FACULDADE DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DO PARANÁ
Mantenedora: Fundação de Estudos Sociais do Paraná
CNPJ: 76.602.895/0001-04 – Insc. Estadual: Isento
Rua General Carneiro, 216, Curitiba – PR CEP 80060-150
Fone: 41 3028 6500 site: www.fesppr.edu.br

INTERVENÇÕES GRUPAIS BASEADAS NA TERAPIA DE ACEITAÇÃO E COMPROMISSO EM COMUNIDADE TERAPÊUTICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM PSICOLOGIA SOCIAL

Thayline Carius Teixeira[1]
Claudia Dolores Barrios de Carvalho Pansini Gonçalves; Ericsson Júlio Rodrigues
Isabella Nicole Miranda; Luiz Antonio Scarmocin[2]

RESUMO

Este trabalho relata uma experiência de estágio realizada em uma Comunidade Terapêutica (CT) de Curitiba (PR) voltada ao acolhimento de homens adultos com histórico de dependência de substâncias psicoativas. O objetivo foi desenvolver intervenções em grupo articulando Psicologia Social e Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), com ênfase em flexibilidade psicológica, autoestigma, vínculos e ações orientadas por valores. Foram realizados oito encontros semanais de aproximadamente duas horas, com rodas de conversa, metáforas, práticas de atenção plena e exercícios de aceitação, desfusão cognitiva e planejamento de ações. Observaram-se melhora na participação geral, questionamento de rótulos autodepreciativos, identificação de valores e diferenciação entre impulsos e escolhas. Como limites, destacaram-se a alta rotatividade, o tempo restrito dos encontros e a ausência de acompanhamento psicológico e médico em tempo integral. A experiência indica a pertinência de estratégias em grupo baseadas na ACT como recurso psicossocial, sem pretensão de demonstrar eficácia clínica.

Palavras-chave: Terapia de Aceitação e Compromisso; Psicologia Social; Comunidade Terapêutica; Dependência Química.

INTRODUÇÃO

O presente trabalho decorre da experiência desenvolvida na disciplina de Estágio Supervisionado em Psicologia Social em uma Comunidade Terapêutica (CT), localizada em Curitiba (PR), voltada ao acolhimento e à reinserção social de homens com histórico de dependência de substâncias psicoativas. As observações realizadas no campo indicaram que as demandas dos acolhidos ultrapassavam a relação com o uso de substâncias, abordando sintomas como ansiedade, isolamento social, fragilização de vínculos, dificuldades

[1] docente e orientadora da FACULDADE DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DO PARANÁ
[2] discentes da FACULDADE DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DO PARANÁ

relacionais, perdas e autoestigma. Nesse contexto, a Psicologia Social possibilita compreender o sujeito como constituído nas relações, fazendo do grupo um espaço de produção de sentidos, apoio mútuo e transformação (LANE, 2006).

Como referencial técnico-metodológico, adotou-se a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), abordagem voltada à ampliação da flexibilidade psicológica por meio de processos como aceitação, desfusão cognitiva, contato com o momento presente, self como contexto, valores e ações comprometidas. Segundo Hayes, Strosahl e Wilson (2021), a ACT busca modificar a relação do indivíduo com seus eventos internos, em vez de necessariamente eliminar pensamentos ou emoções desconfortáveis. No contexto da dependência de substâncias, a desfusão e a aceitação possibilitam trabalhar pensamentos, fissuras e autoestigmas de maneira menos rígida (SABAN, 2015). A proposta também dialogou com o protocolo de grupo de Luoma, Kohlenberg e Hayes (2005), voltado ao trabalho com o autoestigma em pessoas com transtornos relacionados ao uso de substâncias, e com Silveira et al. (2021), que apontam a viabilidade da ACT em intervenções grupais com essa população.

A realização do trabalho justifica-se pela relevância de compreender a dependência de substâncias como um fenômeno complexo, atravessado não apenas pelo uso da droga, mas também por aspectos sociais, relacionais e subjetivos. Para a formação acadêmica, a experiência amplia a compreensão acerca das possibilidades da atuação psicológica em contextos de vulnerabilidade; para a comunidade acadêmica, contribui para a discussão sobre intervenções de grupos fundamentadas na ACT; e, socialmente, favorece a reflexão sobre práticas voltadas à autonomia, à reconstrução de vínculos e à reinserção social dos sujeitos acolhidos.

