este "clima" principalmente através das "atitudes facilitadoras" de autenticidade, aceitação e empatia. Rogers não formulou os fatores do grupo que geram um "clima psicológico" facilitador, além de propor essas qualidades facilitadoras, embora na prática ele confiava na "sabedoria do grupo" e, algumas vezes, se sentisse inútil e nada mais fizesse além de admirar o processo.

Seu trabalho demonstrou, entretanto, que pouca direção ou técnica são requeridas do facilitador para que um progresso terapêutico significativo aconteça, tanto na experiência individual dos membros do grupo como também no seu funcionamento coletivo. Rogers confessou: "eu tenho uma verdadeira "ogérisa" em relação à artificialidade... Em pouquíssimas ocasiões, quando eu estava frustrado ou quando o grupo parecia ter atingido um platô, eu tentei utilizar o que eu considerava como manobras, mas elas raramente funcionaram. Provavelmente isso se deve ao fato de que eu mesmo não tenho muita fé de que elas sejam verdadeiramente úteis". (1970, p. 56)

É difícil dizer o que é, e o que não é, psicoterapia de grupo, principalmente porque os grupos "não terapêuticos" atingem. ^{do mesmo resultado} Uma lista atual do contínuo de termos usados para descrever as várias abordagens poderia incluir: Psicanálise de Grupo, Psicodrama, Psicoterapia de Grupo Analítica, Terapia de Grupo Existencial, Análise Transacional em Grupo, Grupo de Encontro, Grupo-T, Grupo de Auto-Ajuda, Grupo EST, Grupo de Sensibilidade, Grupo de Consciência Sensorial, Grupo Synanon, Grupo Rolfing, Grupo Não Verbal, Arteterapia em Grupo, Dança-*

Terapia Comportamental em Grupo, Terapia Multi-modal em Grupo, Grupos de Treinamento para Habilidades da Vida e os Grupos de Psico-Educação.

Kaplan & Sadock (1983) definem psicoterapia de grupo com "uma forma de tratamento de problemas de natureza emocional na qual um profissional especialmente treinado, estabelece deliberadamente uma relação profissional com um grupo de pacientes de tamanho limitado com o objetivo de usar suas interações como uma forma de remover, modificar, ou retardar sintomas existenciais; de atenuar ou reverter padrões comprometidos de comportamento; e de promover o crescimento e o desenvolvimento positivos da personalidade nos participantes que tenham sido especificamente selecionados para este propósito". (p. 351)

Esta definição aplica-se não somente a abordagem educacional, como os grupos de "pacientes" organizados para "tratamento" de "padrões conturbados de comportamento", isto é, à abordagem médica. A terapia comportamental porque segue as regras da ciência quanto ao levantamento de hipóteses e a testagem delas, pode ser considerada como uma abordagem científica. Cada abordagem tem seu valor. Torna-se problemática quando é inconsistente em si mesma. Laing (1972), por exemplo, nos lembra que não tem efeito tentar um tratamento numa abordagem médica sem um diagnóstico. Uma abordagem educacional, (embora também terapêutica) organiza-se para o desenvolvimento de padrões bem sucedidos de funcionamento ou para coisas como clarificação de valores e crescimento pessoal, e, por outro lado, centra-se na relação, não no diagnóstico. Os facilitadores estão portanto "intervindo e mudando a situação bem como estão envolvidos". (p. 40)

Nenhuma abordagem garante que o praticante esteja dedicado a verdade nem de que esteja usando seu conhecimento com integridade (a ciência tem sido praticada e mesmo promovida por projetos tais como Inquisição, a KGB e a CIA). Da mesma maneira, uma abordagem religiosa não garante que o curador tenha qualquer caráter mais nobre.

Além dos charlatões, trapaceiros tradicionais, muitos grupos religiosos não vão além de usar a opressão e o controle psicológico na busca de seus objetivos. Observações semelhantes também poderiam ser feitas para os campos da medicina e educação.

Gibb, Plantts & Miller, (1951) sugerem que o termo psicoterapia de grupo foi introduzido para designar "o processo através do qual um terapeuta conduz um grupo no qual o objetivo imediato primário é o bem estar terapêutico do grupo". Enquanto o termo terapia de grupo foi introduzido para representar "mudança de personalidade como subproduto de atividades grupais mais básicas levadas a efeito por outros motivos além da terapia".

Atualmente esses termos são usados como sinônimos e a diferença entre grupos para terapia e para outros objetivos permanece confusa. Deixa-se para cada praticante e para cada grupo de pessoas definir o que estão fazendo, dentro dos limites da sua sociedade de pertinência e da sua ética. Na Califórnia, por exemplo, a questão está estabelecida através da lei: psicoterapia de grupo é uma atividade supervisionada por um psicólogo licenciado pelo estado ou psiquiatra. Atividades conduzidas por pessoas não licenciadas não podem ser chamadas de terapia ou psicoterapia.

Considerando-se que os grupos centrados na pessoa se reúnem para "atividades grupais mais básicas" bem como para objetivos (que) psicoterapia e mesmo para educação tradicional, este capítulo se concentrará numa discussão da abordagem e não tentará forçar uma definição para encaixar-se numa complicada variedade de aplicações.

Handwritten notes:
 a) a...
 b) a...
 c) a...
 d) a...
 e) a...

Estado da arte

A história das abordagens teóricas de grupo apresenta um recorte de inovações para lidar com a necessidade dos participantes em mobilizar os recursos pessoais e coletivos desses mesmos participantes. O pequeno grupo centrado na pessoa reflete esta história. Resolver um problema pessoal, reorganizar a própria vida após a perda de uma pessoa amada, recuperar-se de distúrbios relacionados com a mente ou o corpo, descobrir o significado da vida, perceber as potencialidades escondidas, são algumas das razões que podem trazer uma pessoa para um grupo.

A função dos grupos centrados na pessoa não é diferente daquela das terapias e grupo em geral. Isto é, considera-se que se instala a esperança, fornece uma oportunidade para experiencição e expressão de sentimentos, para aprendizagem interpessoal para o altruísmo, experimentação da ¹⁹⁸⁵ universidade (não estamos sós em nossos sofrimentos), para encontros existenciais, bem como fornecem informações, condições do grupo familiar básico, e oportunidade para comportamento imitativo e desenvolvimento de habilidades sociais. (Yalom, 1985)

Embora a questão de Parloff & Dies (1977), "que tipos de mudanças são produzidas, com que tipos de intervenções fornecidas, com quais terapeutas, com que tipos de pacientes e de problemas e sob quais condições?", ainda não tenha sido respondida, Bednar & Kaul (1978) concluíram a partir de uma revisão cuidadosa de estudos relativamente bem estruturados sobre terapia de grupo, que a "evidência acumulada indica que tratamentos de grupo têm sido mais eficientes do que nenhum tratamento, mais do que placebo ou tratamentos não específicos, ou do que outros tratamentos psicológicos reconhecidos ao mesmos sob as mesmas circunstâncias.

π #

Universal

Pequenos grupos na abordagem centrada na pessoa

O pequeno grupo da psicoterapia ou de encontro é uma outra aplicação da mesma abordagem centrada na pessoa delineada no capítulo sobre a relação terapêutica. Um representante do sistema (facilitador) com algumas atitudes e intenções e, neste caso, diversos participantes (digamos de 8 a 12) buscando mudança, engajam-se em um ritual que acreditam que devem realizar para que a cura e o crescimento pessoal ocorram. Conjuntamente eles entram num estado de consciência no qual valores podem ser reformulados de acordo com os princípios de comando (metateoria) do sistema. Os significados são derivados de diversos sentimentos que uma pessoa experiencia nesse estado e integra no seu esquema de referência perceptual. Um novo significado para a própria vida e novas direções para uma ação construtiva também podem ser formuladas. Os princípios de comando de um sistema, a cultura, fatores menos visíveis do ambiente são influentes na terapia centrada no cliente. A forma do ritual que resulta e os comportamentos dos facilitadores e participantes podem diferir daquela da terapia centrada no cliente devido ao contexto diferente. Alguns princípios serão necessariamente enfatizados mais e outros menos do que no contexto da terapia centrada no cliente.

Assim, o pequeno grupo centrado na pessoa não é meramente uma versão ampliada da terapia centrada no cliente. Ele possui todas as capacidades para curar e para promover o auto-conhecimento presentes na relação terapêutica da terapia centrada no cliente bem como um potencial social adicional: ou seja, uma compreensão ampliada dos outros e um aumento nas comunicações eficientes com os outros. Além disso, o funcionamento do grupo como um coletivo tem chances de levar a uma maior significação. O

grupo oferece uma melhor oportunidade para que a pessoa se torne consciente dos padrões e conseqüências de colaborações conscientes e inconscientes entre os membros do grupo - ou seja, o grupo como um todo.

