

FACULDADES INTEGRADAS DE ARACRUZ - FAACZ
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

LUCIANA DAS VIRGENS CHAGAS

GRUPO COMO FERRAMENTA DE CUIDADO:
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA À LUZ DA TEORIA COGNITIVO-
COMPORTAMENTAL

ARACRUZ

2023

LUCIANA DAS VIRGENS CHAGAS

**GRUPO COMO FERRAMENTA DE CUIDADO:
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA À LUZ DA TEORIA COGNITIVO-
COMPORTAMENTAL**

Artigo científico apresentado às Faculdades Integradas de Aracruz – FAACZ, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel(a) em Psicologia.

Orientadora: Professora Me. Stéfani Martins Pereira

ARACRUZ

2023

LUCIANA DAS VIRGENS CHAGAS

**GRUPO COMO FERRAMENTA DE CUIDADO:
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA À LUZ DA TEORIA COGNITIVO-
COMPORTAMENTAL**

Artigo científico apresentado às Faculdades Integradas de Aracruz (FAACZ), como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel(a) em Psicologia.

RESULTADO: _____ NOTA: _____

Aracruz/ES, _____ de _____ de _____.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. Stéfani Martins Pereira (orientadora)
Faculdades Integradas de Aracruz - FAACZ

Prof. Me. Júlia Carvalho dos Santos (examinador)
Faculdades Integradas de Aracruz - FAACZ

Prof. Me. Marta Regina Rossoni (examinador)
Faculdades Integradas de Aracruz - FAACZ

A meu pai José Francisco (In memoriam), a minha mãe Ineth, a minha irmã Adriana, ao meu irmão José Francisco, e ao meu namorado Ramiro que me deram força, carinho, amor e compreensão nos momentos em que precisei.

Agradeço, inicialmente, a Deus por ter me dado forças para não desistir e por sempre ter iluminado a minha caminhada, concedendo-me mais essa vitória.

Aos meus colegas de faculdade e professores, que estiveram ao meu lado nesta jornada acadêmica, compartilhando conhecimentos e possibilitando enriquecer meus estudos.

A minha professora e orientadora Me. Stéfani Martins Pereira por me passar segurança nos momentos de incertezas e dúvidas.

A pessoa mais forte não é aquela fazendo mais barulho, mas aquela que consegue, calmamente, dirigir a conversa para a definição e solução dos problemas.

(Aaron Beck)

RESUMO

A estratégia Grupo se apresenta como uma ferramenta de trabalho do psicólogo para a terapia coletiva com propósito de cuidado. Dessa forma, esta pesquisa pretende ampliar o olhar sobre o instrumento grupo utilizado para o cuidado no processo psicoterapêutico partindo da Teoria Cognitivo-Comportamental. Assim, o artigo tem como base análises de livros e artigos científicos que foram utilizados para a composição teórica desta pesquisa. Nesse sentido, buscou-se investigar a importância de desenvolver grupo como ferramenta de cuidado. A pesquisa foi classificada como ciência da saúde, estratégica, exploratória, descritiva, explicativa, qualitativa, com procedimento bibliográfico analítico e reflexivo na literatura. Para o exame de dados, foi utilizada a análise de conteúdos com técnica de análise temática. Como resultado da investigação, foram mapeados os conceitos de: cuidado na Teoria Cognitivo-Comportamental; Terapia Cognitivo-Comportamental em Grupo (TCCG): processo grupal, estrutura e políticas públicas. Logo, evidenciou-se a importância de desenvolver grupo como ferramenta que fomenta e produz um cuidado que está aberto ao sujeito em um âmbito coletivo, atuando de forma ativa no seu processo terapêutico. Os psicoterapeutas precisam construir esse lugar que resgata o respeito à vida humana, fundamentado na promoção do paciente/cliente, agindo como facilitadores de potencialidades e de saberes no *setting* terapêutico.

Palavras-chave: Psicoterapia de grupo; TCCG; Cuidado.