Diante desse contexto, formulou-se como pergunta de pesquisa: quais possibilidades as intervenções psicológicas em grupo em uma comunidade terapêutica, sob a perspectiva da ACT? O objetivo geral foi analisar as possibilidades dessas intervenções para a atuação psicológica nesse contexto. Como objetivos específicos, buscou-se descrever as intervenções grupais realizadas a partir dos princípios da ACT; analisar suas possibilidades diante das demandas psicossociais identificadas entre os acolhidos; e identificar potencialidades e limites da utilização dessas estratégias no contexto institucional.

METODOLOGIA

O presente trabalho caracteriza-se como um relato de experiência, de natureza qualitativa e descritiva (GIL, 2002). Participaram das intervenções, em média, 20 homens adultos por encontro, residentes temporários da instituição, presentes nos dias das atividades e que aceitaram participar das intervenções. A composição dos grupos não permaneceu constante durante todo o estágio em razão da rotatividade dos residentes, decorrente de novos acolhimentos, desistências e desligamentos institucionais.

A experiência foi desenvolvida ao longo de oito encontros, realizados semanalmente, com duração aproximada de duas horas cada, totalizando cerca de 16 horas de intervenção direta. Inicialmente, realizou-se a observação da dinâmica institucional e o mapeamento das principais demandas psicossociais apresentadas pelos acolhidos, entre as quais se destacaram fragilização dos vínculos familiares, isolamento social, ansiedade, dificuldades relacionais, vergonha e internalização de estigmas associados à dependência química. A partir dessas demandas, foram planejadas intervenções fundamentadas na ACT e organizadas com base no protocolo de intervenção elaborado por Luoma, Kohlenberg e Hayes (2005). Apesar de inspirado, não foi empregado um protocolo fechado e sequencial de intervenção; o planejamento funcionou como eixo orientador e foi adaptado ao longo dos encontros de acordo com as demandas emergentes do grupo.

As atividades foram organizadas em eixos temáticos de intervenção. Para integração e construção de vínculo grupal, utilizaram-se as dinâmicas Novelo de Lã e Baralho Terapêutico. O trabalho com desfusão cognitiva e autoestigma ocorreu por meio da externalização de rótulos e do uso de metáforas. Para abordar aceitação e processamento emocional, foram utilizadas a Carta para o Eu do Passado e a atividade Controlo/Não Controlo. As práticas de atenção ao momento presente incluíram a meditação Folha no Rio e exercícios de ancoragem respiratória, estes empregados também no início dos encontros. A identificação de valores e o planejamento de ações comprometidas foram trabalhados pelas atividades Metáfora do Farol e Ponto de Escolha, enquanto recursos audiovisuais, como a Parábola do Balde Furado e A Parte que Falta, foram empregados para promover discussões sobre aceitação da trajetória pessoal, incompletude e construção de sentido. Ao longo das intervenções, as observações produzidas durante as atividades, as manifestações dos participantes e a dinâmica estabelecida

no grupo foram posteriormente articuladas aos conceitos da ACT e da Psicologia Social para a análise qualitativa da experiência.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As intervenções realizadas permitiram identificar possibilidades da ACT para a atuação psicológica em grupo dentro de uma CT, especialmente no trabalho com vínculo, autoestigma, manejo de experiências internas e construção de ações orientadas por valores. Ao longo dos encontros, observou-se maior abertura para a troca de experiências entre os acolhidos, que inicialmente apresentavam maior timidez e silêncio e, progressivamente, passaram a compartilhar vivências e validar experiências comuns. Esse movimento reforça a compreensão de Lane (2006) de que o sujeito se constitui nas relações e de que o grupo pode funcionar como dispositivo de transformação e promoção de saúde, aspecto particularmente relevante diante de trajetórias marcadas por isolamento e fragilização de vínculos.