Além disso, esta pesquisa revelou que os participantes se tornaram mais genuínos em suas relações interpessoais. Assim, a experiência de grupo centrada na pessoa parece ir um passo além da terapia centrada no cliente quanto às conseqüências construtivas possíveis. Ao contrário da terapia centrada no cliente, que não poderia ser considerada como levando o cliente a obter maior respeito e aceitação pelos outros (Gorgon & Cartwright, 1954), a experiência de grupo centrada na pessoa tem a possibilidade de resultar nesse tipo de mudança. Por exemplo, o acompanhamento por seis meses após a conclusão de 49 grupos centrados na pessoa (num total de 461 participantes ao todo), 87% dos participantes poderiam ter sido considerados como tendo obtido uma compreensão melhor das pessoas. (Tauch, 1983) Parece que a terapia de grupo, em geral, auxilia os participantes a adquirirem uma forma de avaliação mais positiva e talvez mais saudável de si mesmo e dos outros" (Bednar & Kaul, 1978).

Encontro: Inovação Cultural

Com o advento do grupo de encontro, a distinção entre "curar", "crescimento" e "aprendizagem" tem sido obscurecida. Embora tenha sido controvertido, durante um tempo, o grupo de encontro foi certamente sancionado pela cultura. Em 1977 estimou-se que 5 milhões de pessoas tinham participado de um "grupo de encontro" ou de "crescimento pessoal", nos Estados Unidos apenas.

Tem havido muitas explicações para a popularidade crescente do grupo de encontro. Sem dúvida, isso tem a ver com certos valores norte americanos: igualmente, individualismo

exacerbado, uma necessidade de auto-direção, desenvolvimento através da vontade pessoal e do idealismo. Numa introdução para uma antologia sobre o assunto, Rogers, (1970) explicou o que ele considerava como atração para tais grupos: "por um lado", ele escreveu, "parece ser uma parte significativa de uma tentativa cultural para fazer frente ao isolamento da vida contemporânea... Nós gostaríamos de alguma forma nos encontrarmos em contato real com outras pessoas... num clima de liberdade, os membros dos grupos movendo-se na direção de uma tomada de consciência para que se tornem mais expressivos, mais espontâneos, mais flexíveis, mais próximos dos seus sentimentos, mais abertos às suas próprias experiências e àquelas dos outros". (p. IX)

A consciência transpessoal não pode ser colocada fora daquilo que atrai para os grupos de encontro. Erich Fromm em 1956 falou a respeito deste fenômeno, "se duas pessoas são estranhas assim como todos nós somos, subitamente uma barreira se quebra entre elas e elas se sentem próximas, se sentem uma e este momento de unicidade é uma das mais ~~exhilarating~~ alegres e mais excitantes experiências da vida".

Com comunidades menos estáveis e o declínio da religião mais estruturada, o pequeno grupo também pode oferecer uma forma comunitária de se reunir para criação de um mito estabelecido e de um ritual que inspira. Talvez o grupo de encontro sirva com um microcosmo do idealismo americano onde o problema da solidão, de se encontrar um significado, o antiintelectualismo, e a religiosidade são todos possíveis.

Embora freqüentemente terapêutico, o grupo de encontro não é psicoterapia. Ele concentra-se na situação do aqui-e-agora e se opõe a uma relação histórica dos problemas ou a explicações sobre os porquês dos comportamentos e sentimentos ou a discussão de eventos que ocorrem fora do grupo. Enfatiza a responsabilidade pessoal em oposição, a deixar que os outros decidam por você e dirijam seu comportamento. Enfatiza a capacidade de crescimento,

de amor, de experienciar alegrias bem como a dor. Com um caminho para a autoconsciência, exige honestidade e confrontação entre os participantes, e transparência - a comunicação do mundo privado de uma pessoa para os outros numa linguagem que elas possam compreender claramente. (Jourard, 1971)

Um pequeno grupo é um fenômeno muito complexo e fornece possibilidades para múltiplas mudanças. Sem dúvida, ao longo de certas dimensões de mudança, algumas pessoas melhoram e outras não. (2)

Qualquer experiência forte que "balança" revise a perspectiva da pessoa sobre si mesma e suas relações com os outros pode levar a influenciar outros aspectos da vida. E as experiências de grupo podem modificar os aspectos superficiais da pessoa ou podem provocar mudanças com valor profundo para o ser humano total.

Assim descobrir simplesmente que não se é tão diferente dos outros como se imaginava - que os outros também possuem algum tipo não mencionado de luxúria, que têm uma fraqueza, algum vício que pode ser autodestrutivo, e escondem pensamentos perniciosos, inveja, vingança, sentimentos não mencionáveis mesmo em relação àqueles mais próximos, que estão cansados de serem bons e que querem ser 'maus às vezes' - esses são alguns dos benefícios imediatos do grupo. Se a humanidade fosse terminar aqui e agora provavelmente não teria melhorado muito. Entretanto, o grupo não ignora as qualidades construtivas de seus membros. Através do suporte emocional, o conforto e do encorajamento, as forças da pessoa também são reveladas. Assim, o participante do grupo não mais permanece na sociedade em virtude de um problema emocional peculiar mas em virtude de uma força especial e de um potencial construtivo que possui. *Emocional*

Temos que lembrar que tais grupos tem um valor limitado. Embora os participantes possam estar em contato com sentimentos profundos e verdades universais, não é provável que o

significado da vida de uma pessoa passa ser descoberto através de tais atividades. Quem sou? de onde venho? para onde estou indo? qual o meu potencial?, são perguntas difíceis de responder. Provavelmente este tipo de grupo não pode fornecer a resposta. Como Friedman (1984) explica, "nós nos tornamos nós mesmos através de cada ação particular; nos escolhemos uns aos outros em cada arte de nos tornar. Na realidade não conhecemos nossas verdadeiras potencialidades de uma forma abstrata. Tudo o que podemos saber são generalizações sobre nós mesmos a partir de situações passadas nas quais experimentamos recursos diferentes ou variados... A potencialidade não está em nós como uma realidade objetiva já existente. Nós a conhecemos através daquilo que ela pode se tornar em resposta a cada nova situação". (p. 61)

O facilitador e os outros membros do grupo constituem um ambiente no qual tais questões podem ser provocadas. Elas podem ser exploradas com a capacidade do grupo. Embora os grupos de encontro ou de psicoterapia possam não ter as respostas, eles podem desempenhar uma parte preliminar ao preparar as pessoas para encontrá-las.

Emoções

O ambiente grupal não é sempre suportivo. Algumas vezes, ele pode ser mesmo ameaçador. Além disso, a pesquisa sugere que o consenso de um grupo tende a refletir uma posição de maior risco do que o risco médio representado pelas propostas individuais anteriores à discussão do grupo. (Wallach, Kogan & Bem, 1962; Bateson, 1966). Assim, um grupo tem grandes possibilidades de ser menos conservador do que seus membros e tende a valorizar a arriscar-se. Membros do grupo que aceitam maiores riscos, se tornam, de uma forma ou de outra, líderes do grupo. Mesmo os extremistas, que podem ser vistos de uma forma

desabonadora, em termos pessoais, acabam tendo um respeito e substancialmente influenciam as decisões do grupo. Oferecer riscos psicológicos é um dos aspectos ~~compelling~~ constrangedores do grupo de encontro, pelo menos é o que parece aos norte americanos, cuja cultura favorece as alternativas mais perigosas em detrimento daquelas mais seguras, e mais prolongadas.

Frequentar um grupo de encontro pode freqüentemente significar, colocar-se frente a propostas pouco populares, confrontar pessoas diretamente com sentimentos agressivos ou pouco agradáveis, também significa descobrir alguns segredos íntimos ou medos ou inadequações pessoais. Desde que o risco freqüentemente é visto com respeito e talvez com sentimentos de euforia por aqueles iniciados bem sucedidos, alguns exageram este aspecto naquilo que Kilien (1983) chamou, do "equivalente de uma queda de paraquedas interpessoal".

Essa tendência alcançou um extremo terrível na Índia. Em 1978 ~~eu~~ entrevistei participantes (principalmente europeus, neste caso) em "grupos de encontro" no "ashram" de um guru. Freqüentemente com olhos pretos ou marcas nas suas pernas e braços, essas pessoas contavam que os líderes dos grupos regularmente encorajavam a nudez, os encontros sexuais, a violência física, incluindo o ^{estupro} ~~estupro~~, e qualquer atividade que levasse o participante a se confrontar com oportunidade de "se arriscar totalmente". Pensava-se que através desse "encontro total" ele poderia conseguir alcançar algum estado de iluminação. O que freqüentemente acontecia era a aquisição de uma hepatite infecciosa.