ABSTRACT

The Group strategy presents itself as a psychologist's working tool for collective therapy with the purpose of care. Therefore, this research intends to broaden the perspective on the group instrument used for care in the psychotherapeutic process based on the Cognitive-Behavioral Theory. Thus, the article is based on analyzes of books and scientific articles that were used for the theoretical composition of this research. In this sense, we sought to investigate the importance of developing groups as a care tool. The research was classified as health science, strategic, exploratory, descriptive, explanatory, qualitative, with an analytical and reflective bibliographic procedure in the literature. To examine the data, content analysis was used with thematic analysis technique. As a result of the investigation, the concepts of: care in cognitive behavioral theory were mapped; group cognitive behavioral therapy: group process, structure and public policies. Therefore, the importance of developing a group as a tool that fosters and produces care that is open to the subject in a collective scope, acting actively in their therapeutic process, became evident. Psychotherapists need to build this place that restores respect for human life, based on the promotion of the patient/client, acting as facilitators of potential and knowledge in the therapeutic setting.

Keywords: Group psychotherapy; TCCG; Careful.

SUMÁRIO

RESUMO	6
1 INTRODUÇÃO	9
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	13
3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	19
3.1 Tipo de pesquisa	19
3.3 Procedimentos para análise de dados	20
4 ANÁLISE DOS RESULTADOS	22
4.1 Conceito de cuidado na Teoria Cognitivo-Comportamental	24
4.2 Teoria Cognitivo-Comportamental (TCCG)	27
4.2.1 Processo grupal	28
4.2.2 Estrutura	30
4.2.3 Políticas públicas	32
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	34
6 REFERÊNCIAS	37

1 INTRODUÇÃO

A Psicologia tem ampliado seu campo de atuação e empregado ferramentas que possibilitam expandir suas práticas de atendimento coletivo na área da saúde, visando promover cuidado e qualidade de vida dos indivíduos. Dentre essas ferramentas, a que vem se destacando nos últimos anos é a atenção em grupo, que pode atender ao indivíduo de forma coletiva, proporcionando momentos de troca de vivências.

Ao considerar o atendimento de forma coletiva, a Psicologia deve buscar ferramentas que atendam às demandas que surgem na psicoterapia de grupo. Com esta perspectiva de utilizar a ferramenta não só para o cuidado¹, mas também para desenvolvimento, para a saúde mental e o bem-estar que são resultantes desse cuidado, tornou-se pertinente investigar o tema “Grupo como ferramenta de cuidado” para compreender efetivamente a sua importância na prática do cuidado. Contudo, entende-se que as terapias em grupo não são uma novidade, assim como os conceitos de cuidado, mas este trabalho procura apresentar ambos os conceitos a partir da Teoria Cognitivo-Comportamental.

Ao considerar a função que desempenha trabalho com grupo e a abrangência da atuação profissional do psicólogo, surgem hipóteses de que a ferramenta grupo pode desempenhar um papel relevante para o cuidado. Diante da perspectiva de desenvolvimento, saúde mental, bem-estar, e qualidade de vida, que são importantes para a composição desse sujeito, tornou-se pertinente que este estudo aborde a questão de pesquisa: “Qual a importância de desenvolver grupo como ferramenta de cuidado?”.

Com base nessa premissa, o grupo se consolida como ferramenta de cuidado, contribuindo para auxiliar psicólogos no trabalho de promoção da saúde, prevenção de doenças mentais e outros problemas socioemocionais. Isso é alcançado ao possibilitar a existência de um espaço de troca de vivências,

¹ Esse conceito será analisado à luz da Teoria Cognitivo-Comportamental no capítulo de análise deste trabalho.

informações, aprendizagens, constituindo, ao mesmo tempo, um espaço propício para reflexões acerca do cuidado.

Dada a significativa expansão das áreas de atuação da Psicologia, nota-se nos últimos anos, no Brasil, uma crescente visibilidade da profissão do psicólogo na sociedade, devido à crescente demanda das pessoas que buscam na Psicologia um recurso para lidar com suas questões emocionais e comportamentais, visando aprimorar seu bem-estar e qualidade de vida. Em consonância com o contexto socioeconômico brasileiro atual, observa-se uma ampliação na prática do cuidado. Nesse sentido, torna-se relevante compreender como os indivíduos vivenciam diferentes aspectos da sociedade, destacando a importância da compreensão dos processos grupais que envolve a dinâmica das relações, dos papéis representados e do funcionamento do grupo.

