Olá, meu nome é Eurico Benjamim. Sou psicólogo responsável pelo grupo de terapia para homens em Araruama/RJ no Emap e estou aqui para contar um pouco desta jornada.

Como isso aconteceu: fui incumbido de executar um trabalho de terapia em grupo para homens. Inicialmente achei estranho, por que só homens? No decorrer do trabalho eu fui entendendo que isso fazia sentido, visto que, nossa demanda era de pessoas que realmente tinham problemas muito graves, como, por exemplo, de natureza jurídica, penal; problemas sexuais e esquizofrênicos medicados e estáveis. Situações diversas e muito sérias, enfim, panorama complexo que seria difícil tratar num grupo misto. Certamente este quadro não é uma novidade para profissionais de saúde que estão acostumados com o público das sociedades em desamparo.

Existem também situações um pouco mais amenas como as de pessoas que não tiveram a capacidade de ter uma conversa com um pai e que foram rejeitadas. Diversos tipos de problemas, porém, de natureza severa em sua maioria.

Diante desta situação comecei a adaptar algumas técnicas de neuropsicologia avançada demonstrando ao grupo como o cérebro funciona, como é possível regular as emoções, como se consegue modificar algumas condições. Usei técnicas de meditações conduzidas, exposição dos problemas com o uso da fala como elemento básico terapêutico, exposição de filosofias de autorregulação emocional como estoicismo etc. As técnicas foram profundamente adaptadas à realidade sócio cultural do perfil que se apresenta.

O processo adaptativo tomou forma inesperada e interessante, completamente atípica do manejo de trabalhos em grupo tradicionais. Não há propósitos a serem atingidos como início meio e fim. O grupo adquiriu uma identidade própria de participação rotativa. Com o tempo comecei a perceber que muitas pessoas paravam de frequentar o grupo, pois tinham atingido autorregulação emocional e simplesmente estavam de volta à vida e suas atividades cotidianas. Com alguns deles, inclusive, encontrei casualmente nas ruas da cidade e eles se desculparam por não terem se despedido e informaram que estavam bem, por isso haviam deixado o grupo.

Devido à dinâmica de entrada e saída “automática”, percebi que enquanto algumas pessoas deixaram de frequentar o grupo, novas entravam.

Para controlar melhor essa situação, abri um grupo de WhatsApp. Trata-se de forma mais integrativa destinada ao controle de entrada e saída e também breves notificações sem pretensões de continuidade de terapia, a qual foi previamente acordada, entretanto, continua um espaço de livre expressão para os pacientes continuarem a integração. Na verdade, o “grupo de avisos” é, de certa forma, um “elemento” diferenciado.

Esta forma “livre” não foi um acordo, apenas aconteceu. Abri um espaço para sugestões, avisos, conversas entre eles e um possível “adeus”, quando ocorrer. Naturalmente após atingirem autorregulação emocional, em sua maioria, recebemos uma breve notificação com a promessa de uma visita quando houver um tempo e estaremos abertos a isto, mas no geral ainda continuam o grupo de WhatsApp mantendo em silêncio ou eventualmente se manifestam estimulando os atuantes e, quando isso acontece, passa a ser identificada uma alta natural e espontânea.

Tudo isso tem sido muito gratificante.

O grupo de terapia de certa forma é inovador, pois não há julgamentos, os pacientes se dão alta de forma autônoma e natural. Estamos próximos de completar 1 ano de funcionamento e ainda estamos em processo de ajustes e correções. É um processo embrionário, mas com bons prognósticos

No momento, atendemos 15 pessoas e este número tende a aumentar, entretanto, como nem todos conseguem comparecer semanalmente e se mantém uma média diária de 8 a 10 pessoas, todas as quintas-feiras de 8h30 às 11h, recentemente, adotamos a regra de somente admitir novos interessados na primeira quinta-feira de todo mês e haverá uma entrevista prévia aos novos pretendentes.

O grupo de terapia é uma força viva que toma formas inesperadas, como a própria vida e a natureza. Ao receber os depoimentos dos participantes fiquei bastante emocionado e feliz por ser uma coisa muito privada entre a minha pessoa e eles e, também, pelo fato de ser livre e espontâneo, mesmo diante do empobrecimento da fala, característico do sofrimento psíquico, ainda que reversível.

Me sinto muito gratificado por esse tipo de trabalho e agradeço a oportunidade.

Fica o meu depoimento para o grupo: Sou eu quem agradece a todos eles. A cada dia eu me torno uma pessoa muito melhor, pelo fato de estar trabalhando com eles. Descrever este grupo é algo muito difícil

de colocar em palavras visto que não é uma coisa pontual, nem algo especificamente metódico. Espero que tenha contribuído um pouco.

Um grande abraço a todos.