A despeito das limitações óbvias, cada participante com quem ~~eu~~ conversei considerava sua experiência (não importa quão torturante ela pudesse ter sido) como positiva e atribuía a ela algum sentido de benefício. Ninguém que eu tenha encontrado se considerou como tendo vivido uma tragédia. A forma de ver aquele sofrimento com orgulho estava presente nas faces daqueles que

sobreviveram e lembravam-me das expressões dos recrutas do exército que acabavam de terminar um treinamento básico bastante agressivo. Sem dúvida, para os sobreviventes, os efeitos positivos que tinham experienciado superavam bastante os efeitos negativos. (3)

A auto satisfação não se limita a participação nos grupos de encontros. A euforia que acompanha o risco pode ser obtida de formas incontáveis. Observe, por exemplo, a seguinte descrição: "eu estava sentindo... uma sensação de leveza, de alívio ... temporariamente fora das coisas, ~~eu~~ estava de alguma forma mais próxima de centro ... delas com aqueles mesmos sentimentos de estar em conexão ou de pertencer, ou de estar totalmente integrado e vivo que nós sentimos algumas vezes na solidão ou no sexo ... O senso de ser, naquele momento, uma sensação de pertencer ... de estar próximo das essências, uma rebelião de pertencer ... de estar próximo das essências, uma rebelião ao contra, as armadilhas dos modismos, das hipocrisias, um sentido de estar desnudo, exposto, e portanto vivo, em relação àquilo que realmente importa... Uma vida de consciência tão completa mais do que um dever, como uma fonte de alegria bem como de obrigação". Uma descrição de um grupo de encontro? Uma viagem de LSD? Uma experiência religiosa? Poderia ser, mas não é. É a descrição dos sentimentos de uma pessoa que protestava ao ser presa, ao bloquear o escritório de um congressista americano cujas opiniões diferiam das suas. (Marin, 1985).

Descrições de Rogers do encontro

De acordo com Rogers (1970), o conceito de um grupo de encontro, significa que o facilitador organiza o ambiente físico, estabelece um horário para as reuniões e as refeições e para o tempo de lazer. Fora disso não há nenhuma estrutura pré-

determinada. Assim, os membros do grupo se tornam imersos em suas próprias experiências e devem encontrar como iluminar o significado das experiências.

Inicialmente eles ficam confusos. Silêncios bastante desconfortáveis, frustração, uma conversa polida mas sem muito sentido caracterizado o começo. Algumas pessoas podem fazer sugestões que são freqüentemente ignoradas ou seguidas de certas afirmações que não tem nada a ver. "Vamos nos apresentar". "O que a gente faz nesses grupos?"

Algumas vezes, os participantes relatam alguma experiência do passado: um divórcio sofrido, uma dor, um problema grave de saúde, um obstáculo que tiveram que sobrepujar. Ocasionalmente alguém ataca a pessoa que está falando, acusando-a de estar sendo irrelevante, superficial. O facilitador de grupo é mais freqüentemente o alvo dessa agressividade precoce. "Por que você não pode dirigir o grupo de forma mais positiva?"

Ao atacar o facilitador, e ao virem em sua defesa, os membros do grupo começam a falar de forma mais franca. Eventualmente há uma expressão de sentimentos imediatos com uma exploração suportiva de seus significados em relação à pessoa que está falando - no contexto mais amplo da sua vida, tanto dentro e ~~como~~ fora do grupo. Isto marca o começo de um encontro construtivo. O grupo centrado na pessoa geralmente dá um jeito de integrar tanto os agressores como as vítimas da agressão bem como outros membros, que, por alguma razão, tenham sido renegados.

Em sua conceitualização da cultura de grupo, Rogers enfatizou o uso do feed back, do confronto e da "quebra de fachadas" - isto é, a mudança da face pública com o qual o membro se apresenta ao grupo para aquela que ele mostra apenas para os mais íntimos.

Embora tenha sido descoberto que quanto mais a descrição que a pessoa faz de si mesma está de acordo com a descrição que os outros fazem a respeito dela, menor será a sua

defensividade perceptual e mais adequado será seu ajustamento pessoal. (Chodorkhoff, 1954), o valor desse conhecimento pode ter sido superestimado devido a sua novidade na época em que ganhou popularidade. Muitos julgamentos injustificados podem ser expressos nos primeiros momentos do grupo.

Eles podem ter sido uma tentativa de oferecer um "Feed Back útil"; ou de melhorar a "auto estima" da pessoa. entretanto, eles podem ter também consequências negativas.

Koch, (1970) desafia este procedimento de atacar a fachada.

"São estas tais chamadas fachadas mentirosas e fisicamente danosas?" Ele pergunta, "são todos os traços superficiais das fachadas?" Se há uma distinção entre traços superficial e uma fachada, quem vai ser capaz de percebê-lo? Cada indivíduo ou grupo de referência é igualmente competente para fazer uma relação em cada caso? Quem está qualificado para dizer a Proust para se livrar do seu casaco de couro e da sua hipocôndria; a Eliot para enterrar as suas reservas; a Main para parar com a sua rigidez superficial burguesa; a Gide sobre a sua homossexualidade do tipo exibicionista; a Jôyce sobre a sua propensão para fugas ocasionais; a Dylan Thomas sobre o seu alcoolismo e suas brigas arrogantes? é o "facilitador", o "agente de mudanças", o "terapeuta", que deve bater palmas e gritar: "saia de trás dessa estante, desse pupito DR?". é isso que deve fazer Carl Rogers? (p. 41)

1) A aceitação da diversidade é um discernimento acurado
são necessários para que o facilitador e os membros do grupo evitem os aspectos tolos. Quando uma pessoa está se escondendo por trás de uma máscara social e quer se livrar de tais restrições, ela deve ter uma escolha de como deve se apresentar, talvez haja uma sabedoria social no grupo para ajudá-la a descobrir a sua "verdadeira pessoa". Por outro lado para aquela pessoa que não quer se libertar de um papel social como saber que

a "sabedoria" social do grupo é preferível a sabedoria individual da pessoa? "A pessoa, como observou Friedman, (1984) pode ter uma medida verdadeira desse grupo, e pode mesmo saber intuitivamente, se não conscientemente que este grupo não tem recursos para confirmá-la como pessoa, não importa quais sejam as regras, as aspirações e as intenções estabelecidas no grupo". (p. 69).

3) Uma visão completa e uma sensibilidade para cada pessoa para suas necessidades é o que se requer do facilitador e dos membros de um grupo para que se evite a aplicação perigosa prejudicial de qualquer pressão social. 4) A coragem também é necessária a fim de ^{confortar} confortar com qualquer tipo de tendência não mencionável em relação ~~à~~ conformidade e também pode surgir.

Embora ele tenha seu ~~o~~ posto de forma bastante ~~re~~ escrita aos grupos que permitiam a violência, o sexo ou o comportamento bizarro, especialmente sobre a direção de líderes autoritários, Rogers não escondia seu entusiasmo pelos grupos de encontro (da forma como ele conhecia). Ele foi bastante citado ao dizer, "que o grupo de encontro pode ser a maior invenção do século". (Rogers, 1968).

Rogers também concordava com alguns aspectos da preocupação de Koch, particularmente com a tendência dos participantes ~~jamais~~ experientes, vamos dizer assim, de corrigir os comportamentos de seus colegas. Se uma pessoa estava fazendo esforço para ser muito gentil, outros membros do grupo poderiam percebê-la como tentando esconder a sua raiva, por exemplo, e eles poderiam então tentar provocar uma expressão dessa "raiva escondida". Ao tentar fazer com que ela sentisse a raiva que ele suspeitava que ela tinha, ela poderia realmente se tornar raivosa, mas não pelas razões que as pessoas estavam imaginando. Com esta forma agressiva de testá-la os membros do grupo poderiam precipitar um problema psicológico sério numa pessoa que estivesse despreparada para tal confusão. Muitos eventos bizarros tem ocorrido após esta aplicação, aparentemente inocente, da

lógica do grupo. Rogers (1970) chamou isto de "velho pró-fenômeno". Ele descreveu este comportamento: "eles sentem que aprenderam as regras do jogo, e sutilmente ou abertamente tentam impô-las ao novos. Assim, ao invés de promover uma verdadeira expressividade e espontaneidade, ele se reforçam para substituir as velhas regras por novas - ou seja, fazer com que os membros se sintam culpados, como se não estivessem expressando seu sentimentos, ou relutantes para manifestar sua crítica ou hostilidade, ou conversando sobre situações fora das relações do grupo, ou então se sentindo temerosos de se revelarem". (p. 42)

A expressão direta de sentimentos pode ser liberada e pode levar a uma aprendizagem significativa. Falar sobre o sentimento, entretanto pode ser uma outra coisa. James, (1890) nos lembra: "quando eu digo que me sinto cansada, isto não é o estado direto do cansaço, quando eu digo eu sinto raiva, isto não é o estado direto da raiva. Isto é o estado de dizer - que estou - com - raiva, - inteiramente diferente, tão diferente que a fadiga e a raiva aparentemente incluída nesta expressões são modificações consideráveis da fadiga e da raiva diretamente sentidas no instante anterior. O ato de nomeá-las tem momentaneamente o poder de fazer com que elas percam suas forças". (p. 190). O facilitador eficiente tenta auxiliar os membros do grupo a evitar entrar em quaisquer armadilhas de tais convenções, mesmo a expressão de sentimentos ou de atividades que um participante tenha tentado repetir a partir de uma experiência anterior de grupo bem sucedido.