Diante dessa perspectiva, Neufeld *et al.* (2017, p. 35) corrobora esse pensar quando trazem na literatura que

[...] o elemento social era o elemento essencial que faltava nas abordagens psicoterapêuticas. Individualismo e ênfase nas realizações pessoais destruíram o senso de pertencimento que é necessário para a saúde mental. Nesse contexto, a terapia de grupo era um tratamento social para o que eles consideravam a psicopatologia social. Assim, à medida que os terapeutas de diferentes abordagens – especialmente daquelas concebidas com base em questões sociais – tomavam conhecimento da possibilidade de intervenção em grupo, novas propostas fundamentadas em diferentes pressupostos rapidamente iam sendo adaptadas para intervenção grupal.

Assim, há mais uma gama de possibilidades de atuação do profissional da psicologia na sociedade, como um campo no âmbito social, um dos cenários privilegiados no qual se tem a oportunidade de desenvolver grupo como um instrumento de promoção de desenvolvimento biopsicossocial². Em consonância, Osorio (2007) afirma que os fenômenos grupais que fizeram parte dos processos civilizatórios dos seres humanos contribuíram para que a psicologia grupal se tornasse uma ferramenta com possibilidades de ampliar poder de seus membros, mas também, toda área do conhecimento humano. Com isso, esta pesquisa pretende propiciar o entendimento do trabalho no desenvolvimento, na saúde

² O modelo biopsicossocial, é referente a compreensão da funcionalidade humana, quebra a visão de linearidade com foco na doença e suas consequências, e adota um olhar multidimensional e multidirecional (CIF, 2020 *apud* Sánchez, 2022).

mental, na qualidade de vida, e no bem-estar com grupo, pois é um campo de estudo e de conhecimentos teóricos/práticos em que se torna essencial evidenciar a importância desse instrumento diante da necessidade de acolhimento, escuta diferenciada, desenvolvimento da autonomia, aprendizagem, redução do estigma, aumento do autofoco e uma melhora na condição de sofrimento e cuidado.

Com base nesse pressuposto, justifica-se a realização deste estudo com o propósito de explorar o papel do grupo como uma ferramenta de cuidado para apreender a dimensão coletiva, um espaço que agrupa diferentes indivíduos, com suas vulnerabilidades e potencialidades dos indivíduos em seu contexto social. Atualmente, a reprodução social do sujeito em situação de sofrimento psíquico transcende a esfera da prática clínica, configurando-se como um processo intrincado que abrange uma multiplicidade de ambientes e agentes.

A busca por conhecimento sobre grupo como instrumento que é utilizado para intervenções psicológicas, torna-se pertinente pela sua importância no processo de cuidado mediante vários fatos e fatores que fomentam a produção de conhecimentos científicos, especialmente sobre a psicoterapia de grupo como uma prática que vem se tornando recorrente na metodologia adotada nos serviços de atenção psicossocial porque possibilita um atendimento de mais indivíduos devido a possibilidade de implementação nos diversos contextos socioeconômicos, além de possibilitar o compartilhamento de vivências e fomentar momentos de conceder escuta aos indivíduos e fomentar o autoconhecimento.

Dessa forma, este artigo tem por objetivo geral “Investigar a importância de desenvolver grupo como ferramenta de cuidado”, com foco de conhecer como essa metodologia é conceituada na literatura, a sua importância e a sua utilização como ferramenta de cuidado. E para que o objetivo geral seja alcançado, foi necessário traçar objetivos específicos para tornar claro e significativo o tema desta pesquisa. Assim, foram trabalhados os seguintes objetivos específicos:

- ✓ Conhecer os modos como materiais bibliográficos conceituam grupo na perspectiva da Teoria Cognitivo-Comportamental (TCC);

- ✓ Identificar como os estudos apontam grupo como ferramenta de cuidado na Teoria Cognitivo-Comportamental (TCC);
- ✓ Descrever a importância de desenvolver grupo como ferramenta de cuidado na Teoria Cognitivo-Comportamental (TCC).