O autoestigma constituiu uma das principais demandas identificadas, manifestado pela internalização de rótulos depreciativos associados à dependência química. As atividades de externalização de rótulos possibilitaram problematizar identificações rígidas e trabalhar a distinção entre o sujeito e seus pensamentos. Esse resultado dialoga com Luoma, Kohlenberg e Hayes (2005), que propõem intervenções grupais baseadas na ACT para o manejo da vergonha e do autoestigma relacionados ao uso de substâncias, e com Saban (2015), para quem a desfusão cognitiva permite reconhecer pensamentos como eventos mentais, e não como fatos determinantes sobre o indivíduo. Dessa forma, a desfusão mostrou-se uma possibilidade de intervenção para a ressignificação de identidades cristalizadas em torno da adicção.

As práticas de aceitação, atenção ao momento presente e desfusão também permitiram abordar pensamentos e emoções associados à fissura. Exercícios de mindfulness e a metáfora Folha no Rio foram utilizados para discutir a possibilidade de observar pensamentos e impulsos sem necessariamente responder a eles de forma automática. Tal experiência se aproxima do proposto por Hayes, Strosahl e Wilson (2021), ao compreenderem a flexibilidade psicológica como a capacidade de manter contato com experiências internas e, ainda assim, escolher respostas coerentes com aquilo que é importante para o sujeito. Do mesmo modo, Silveira et al. (2021) destacam que, na ACT aplicada à dependência de substâncias, o objetivo

não consiste na eliminação dos impulsos ou do sofrimento, mas na ampliação da possibilidade de agir em direção aos valores mesmo diante dessas experiências.

A identificação de valores e ações comprometidas foi outro eixo de destaque. Para Saban (2015), os valores funcionam como direções que orientam a trajetória do indivíduo, enquanto Hayes, Strosahl e Wilson (2021) compreendem a ação comprometida como a transformação dessas direções em comportamentos concretos. Silveira et al. (2021) também apontam que o trabalho com valores pode contribuir para que a recuperação seja compreendida para além da interrupção do uso, envolvendo a reconstrução de autonomia e sentido de vida. Apesar dessas possibilidades, a experiência apresentou limites relacionados à alta rotatividade dos acolhidos, ao tempo reduzido das intervenções e à impossibilidade de acompanhamento longitudinal, indicando que os resultados devem ser compreendidos como possibilidades observadas em um relato de experiência, e não como evidências de eficácia clínica da ACT.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência permitiu identificar que intervenções grupais baseadas na ACT podem contribuir para a atuação psicológica em comunidades terapêuticas, especialmente no trabalho com vínculo, autoestigma, aceitação de experiências internas, identificação de valores e planejamento de ações comprometidas. Nesse sentido, a ACT mostrou-se um referencial compatível com demandas psicossociais observadas entre os acolhidos, favorecendo espaços de reflexão e compartilhamento grupal.

Entretanto, fatores como a rotatividade dos participantes, o tempo limitado das intervenções e a ausência de acompanhamento psicológico contínuo restringiram o aprofundamento das demandas identificadas. Assim, os achados devem ser compreendidos como possibilidades observadas em um relato de experiência, sem pretensão de demonstrar eficácia clínica, reforçando a importância de intervenções flexíveis e sensíveis às particularidades do contexto institucional

REFERÊNCIAS

HAYES, Steven C.; STROSAHL, Kirk D.; WILSON, Kelly G. Terapia de aceitação e compromisso: o processo e a prática da mudança consciente. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2021.

LANE, Silvia T. M. O que é Psicologia Social. São Paulo: Brasiliense, 2006.

LUOMA, J. B.; KOHLENBERG, B. S.; HAYES, S. C. Acceptance and Commitment Therapy group therapy manual for self-stigma and shame in substance use disorder. Portland: Portland Psychotherapy Clinic, 2005.

SABAN, Michaele Terena. Introdução à terapia de aceitação e compromisso. 2. ed. Belo Horizonte: Ed. Artesã, 2015.

SILVEIRA, P. S. et al. Viabilidade da terapia de aceitação e compromisso para dependentes de drogas. Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia, v. 14, n. 1, p. 1-19, 2021.