Ao dirigir atenção apenas para o Self interior, isto pode levar a tais armadilhas. Ao invés de se tornar mais ^{v auto} auto consciente, a pessoa pode se tornar meramente mais auto centrada. Não é objetivo dos grupos centrados na pessoa levar uma preocupação com o eu. O clima pretendido para o grupo permite que o participante se localize internamente, mas não as custas de uma exclusão de sua vida efetiva no mundo, mas somente para que ele

possa entrar em contato com a tendência que o leve a uma integração pessoal. Obviamente, isto implica integração da pessoa também no mundo. Em temos reais, o ambiente do grupo permite a expressão, mas não a provocação deliberada de sentimentos previamente guardados; ele permite a emoção, mas não mero falar sobre as emoções; leva a auto conscientização, e não a uma mera auto centração. Em resumo, o grupo ^o leva uma experiência genuína, mas não falsificação, do sentimento humano, da criatividade e da interação.

Deveria ser evidente a essa altura de que não há um grupo de encontro. Isso faz com que seja difícil a pesquisa e generalizar os efeitos positivos. Por outro lado, faz com que as críticas sejam facilitadas. Por exemplo, uma pessoa escrevendo uma revista, ignorando os aspectos construtivos dos resultados, chamou o grupo de encontro de uma "exploração e de uma terapia de grupo fraudulenta". (Maliver, 1973)

Koch (1970), numa crítica veemente, ainda que valiosa, chamou o movimento de grupo como excursão mais extremada feita pelo talento do homem para reduzir, distorcer, impedir e vulgarizar sua própria realidade". Koch particularmente fazia objeção à vulgarização das qualidades humanas nobres através das seguintes tentativas: "provocar a espontaneidade e autenticidade através do artifício; combater o instrumentalismo instrumentalmente; levar ao acesso a experiência, reduzindo-a a um cômodo pacote; levar a autonomia através da pressão do grupo; liberar a individualidade pela modelagem do grupo". Nessa versão de encontro "a abertura torna-se transparência; amor, carinho e o compartilhar tornam-se um conjunto de 'reforçamentos' ou talvez uma troca mútua de elogios; a receptividade harmoniosa ou imediata torna-se 'consciência sensorial'". Ele pode ter exagerado ao declarar que isso é a excursão "mais extrema" que a humanidade promoveu para vulgarizar sua própria realidade. Há certamente muitos outros candidatos para essa categoria de mais

extrema. Contudo, sua lista de vulgarizações que podem ocorrer nas atividades de grupo são um lembrete valioso sobre os pontos obscuros e evitar.

No trabalho do pequeno grupo tem sempre a possibilidade de exploração e a banalização das qualidades humanas. Essa possibilidade deveria ser evitada. Da mesma forma que deveria ser evitada na educação, na medicina, na política, na religião e em outros campos. Também deveria se lembrar que a espontaneidade, autenticidade, autonomia, o amor, a ternura, a felicidade, a intimidade são qualidades humanas que realmente aparecem de forma genuína em atividade de pequeno grupo assim como em outras atividades da vida. Tem-se descoberto que nas abordagens centradas a pessoa, aplicadas a grupos, que os artifícios não são necessários para provocar simulações de qualidades reais que já ocorreram naturalmente.

Deve-se reconhecer também que muitos aspectos dos grupos de encontro da terapia de grupo não são inerentes a essa atividades mas pertencem a natureza das pessoas-reunidas-em-grupo. A pressão do grupo é um exemplo. Num dos últimos invernos minha esposa e eu nos reunimos numa escola de esqui austriaca. Nós estávamos registrados em dois diferentes grupos, proporcionais as nossas respectivas habilidades (ela é uma excelente esquiadora, e eu, um principiante). Através daqueles momentos marcados pelo medo, aventura, a concentração existencial intensa, a estranheza, a competição, a derrota e a vitória, cada grupo rapidamente se tornou coeso. Inspirado pela majestade e pela beleza glacial dos Alpes e excitação da vida pelo ar fresco, os testes físicos, o isolamento total de nossos padrões habituais de vida, isso fez com que os membros do grupo desafiassem seus próprios limites humanos e possibilidades e naturalmente se tornassem mais próximos. (4)

Essas pessoas não eram pessoas descritas pelos hábitos de um grupo de encontro. Elas estavam ali para esqui, contudo,

elas também fizeram aquilo que as pessoas fazem sobre a influência de estar junto: tornaram-se próximas e ciumentas de sua intimidade quanto a invasão de estranhos, quando minha esposa e eu queríamos almoçar juntos, nossos grupos respectivos de colegas reagiam a separação da mesma forma que no grupo de encontro. Eles se opunham tenazmente qualquer pessoa que "quebrasse o grupo". Embora eles não nos confrontassem de forma coercitiva, seus sentimentos de serem abandonados, de ciúme, e suas tentativas tanto para nos ameaçar como para nos seduzir para que permanecêssemos "com o grupo" se tornaram suficientemente claras. Conhecedores que éramos de que essa é uma das características do grupo, que insistem para que seus membros mantenham a lealdade, isso nos ajudou a tomar decisões sem nos submetermos às pressões e isso facilitou que pudéssemos escolher se realmente queríamos estar com os nossos grupos ou se queríamos estar um com o outro.

Liberman, Yalom & Miles (1973), em seu artigo sobre grupos de encontro, citam o estudo de Katz (1968) sobre as mudanças ocorridas em estudantes universitários considerando-se o processo desde o primeiro até o último ano. A conclusão vem apoiar a observação de que os grupos de encontro não são diferentes de outras experiências de aprendizagem intensiva. Quando vistas como uma atividade total, (como é a forma que os críticos mais mordazes os vêem), "os efeitos dos grupos de encontro não são massivos em números ou substancialmente diferentes em espécie daqueles registrados para a experiência nos estudantes universitários como uma atividade total".

Grupo Social

No pequeno grupo, os participantes são estranhos entre si. Como eles são mais do que visitantes nesse novo ambiente eles

podem ser considerados mais próximos de imigrantes. Eles devem se estabelecer nessa nova cultura, não apenas em relação às outras pessoas mas em relação a si mesmos. Devem perceber o que querem, o que estão vendo, o que sentem, quem eles são.

Sem o passado a partir do qual se desfila a informação, cada pessoa deve ensinar aos outros sobre ela mesma. Na linguagem da emoção e dos costumes que são estabelecidos de forma conjunta, ela também apreende sobre quem ela é.

Na cultura geral, fora do grupo, pode ser valioso ^S ser fortemente auto suficiente e não revelar sentimentos. No grupo, o oposto pode ser verdadeiro: você deveria "realmente ser você mesmo", "dizer aquilo que está na sua cabeça". Lá fora, pode ser importante ser capaz de bater papo, e manter uma conversação animada. No grupo, isso poderia ser considerado comportamento superficial. Mostrar que você é bem informado, filosofar, contar piada pode ter muito valor ou não, dependendo do contexto, porque essas atividades são valorizadas de forma diferente por culturas regionais diferentes.

Embora cada pessoa geralmente acredite que todas as outras pessoas concordam sobre os costumes da sociedade de grupo, o fato parece ser que a maioria das normas, dos modismos, dos novos papéis são criadas a cada momento por aquilo que se está fazendo junto. Na nova cultura que está se formando, uma nova história, novas pessoas estão sendo formuladas ao mesmo tempo que uma sociedade diferente está sendo estabelecida.

A tendência à coesão, à cooperação, ad^o arranjos físicos < e às várias ligações afetivas que ocorrem são também amplamente instintivas. As pessoas têm, por exemplo, um sentimento sobre o que é certo para um determinado local - a capacidade do todo. Em termos físicos isso é demonstrado por estudos sociológicos de praças e jardins públicos onde uma densidade relativamente constante tende a ser mantida. Mesmo se há espaço para mais pessoas, elas não se sentam. (5)

Cada grupo é único e suas regras explícitas ou implícitas variam de uma forma bastante ampla. Falando de uma forma geral os grupos centrados na pessoa geralmente proíbem a violência física, eles adotam políticas sobre o início e o término de cada reunião, quanto aos limites dos atrasos, a admissão de novos membros, e o procedimento para o término do grupo.