Para cumprir com os objetivos propostos supracitados, foi necessário, segundo Gil (2017, p. 19) “Definir pesquisa como o procedimento racional e sistemático que tem como objetivo proporcionar respostas aos problemas que são propostos”. Com base nesse conceito, foram empregados métodos e técnicas para obter resultados bem-sucedidos, tais como: pesquisa descritiva, pesquisa exploratória, procedimento bibliográfico, abordagem qualitativa e a utilização da Análise de Conteúdo proposta por Bardin, com ênfase na análise temática.

O artigo foi baseado nas teorizações de alguns autores especialistas como: Avila (2009), Bezerra (2007), Bock (2001), Neufeld (2017), Osorio (2007/2013), Zimmerman (2000), entre outros, que serviram como fontes essenciais para a realização desta pesquisa.

Nesse sentido, este artigo foi estruturado da seguinte forma: resumo, introdução, fundamentação teórica (que constitui o embasamento teórico da pesquisa sobre o tema), procedimentos metodológicos utilizados para a coleta de dados, análise dos resultados obtidos na pesquisa bibliográfica, e, por fim, serão apresentadas as considerações finais que a pesquisa permitiu alcançar.

Por fim, acredita-se que este artigo apresenta uma pesquisa que visa evidenciar a importância do atendimento em psicoterapia no formato de grupo para o desenvolvimento, promoção da saúde mental, bem-estar, e qualidade de vida. O foco está em ampliar os conhecimentos e práticas na psicoterapia coletiva a partir da TCC.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A literatura apresenta que a Psicologia vem assumindo uma posição de destaque na sociedade ao longo dos anos. Cada vez mais, um número de pessoas que encontra na ciência e na prática psicológica uma maneira de compreender e resolver questões emocionais e comportamentais, visando o equilíbrio, o cuidado com a saúde mental e a melhoria na qualidade de vida³. Portanto, ao considerar que, anteriormente, uma parcela significativa da população associava o psicólogo a uma conotação pejorativa, como destinado apenas a pessoas com problemas mentais, e acreditava que a terapia não trazia resultados, percebe-se uma mudança na percepção contemporânea.

Mesmo diante desses perceptíveis entraves que permeiam o sistema de saúde pública brasileiro, o movimento antimanicomial fomentou mudanças no olhar sobre saúde mental e saúde coletiva no Brasil, que de acordo com Bezerra Jr. (2007, p. 243) apresentavam

[...] características excludentes, opressivas e reducionistas. Em seu lugar vem sendo construído um sistema de assistência orientado pelos princípios fundamentais do Sistema Único de Saúde (universalidade, equidade e integralidade), acrescido da proposta de desinstitucionalização - cujo alcance ultrapassa os limites das práticas de saúde e atinge o imaginário social e as formas culturalmente validadas de compreensão da loucura.

O estigma mencionado está vinculado à trajetória histórica da concepção de loucura, caracterizada por uma lógica manicomial que privava o indivíduo do direito à liberdade e a um tratamento digno.

Com os avanços dos movimentos antimanicomiais, amplia-se a perspectiva de cuidado em Psicologia, conferindo às pessoas que enfrentam transtornos e sofrimentos psíquicos o direito de receber assistência. Da mesma forma, observa-se uma gradual dissociação do conceito de loucura de uma noção de

³ GERGEN, Kenneth J. A psicologia social como história. **Psicologia & Sociedade**, v. 20, p. 475-484, 2008. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/psoc/a/vYFxfjKh4M7jVYCQHF3Hc7LC/>>. Acesso em: 15 dez. 2023.

periculosidade dentro de uma lógica excludente⁴. Deste modo, o olhar sobre a profissão da Psicologia também passa por mudanças, de forma que a psicóloga deixa de ser aquela que atua com esse sujeito perigoso da lógica manicomial, e passa a exercer ações de cuidado com todos os sujeitos, doentes ou não, nas diferentes frentes de atuação da psicologia.