Nos Estados Unidos, os membros do grupo geralmente sentem que eles devem uns aos outros uma explicação sobre os seus comportamentos fora das reuniões que podem afetar o grupo - como as ligações entre os membros, as fofocas e assim por diante. Embora isso leve freqüentemente a considerações exaustivas dos desejos de cada membro, as políticas estabelecidas contudo são freqüentemente mudadas.

Freqüentemente o grupo insistirá que cada membro frequente as reuniões do começo ao fim. Esta regra varia amplamente dependendo do local em que está o grupo. No Brasil por exemplo, não é incomum que uma pessoa entre no grupo no meio de uma sessão, torne-se intensamente envolvida, e saia do grupo antes da conclusão da reunião. Em muitas partes da América do Norte e do norte da Europa, por outro lado, este comportamento raramente seria aceito pelo grupo. Nos Estados Unidos fumar na reunião é geralmente proibido pelo grupo sem conseqüências. Na Itália, por seu lado, embora possam haver discussões bastante tediosas no começo do grupo quanto a manter o ar puro para a saúde dos participantes, não importa que essa medida tenha sido adotada, após duas horas a sala está completamente cheia de fumaça.

Semelhante ao que revisamos anteriormente sobre a relação terapêutica, os membros do grupo, através de seus conceitos, crenças, sentimentos, perspectivas, comportamentos, estabelecem a cultura do grupo. Ao mesmo tempo que estão criando a cultura, estão sendo transformados por aquilo que estão criando.

Participantes facilitadores e facilitadores participantes

O mesmo sistema centrado na pessoa que determina a terapia centrada no cliente, também funciona para o pequeno grupo centrado na pessoa. A presença de pessoas adicionais, entretanto, enfatiza certos aspectos das atitudes, as intenções, os sentimentos e comportamentos do facilitador e dos participantes diferentemente do contexto da terapia centrada no cliente. No grupo, certas percepções que raramente tem importância na terapia centrada no cliente tornam-se bastante importantes.

O comportamento dos participantes do grupo, a interação interpessoal, os problemas complexos que surgem são menos previsíveis do que na terapia centrada no cliente. Com mais pessoas interagindo, o nível de emergência emocional poderá ser maior. Caos, confusão e ambiguidade são mais prováveis no ambiente grupal. A função do facilitador é fazer o que é necessário para facilitar o funcionamento eficiente do grupo com um clima promotor de crescimento para seus participantes. Para levar a efeito isso, uma maior flexibilidade é requerida, quanto as suas atitudes, intenções e comportamentos.

O princípio de igualdade que forma uma parte dos princípios de comando da abordagem centrada na pessoa também tem uma influência maior do grupo. Os participantes do grupo tem uma tendência a permitir que os facilitadores tenham uma autoridade menor ou que não tenham um status especial no ambiente do grupo. O que se espera dos participantes do grupo também se espera do facilitador. Espera-se que ele se comporte abertamente e espontaneamente expressando honestamente seus sentimentos pessoais e seus pensamentos no momento presente. Nesse sentido, as ações previsíveis são menos toleradas, tanto para o facilitador quanto para o participante. Isso pode representar um problema para alguns terapeutas centrados no cliente que estão

habituaados a controlar a relação terapêutica - mesmo que esse controle seja de um tipo que não obstrua, mas que meramente mantenha uma certa postura receptiva permitindo que o cliente ocupe o seu lugar. No grupo, tal comportamento é raramente tolerado. Em geral, é esperado do facilitador autenticidade maior, expressa através de atitudes, intenções e comportamentos, mais do que se espera na situação da terapia centrada no cliente.

Num certo sentido, a autenticidade, que é a coluna dorsal do sucesso do cliente na terapia centrada no cliente, torna-se mais exigida do facilitador no pequeno grupo. Por outro lado, talvez devido ao fato de que as interações entre os participantes ocorrem mais frequentemente do que entre o facilitador e o participante, o estabelecimento da compreensão empática no grupo se torna mais a prerrogativa do participante de grupo.

O grupo também torna as conexões sociais e biológicas entre os membros mais difíceis de serem ignorados. Embora a atitude de aceitação não valorativa seja muito semelhante a experienciada na terapia centrada no cliente, pode ser que tanto a aceitação do facilitador como dos participantes do grupo (ou seja, a confiança que as pessoas têm em relação ao grupo) seja mais essencial ao sucesso. Como os participantes se tornam mais conscientes do grupo como um todo e existe um padrão da soma das ações individuais, eles têm mais possibilidades de desenvolver uma percepção difusa e global. Uma consciëntização de que seus sentimentos individuais, suas intenções e suas ações têm uma consequência para o grupo e assim - para seus próprios futuros - facilita o funcionamento maduro do grupo, bem como a criação de um ambiente no qual são mais prováveis mudanças construtivas de personalidade e crescimento pessoal.

Como os grupos geralmente se reúnem num lugar tranquilo e bonito, o efeito do lugar sem dúvida nenhuma, influencia no grupo mais do que influencia a terapia centrada no cliente. Uma consciência receptiva não é apenas facilitada pelos efeitos do ar

e da água e do espaço mas também através das atividades cotidianas tais como comer junto, praticar algum esporte e dançar.

Flexibilidade

Corey (1985), lista alguns procedimentos que ele considera que não deveriam ser parte do papel do facilitador centrado na pessoa. Estes procedimentos incluem dar conselhos, usar técnicas planejadas, diagnóstico, avaliações, preparar tarefas de casa ou intervir de uma forma diretiva. Sobre comportamentos que ele sente que caracterizam o facilitador centrado na pessoa, ele faz a seguinte lista: "ouvir atentamente, refletir, clarificar, sumarizar, unir, demonstrar respeito, afirmar a capacidade de um cliente para a auto determinação, aceitar o cliente e ser caloroso com ele. (p. 233)

Esta proposta para o pequeno grupo centrado na pessoa representa uma extensão lógica do comportamento observado na terapia centrada no cliente. Entretanto, o grupo não é uma extensão lógica da relação terapêutica. O grupo pode ser bem mais complexo. Seu ambiente pode ser de um tipo que encoraja o insight e a mudança construtiva, a leveza do humor, o crescimento para a maturidade, as novas idéias, os momentos felizes e a esperança. Mas também pode ser um ambiente que traga interações caóticas, frustração, confusão, tédio, medo, tristeza, e falta de esperança. O facilitador e os participantes freqüentemente vivem numa situação que eles não podem predizer, que freqüentemente podem não gostar dessa situação e freqüentemente podem não compreendê-la.

A prioridade do facilitador não é seguir uma lista aprovada de comportamentos. É fazer o que for necessário para facilitar o funcionamento efetivo do grupo com o clima promotor

previsível dos grupos, pode ser até melhor que não se compreenda alguma coisa, do que se compreenda errado. (6) Pode ser necessário, não apenas tolerar a incerteza, mas, reagir a uma situação inesperada de uma forma inesperada. Ser eficiente pode significar se comportar de uma forma "desaprovada".

Esta observação é bem demonstrada nos episódios da "empatia idiossincrática" citada por Bozarth (1984) onde, por exemplo, para o horror inicial do seu supervisor, um terapeuta relatou ao cliente uma longa história sobre como consertou o motor do seu carro Volkswagen. Embora isto viole todas as regras tradicionais sobre como provocar a compreensão empática, foi de fato uma experiência importante desse estado como pode ser verificado através do próprio cliente posteriormente.

Corey, (1985), a despeito de sua disposição favorável, em relação à facilitação de grupo centrada na pessoa, não aprova tanta flexibilidade. Ele criticou o que sente como "um andar a esmo excessivo" numa estrutura "totalmente solta". É uma reação pessoal. Alguns facilitadores e participantes se sentirão mais ou menos confortáveis na estrutura de grupo - quer ela seja solta ou rígida. A justificativa para o grau de estrutura não deve se basear na paciência ou impaciência do facilitador, mas sobre suas vantagens para a realização dos objetivos do grupo. Estudos de pesquisa sugerem que grupos mais estruturados podem ter uma performance melhor inicialmente mas ao longo do tempo, esta performance não é melhor do que a dos grupos menos estruturados. (Crews & Melniek, 1976)

Uma maior estrutura sem dúvida apresenta vantagem em certas situações; menos estruturas em outras situações. O grupo menos estruturado que desenvolve uma abordagem centrada na situação pode estar mais preparado para problemas inesperados, que tão freqüentemente ocorrem mais do que o grupo que está totalmente baseado em padrões pré concebidos para suas ações.