Considerando as complexidades da vida e, simultaneamente, da sociedade, os indivíduos evoluíram ao longo do tempo. A Psicologia, juntamente com as demandas da sociedade, também passou por transformações constantes, manifestando mudanças na percepção, comportamento e paradigmas.

Com isso, surgiram várias oportunidades de atuação da Psicologia em amplas áreas, de acordo com que a literatura científica traz: a Psicologia infantil (foco em crianças e adolescentes), a Psicologia Social e a Comunitária (foco em grandes populações), a Psicologia Educacional (questões relacionadas à aprendizagem e de desenvolvimento), a Psicologia Forense (presta suporte para processos judiciais), a Psicologia Hospitalar (relações de trabalho e o processo de tratamento e cura dos pacientes), a Psicologia Esportiva (visa melhorar o desempenho de atletas), a Psicologia Organizacional (recrutamento e seleção), a Área Acadêmica, Consultorias em empresas, entre outras (Bock *et al.*, 2001).

E considerando essas perspectivas de atuação, algumas ferramentas foram desenvolvidas. De acordo com Osorio (2007) Kurt Lewin nos apresentou a Terapia de Grupo como meio para realizar experimentações e elaborar hipóteses a partir da análise da sociedade global ou dos grandes conjuntos sociais, sendo importante na aplicação de intervenções na coletividade através do método da pesquisa-ação. Este método permitiu explorar as variáveis dos fenômenos grupais em grupos menores, nos quais as pessoas podiam se reconhecer em sua subjetividade nas suas relações. Desse modo, para a sua constituição, a ferramenta grupo tem alguns marcos referenciais teórico-técnicos, tais como:

⁴ AMARANTE, Paulo. Dossiê O pesadelo da normalidade. **Revista Cult**, São Paulo, Ano 16, 292 ed., mar. 2023. Disponível em: <<https://revistacult.uol.com.br/home/o-pesadelo-da-normalidade/>>. acesso em: 15 dez. 2023.

dinâmica de grupos, psicanálise, teoria dos vínculos e dos grupos operativos, psicodrama e teoria sistêmica.

Diante desse olhar sobre grupo e a amplitude da atuação profissional do psicólogo, foi pertinente compreender a importância de desenvolver grupo como ferramenta, uma vez que vem sendo utilizado em várias áreas profissionais. A expansão da Psicologia para práticas em diversas áreas, tais como saúde, esporte, justiça, educação, entre outras, necessitou do desenvolvimento de novas ferramentas que contribuem para uma compreensão mais abrangente do ser humano e suas relações. Por isso, também se ampliou a quantidade de pesquisadores de diferentes áreas do conhecimento, destacando-se a Psicologia, que se dedicaram à pesquisa dos processos grupais, tendo frequentemente como resultados dos estudos a confirmação dos grupos como uma ferramenta potente utilizada para intervenção psicológica nas áreas da psicologia clínica e institucional (Costa *et al.*, 2018).

Assim, a busca por conhecimento acerca do grupo enquanto instrumento para intervenções psicológicas, torna-se pertinente devido à sua relevância no processo de cuidado, considerando diversos eventos e fatores que estimulam a produção de conhecimento científico. Destaca-se, em especial, a psicoterapia de grupo, que vem se estabelecendo como uma prática cada vez mais recorrente na metodologia empregada nos serviços de atenção psicossocial.

Com isso, foi preciso entendimento do trabalho em saúde mental com grupo, pois é um campo de pesquisa e de conhecimentos teóricos/práticos em que se torna essencial evidenciar a importância dessa ferramenta diante da necessidade de acolhimento, escuta diferenciada, desenvolvimento da autonomia, aprendizagem, redução do estigma, aumento do autofoco e uma melhora na condição de sofrimento e cuidado.