Assim como a melhor estrutura é aquela que melhor se adequa ao grupo e não necessariamente a um livro autorizado, a um texto autorizado, o melhor facilitador não é necessariamente aquele com maior treino ou mais credenciais. Num projeto de um grupo de encontro, por exemplo, 4 a 5 terapeutas profissionais treinados, não foram aceitos como líderes do grupo. (Beboult, 1976) Os melhores facilitadores são aqueles que melhor facilitam.

Facilitadores bem sucedidos não decidem antecipadamente como dirigir a pessoa ou um grupo de um forma particular. Da mesma forma, eles também não decidem antecipadamente como não dirigir o grupo, como ser não diretivo, como ser não estruturado, pois isto surge das necessidades do momento atual do grupo. A abordagem considerada através da eficiência do facilitador não é inativa. Ela deve envolver uma concentração intensa do facilitador mesmo quando ele parece não estar fazendo nada.

Facilitar não é motivar. Deixar as pessoas "na delas" pode ser mais facilitador numa dada situação. Algumas vezes, uma pessoa que se senta silenciosamente e que não está diretamente envolvida na interação está sendo profundamente afetada. De fato, tanto a prática clínica como os dados de pesquisa vão contra a suposição geral de que quanto mais o participante do grupo fala, melhor ele se beneficia. Por exemplo, Smith, Basin & Foroehlich (1960) mediram o tamanho do discurso e as palavras dos participantes de um pequeno grupo e não encontraram nenhuma relação entre a extensão da participação verbal e o desenvolvimento do cliente. Contudo, o facilitador do grupo ou o participante, falando ou estando silencioso, está se comunicando. "Não importa o quanto nos esforcemos, não conseguimos não nos comunicar", observou Watzlawick, Beavin & Jackson (1967), "atividade ou inatividade, palavras ou silêncio, todos têm mensagens de valor; elas influenciam nos outros e estes outros, por sua vez, não conseguem não responder a estas comunicações e

eles mesmos estão por si mesmos se comunicando". (p. 218, 219)

Quando esta comunicação é significativa para o participante e ele está participando daquilo que para ele é uma forma significativa, sua participação está relacionada a uma melhora terapêutica. (Seehrest & Bargen, 1961). Em outras palavras, participantes de grupo que expressam raiva, ou outras emoções fortes, que dão e recebem feed back, que revelam segredos de sua história ou de seu mundo subjetivo, não necessariamente aprendem mais sobre si mesmos do que aqueles que não fazem essas coisas. A aprendizagem está associada com a integração da emoção, feed back e uma abertura quanto ao esquema cognitivo da pessoa, de seu auto conceito, de sua percepção do mundo e de sua realidade: (Lieberman, Yalom & Miles, 1973).

Não é prejudicial que o facilitador seja humilde sobre suas contribuições. McCardel & Murray (1974), compararam três experiências de grupo diferentes quanto ao efeito de uma atenção plausível na situação com um grupo de controle sem contrato, e descobriram que o efeito das três experiências de grupo eram praticamente iguais se comparadas com o grupo "placebo". Estes resultados foram significativamente diferentes do grupo de controle.

Colsom (1970) vai mais longe ainda propondo que o ... "evento crítico do grupo é simplesmente o processo do tempo passando e as pessoas ficando juntas... a única condição necessária e suficiente para um grupo de encontro é que haja uma ocasião para isto... O encontro acontecerá se você der às pessoas um tempo suficiente para estarem juntas, sem uma tarefa que as distraia e colocando alguém com elas com líder (facilitador) que não fará aquelas coisas tradicionais relacionadas à liderança - que sabe o suficiente, isto é, para não querer que as pessoas se organizem, para não dizer a elas como devem se encontrar ou estabelecer uma agenda". (p. 6 a 11)

Exatamente porque ele não faz essas coisas relacionadas a "liderança", isto não significa que o facilitador senta-se comodamente e não faz nada. Mesmo quando "nada está acontecendo", ele está intensamente envolvido. E algumas vezes ele está no centro da ação. Nesses momentos ele pode ser capaz de apenas tentar superar sua própria consciência individual, e estar aberto à emoções inesperadas e a comportamentos que são solicitados pela situação.

Por exemplo, num grupo de encontro, uma participante (que chamaremos de Janet) subitamente anunciou que estava enamorada do facilitador. Isso deixou a ele perplexo bem como a outros participantes. Alguns imaginavam uma ligação escandalosa. Outros estavam simplesmente embaraçados frente a uma revelação de tal intimidade, que ~~ela~~ fosse verdadeira ou não. x

De fato, ela não era verdadeira. O que ocorrerá é que eles até então, não tinham mesmo se falado fora da situação das reuniões de grupo. Contudo, eles estavam súbitamente jogados numa cumplicidade inesperada: eles eram as únicas pessoas que sabiam dessa verdade no grupo.

O facilitador estava tentado ~~a~~ evitar qualquer envolvimento pessoal. Como "terapeuta", ele poderia ter ajudado a participante a explorar suas fantasias, tão ricas de transferência e sedução. Ao mesmo tempo, ele repetia a coragem dela ao tentar alcançar os seus objetivos, indo além dos limites habituais e convencionais mesmo em relação ao tempo e espaço.

Antes de analisar todas as alternativas, ele instintivamente entrou no grupo como uma pessoa. Ele admitiu que ele não a amava mas que ele a respeitava. "Aqui estamos nós juntos numa situação totalmente inesperada. O que fazemos agora? Pode alguém nos ajudar?"

Um outro participante do grupo, um médico, teve um insight muito compreensivo. Ele fez observações corretas e fez as perguntas certas para ajudá-los durante os primeiros momentos

constrangedores. Eles expressaram como se sentiram com relação um ao outro, em relação à situação, em relação a outros membros do grupo, e falaram sobre aspectos de suas vidas diárias que se relacionavam com este momento. Outros participantes descreveram suas próprias relações, tanto dentro do grupo como em casa. Os membros do grupo expressaram sentimentos variados. Eles recontaram suas próprias experiências de infidelidade, casamento, amor. A sessão de grupo terminou com os participantes se sentindo como se estivessem se engajado no encontro profundamente envolvente e útil.

Na próxima reunião de grupo, Janet admitiu que ela sempre quisera ser capaz de começar uma sentença, ou um impulso, ou uma meia verdade, e apenas deixar isso fluir e ver como isso terminaria. E fora isto que ela fizera. Como isto não funcionou ao longo do tempo, ela resolveu abandonar o seu projeto. Então súbitamente, ela se tornou aterrorizada com o fato de que o facilitador poderia tê-la abandonado num "espaço" estranho. Pior, ele poderia tê-la tratado como uma paciente, tê-la ajudado bondosamente como uma "pessoa problemática" lidando com seus problemas. Ela não apenas estava grata de que isso não tivesse acontecido, mas também grata ao grupo por ter tido tantos recursos para se beneficiar com o episódio.

Esse desejo, não obrigação, por parte do facilitador (ou de qualquer participante) para enfrentar a "realidade pura" (Mente & Spittler, 1980), para ser mudado pela experiência que está vivendo no grupo, caracteriza a Abordagem Centrada na Pessoa e talvez a distingua de outras abordagens. Isto é um exemplo da atitude expressa por Buber (1966) quando ele refletiu, "eu sinto que não tenho o direito de querer mudar uma outra pessoa, se eu não estiver aberto a ser mudado por ela tanto quanto isso seja legítimo".

Nesse ambiente menos previsível, o facilitador efetivo aprende a confiar nas sensações imediatas, emoções, raciocínio e

faculdades intuitivas, a fim de viver o momento, guiado apenas pelo princípio de comando da Abordagem Centrada na Pessoa. Outros participantes de grupo vem a saber que o facilitador está genuinamente sendo o que está sentindo. Ele responde ao momento, mesmo se isso significa dizer ou parecer não terapêutico. Ele pode cometer erros, pode evitar a segurança, e também a artificialidade das técnicas aprendidas, e tentar minimizar vivendo ou fazendo a coisa errada na hora certa e a coisa certa na hora errada.

No que concerne à atitude ideal, do facilitador é difícil de desenvolver sentimentos como os do Reverendo Worcester e Joseph Pratt: "à medida que não tentávamos estabelecer nenhum dogma, e que nossos motivos eram inteiramente desinteressados, nosso único desejo era dar a cada participante a melhor oportunidade de vida a saúde que nossos meios permitiam". (Pinney, 1978, p. 111)

Autenticidade

"Estar atento" a cada pessoa com "respostas empáticas", é o método costumeiro da Terapia Centrada no Cliente. Não apenas pode ser ineficiente, para algumas pessoas, falando de modo geral; como alguns participantes do grupo podem não tolerar tais métodos. É lógico, que por breves períodos, no começo do grupo (ou numa estrutura de treinamento ou demonstração) isso pode ser possível. Entretanto, mesmo nesses casos, as respostas que se mantinham previsíveis do facilitador, especialmente aquelas praticadas como uma técnica de facilitação serão eventualmente desafiadas pelos membros do grupo. Eles exigem que o facilitador seja "real", eles vão dizer: "e sobre você?", "você pode repetir o que nós dizemos? mas como você se sente? o que você pensa? quem é você?" (7)

Participantes de um grupo insistem em expressões francas e emocionalmente congruentes (verbais e não verbais) de todos os participantes, e particularmente do facilitador designado. Sobre este aspecto, Rogers (1970) comenta: "a medida que o tempo passa o grupo descobre que é impossível que qualquer membro possa viver atrás de uma máscara ou de uma fachada... a sua diplomacia e a ocultação - amplamente satisfatória para interações fora do grupo - não são boas o suficiente ... Algumas vezes, gentilmente, outras com violência, o grupo exige que o indivíduo seja ele mesmo, que seus sentimentos presentes no momento não sejam escondidos ..." No caso do facilitador, essa máscara (aos olhos dos membros do grupo) podem ser seu método de terapia, sua técnica de facilitação. É a artificialidade que eles desejam abolir, mas não o ato da facilitação. Assim, o facilitador deve encontrar alternativas, ser "ele mesmo", ser o facilitador sem usar artifícios "profissionais".

Além disso, talvez, o padrão de respostas reflexas próprias do rogerianismo ou o artifício de "focalização" torna-se entediante. O exemplo seguinte ilustra esse ponto: Uma participante, treinada em "técnica de comunicação", fazia o que ela considerava ser uma "resposta facilitadora" para cada pessoa que falava, no grupo. Seguindo o que a pessoa falava, ela repetia as palavras do falante, oferecia alguma interpretação visando demonstrar empatia, sempre que possível facilitando ao falante uma "focalização em seus sentimentos". Apesar de sua aparente sinceridade, as pessoas que ela estava tentando "facilitar" prontamente a ignoravam. Aqueles que começavam a falar faziam apenas uma pausa, até que ela tivesse terminado a sua intervenção, e então continuavam. Depois de diversas dessas "respostas reflexivas", os participantes do grupo se tornaram entediados. Uma pessoa se tornou irritada o suficiente para dizer a ela que cuidasse da sua própria vida e a deixasse terminar seus pensamentos.

Na mesa do almoço, ela se virou para Carl Rogers e disse: "esse grupo não parece apreciar as respostas empáticas precisas que estão sendo oferecidas. Alguns dizem que eles apreciam meus esforços para ouvir reflexivamente, mas muitas das minhas intervenções caem no vazio". Rogers comeu mais uma porção de salada e, após um minuto em silêncio, replicou: "eu penso que o grupo está nos desafiando a descobrirmos dentro de nós mesmos uma empatia mais profunda". Na Terapia Centrada no Cliente, um modo reflexivo de empatia pode se tornar um aspecto permanente de diálogo entre terapeuta e cliente. No pequeno grupo, uma "empatia mais profunda" é exigida.

Como se expressa uma empatia mais profunda? De qualquer forma ela é apropriada naquele momento. Compreender genuinamente uma outra pessoa é muito diferente de possuir uma necessidade genuína de ser visto como uma pessoa compreensiva. Os participantes do grupo podem facilmente dizer sobre essa diferença. "Estamos todos juntos nisso" é o ponto de vista do grupo. Quando isso se torna uma realidade, qualquer pessoa pode ser empática, mesmo com aquela pessoa que ela pode agradar através de qualquer palavra - mesmo usando até respostas reflexivas ou "focalizando", dentro de um certo parâmetro de adequação.

As atitudes dos facilitadores expressas no ambiente do grupo podem tomar uma forma diferente do que as mesmas atitudes expressas na Terapia Centrada no Cliente. De fato, os comportamentos que são bem sucedidos na situação a dois, podem ser problemáticos quando o facilitador os aplica no ambiente grupal. Por exemplo, num estudo com pacientes mentais hospitalizados. Truax, Carkhuff & Kodnan (1965) descobriram que os participantes, em grupos nos quais os facilitadores estavam envolvidos em alto grau de empatia e aceitação positiva incondicional, melhoravam mais do que os clientes que estavam em grupos com menores graus dessas atitudes. Um resultado esperado.

Entretanto um dado surpreendente que contrastou com os estudos anteriores sobre a terapia individual (que enfatizou o fato de que os grupos não são meramente versões ampliadas das diades terapêuticas) foi descoberta de relações negativas entre o nível obtido de autenticidade do terapeuta e as mudanças no cliente.

É possível que dentro da cultura hospitalar quando um psicólogo nega seu papel - isto é, nega que seja um profissional - ele se torna inautêntico. Autenticidade depende do contexto. Assim, uma pessoa seria genuína em contextos diferentes comportando-se de forma bastante diferentes em cada um desses contextos. O facilitador que tenta ser "um dos rapazes" e decide compartilhar alguma coisa de sua própria vida, que pode parecer a ele genuíno afim de "modelar" o comportamento correto ou "motivar" os membros do grupo a serem mais pessoais, está sem dúvida sendo inautêntico. Com pacientes altamente perturbados em terapia em grupo, mesmo a expressão de sentimento pessoais do terapeuta, por exemplo, podem ser contraproducente. (Mente & Spittler, 1980)

A importância da resposta apropriada do facilitador encontra apoio em pesquisa que sugere que o compartilhador prematuro de material pessoal pelo facilitador do grupo pode levar a uma ruptura, enquanto uma auto expressão mais adequada (que significa compartilhar o que é "real" no momento, em harmonia com o que está acontecendo ou estimulado por emoções profundamente pessoais) pode ser construtivo. (Dies, 1973) Há evidência que sugere que a autenticidade do facilitador no contexto do grupo como um todo, tende a ter mais impacto no desenvolvimento de um certo praticante, do que o nível de autenticidade que um indivíduo pode "receber" do facilitador. (Truax, 1966; Truax, et all, 1965) Isso é possível. Mesmo no contexto da Terapia Centrada no Cliente, quando Rogers expressava seus sentimentos pessoais, isso sempre acontecia no contexto da relação (isto é, o "grupo" como um todo), "eu me sinto entediado

aqui hoje". Ou, "eu me sinto entediado neste relacionamento". E não, "você está sendo uma pessoa que provoca tédio", isto é, "sua autenticidade", (a expressão de sentimentos negativos, neste caso) não se referem a um participante, mas se dirigem para a sua própria reação pessoal em relação àquela situação.

Assim, o facilitador de grupo, embora não se espere que possa ser perfeito, espera-se que seja honesto, autêntico, bem intencionado e corajoso. Espera-se que ele faça o que está sendo implicitamente requerido de qualquer participante do grupo. Ele é um ser humano num grupo de seres humanos.

Doxsey, (1986) considerou que em muitas abordagens "o facilitador intervém; na Abordagem Centrada na Pessoa, ele interage". O facilitador é um participante no grupo, mas não um paciente. Ele pode compartilhar seus sentimentos pessoais e talvez suas dificuldades na vida mas aquilo que for apropriado para o momento.

Embora o facilitador rapidamente se torne um outro participante em termos da interação do grupo, ele pode continuar a usufruir de um status especial no grupo. Isso pode ser devido a suas qualidades pessoais, mas é mais provável que derive do seu papel de liderança que ele está desempenhando no evento, sua experiência anterior como participante em atividades semelhantes e o fato de que ele representa os princípios de comando da Abordagem Centrada na Pessoa. (Embora possa se observar que outros participantes são frequentemente melhores comunicadores, melhores expoentes da Abordagem durante a experiência de grupo).

A disputa inevitável sobre se um facilitador tem mais poder do que os participantes, se resolve meramente por se observar que ele é uma parte do fenômeno que ele descreve, o que William James, (1890) chamou da "falácia do psicólogo". (p. 196) No ponto de vista do facilitador, ele não tem mais poder do que qualquer outra pessoa. E ele se comporta desta maneira; entretanto, o participante pode vê-lo como mais poderoso do que

facilitador e do participante. Qualquer percepção realista do fenômeno deve incluir ambas.

Atitudes pessoais do facilitador podem revelar o que ele está sentindo, pensando e tentando levar a efeito à medida que ele vai contribuindo para o fenômeno complexo. Valiosa informação. Entretanto, as perspectivas dos participantes podem também ser importantes para uma compreensão mais abrangente. Considerar apenas a perspectiva subjetiva do facilitador ao tentar compreender o ambiente de um grupo centrado na pessoa bem sucedido, seria equivalente a considerar o clima de um campo de baseball, por exemplo, a tudo o que contribui para o sucesso de um encontro, às atitudes do lançador e aos gestos supersticiosos de aquecimento que o preparam para a sua viagem bem sucedida até a base. Os facilitadores podem ter mais efeito sobre os outros por razões que eles não imaginam e menos efeitos por razões que eles acreditam que tenham.

Aceitação

A despeito das exigências por autenticidade, há momentos, em que como na Terapia Centrada no Cliente, o facilitador pode ser capaz de ajudar um participante de grupo a formular a expressão mais verdadeira possível de sua experiência interna naquele momento. Afim de fazê-lo, o facilitador ouve sensivelmente. Rogers, (1970) disse: "eu ouço cuidadosamente, acuradamente, tanto quanto sou capaz para alcançar cada indivíduo, que está se expressando. Se a expressão é superficial ou significativa não importa, eu ouço" (p. 47). As palavras do Lao Tsé sugerem o poder da atenção profunda e elevada, "é como se embora ele ouvisse e tal ouvir nos envolvesse no silêncio, neste,

(Buber, 1957).

Afim de entrar nese mundo pessoal do outro, pode ser necessário, temporariamente (remunerar) a nossa própria versão sobre o mundo. Para apreciar e seguir a experiência do outro, sem tentar mudá-lo abertamente numa direção particular, o facilitador eficiente deve renunciar sua confiança nas teorias e opiniões e, mais difícil ainda, suas crenças em como as coisas deveriam ser para a outra pessoa, e substituir isso por uma forma de perceber como as coisas realmente são.

O facilitador (ou o participante atento) acompanha o fluxo da experiência do participante, através das complicações, mantendo a comunicação relevante para a pessoa e para o grupo. O objetivo desse ouvir não é apenas "entrar em contato com sentimentos", é seguir a exploração pessoal através do rico labirinto momentâneo de experiência e facilitar a formulação disso como um todo para um significado atual.

Esse despertar da consciência é ilustrado neste exemplo de um grupo de encontro filmado a "Jornada em direção ao Self" (McGaw, 1968) Jerry, o empresário de meia idade declara na primeira hora do grupo: "nós temos medos terríveis de insegurança e muitas vezes as mesmas coisas pelas quais eu me sinto inseguro sobre você olhando para trás ... e aquela que você se sente inseguro - Deus meu, você não pode se lembrar, e eu gostaria de ter um sentimento honesto... e agir desta forma em todos os casos. Esta é a coisa que me deixa sentir mal à medida que você fica pensando sobre o que as outras pessoas estão esperando..." Aqui ele fala de forma impessoal sobre si mesmo como se ele soubesse que está falando alguma coisa. Na quinta hora, ele está mais confuso, mas já mais próximo da referência experiencial a partir da qual as suas palavras estão se formando, "tanto quanto as pessoas estão preocupados eu...eu, num certo sentido, como as outras pessoas, mas eu...eu indo até um certo ponto, então a

partir daí, eu não gosto de ficar muito próximo das pessoas, isto é devido à...é complicado...". Jerry começa a falar sobre si mesmo. Na décima primeira hora, Beth, uma outra participante do grupo fala. A medida que ela começa a chorar Rogers (o facilitador) observa que Jerry parece bastante tocado.

Rogers: "Sem sabê-lo, ela deve estar falando para você Jerry". Jerry: "Bem, eu estou muito chocado. Eu não seria capaz de dizer tanto". A medida que Beth fala, o desconforto de Jerry aumenta. Finalmente Roz um outro membro do grupo, atravessa um círculo de dez cadeiras e põe seus braços ao redor de Jerry. Ele começa a soluçar.

Jerry chora por algum tempo. Roz o segura chorando a soluçar.

Roz, (soluçando): "todo tempo eu realmente sentia que ele não estava sentindo profundamente o que estava dizendo. Nós o acusamos disso a noite passada". Beth: "Ele não estava sendo capaz de expressar seus sentimentos". Este exemplo ilustra não apenas a forma de Jerry se tornar consciente de seus próprios sentimentos profundos, mas também o cuidado e o efeito facilitador de Roz que não era uma facilitador designado. O facilitador aceita o grupo, bem como seus membros individuais.

Coulson (1970) comenta sobre a significação da experiência de Jerry: "Jerry disse tanto na primeira como na quinta hora que ele estava tentando dizer o que era complicado. Mas, realmente isso não era complicado absolutamente; ele queria chorar. E ainda assim, o oposto era também verdadeiro: ele estava tão complicado que a única forma que ele queria se expressar era através de lágrimas. Jerry nunca disse porque ele chorou e ninguém no grupo perguntou a ele ... mas eu acho mais profundamente, que as lágrimas de Jerry podem ter sido por todos nós: ele chorou porque algumas vezes é uma coisa dolorosa viver-se a própria vida". (p. 4 e 5)

Esta aceitação que permite momentos de insight não é nem inativa e nem super-ativa. O facilitador é ativo suficiente para fornecer a aceitação necessária. Em seu estudo sobre grupo de encontro Lieberman, Yalom & Miles (1973) descobriram que os líderes que poderiam ter sido caracterizados como provedores, especializados em serem cuidadoras e em atribuir significado - davam amor bem como informação e idéias em como mudar - produziam mudanças positivas enquanto minimizavam o número de participantes que tinham resultados negativos. (os piores resultados foram obtidos pelos líderes que tinham um estilo que usava exercícios estruturados com freqüência, e um controle extremo sobre as interações dos participantes, e também estilo inativo do líder laissez-faire). "Quanto mais calorosa e mais positiva for a relação", estabelecem os pesquisadores, "entre o líder do grupo e os membros e quanto mais o líder pode ajudar os membros a aumentar suas compreensões cognitivas sobre si mesmos e suas relações, maiores benefícios serão adquiridos para os membros".

Embora o facilitador possa ser aceitador e não incorrer em julgamento, pode respeitar a diversidade dos indivíduos e confiar na capacidade para conhecer-se a encontrar seu próprio ritmo e direção para mudança pessoal, talvez sua atitude mais essencial seja uma aceitação do grupo por si só. Dessa atitude, Rogers (1970) disse: "eu confio no grupo... O grupo parece ser um organismo, tendo um sentido de direção própria mesmo quando não se pode definir a direção intelectual ...". (p. 44)

Após experiências suficientes do grupo ter resolvido problemas aparentemente sem solução e ter demonstrado uma sabedoria superior as somas da sabedoria individual de seus membros, uma pessoa passa a "confiar" no grupo. Isso significa que ela não se sente em pânico, tão facilmente, mas pode tolerar o processo difícil que pode resultar nessa "sabedoria". Isso não significa que a pessoa possa se sentar e usufruir a corrida, confiante de que o grupo chegará ao seu destino seguro. Cada nova

crise desafia todas as justificativas anteriores para essa situação. Seguramente esta situação vai além da capacidade do grupo. Uma energia enorme, por parte dos facilitadores e dos participantes pode ser necessária para ajudar a trazer a luz com um final bem sucedido, valioso para que se continue "confiando" no grupo.

Rosemberg, (1977) narrou uma experiência de seus anos de prática clínica: "eu atendo um certo cliente, um homem de 30 anos de idade, fracassado em todos os aspectos, brilhante e amargo, um alcoolista doente, que se odeia e ao mundo, que tem desperdiçado todas as oportunidades para construir uma vida significativa por si mesmo". Embora esse cliente tenha estado por algum tempo numa relação terapêutica com ela, Dra. Rosemberg sugeriu terapia de grupo porque ela sentiu que ele não possuía um genuíno contato humano caloroso. E ela se recorda: "Nós estávamos na quinta sessão semanal (do grupo) esta manhã, e as mudanças dele foram dramáticas. Ele me disse hoje que pela primeira vez em 12 anos ficou uma semana inteira sem um drink, e tem feito as primeiras coisas que ele considera significativas. Em duas das primeiras cinco sessões, ele estava tão alcoolizado, que mal conseguia permanecer em pé. Tornou-se 'impossível' e agressivo. Eu tentei mandá-lo para casa (quando eu o encontrei dormindo no chão, às 7 e meia da manhã, na sala de espera, incapaz de ficar de pé ou de falar claramente). Humildemente me sinto grata de que ele tenha recusado. No grupo, ele recebeu apoio, desafios, confrontos, mas nem pena nem rejeição, às quais ele havia acostumado a receber ... Isto é o grupo".

Mesmo Rogers, que fazia uma apologia da "Sabedoria do Grupo", ficava confuso pela habilidade do grupo. Frequentemente ele era surpreendido em como os participantes do grupo e não o facilitador frequentemente transformava uma situação caótica (uma da qual ele mesmo havia desistido) em alguma coisa construtiva. Por outro lado, ele considerava o facilitador como a chave para o sucesso do grupo. Voltando para casa de uma experiência onde a