Torna-se imperativo explorar o conceito de grupo na literatura, compreender sua relevância e sua aplicação como ferramenta de cuidado. Nessa perspectiva, destaca-se a presença de diversos teóricos que abordam a Psicologia de grupos,

entre os quais, destaca-se Kurt Lewin. Este autor concebe o grupo como "(...) uma *realidade da qual o indivíduo faz parte*, de forma que a dinâmica de um grupo tem sempre um impacto social sobre os indivíduos que o constituem, o que implica que a cada vez que o grupo sofre modificações em suas estruturas ou em sua dinâmica, estes inescapavelmente se ressentem" (Mailhiot, 1977, p. 55 *apud* Pasqualini *et al.*, 2021, p. 165, grifo do autor). Outro teórico relevante é Pichon-Riviére, que, por meio da teoria do vínculo, contribui para a definição do grupo como "(...) um conjunto de pessoas que possuem necessidades semelhantes e buscam a priori, o cumprimento de uma tarefa específica" (Grossi; Bordin, 1992, *apud* Costa *et al.*, 2018, p. 59). Ele observa as transformações na sociedade no âmbito das relações que o indivíduo mantém com o mundo, com os outros e consigo mesmo. Esses pensadores desempenharam um papel significativo ao destacar a psicoterapia em grupo na literatura, conferindo-lhe notável visibilidade devido à sua eficácia e custo-benefício.

A terapia em grupo, com base em várias abordagens, vem apresentando distintas características em relação à modalidade individual, o que instiga a pesquisa na área para que a intervenção faça sentido e se mostre adequada ao contexto coletivo (grupal).

Para uma compreensão mais aprofundada do conceito de grupo é crucial gerar conhecimento sobre a importância da aplicação da Psicologia em grupo. Essa necessidade decorre do fato de que os indivíduos passam a maior parte de suas vidas convivendo e interagindo com diversos grupos. Esses grupos incluem não apenas o primeiro grupo natural presente em todas as culturas, que é a família, mas também outros contextos, como a escola e os grupos sociais. Essa dinâmica resulta na formação de vínculos grupais diversificados. Esses agrupamentos vão se renovando e se expandindo na vida adulta, com a constituição de novas famílias e de grupos associativos, profissionais, esportivos, sociais, etc. (Zimmerman, 2000). Assim, é importante entender como é utilizada a ferramenta grupo como instrumento de cuidado.

Com um olhar nesta prática de si no mundo, é importante refletir sobre como o ser humano vivencia o seu dia a dia, quer seja na sua vida pessoal, profissional e social, entendendo que o ambiente também influencia no seu desempenho e às vezes pode até causar sofrimento e adoecimento. Nesse sentido, a interpretação das experiências com o outro e com o mundo dependerá da forma como os sujeitos as leem e compreendem.

Em virtude dos elementos supracitados, pesquisadores como Aaron T. Beck e Albert Ellis elaboraram a Teoria Cognitivo-Comportamental (TCC). Essa teoria tem por objetivo compreender os sinais e sintomas apresentados pelos pacientes, os quais foram identificados como cognições de pensamentos automáticos, fundamentados em crenças centrais denominadas por eles como esquemas. Esses esquemas referem-se às percepções que o indivíduo mantém sobre si mesmo, o mundo e o futuro. Assim, os pensamentos automáticos específicos desempenham um papel significativo ao contribuir para uma avaliação cognitiva mal-adaptativa da situação ou evento, resultando na elicitación de uma resposta emocional (Hofmann, 2014).

Desse modo, essa terapia a que nomearam de TCC

[...] é uma forma de psicoterapia de curto prazo altamente eficiente que abrange uma ampla gama de psicopatologias graves, incluindo depressão, transtornos de ansiedade, transtornos pelo uso de álcool, transtornos do sono, transtornos dolorosos, entre diversas outras condições (Hofmann, 2014, p. 2).

Para tanto, a TCC busca ajudar o paciente/cliente a reconhecer e analisar esses pensamentos e crenças com o objetivo de conscientizá-lo do comportamento disfuncional para, a partir disso, fazer o manejo e torná-lo mais funcional, produzindo um bem-estar psicológico.

A TCC ajuda na prevenção ou redução da severidade de episódios que possam ocorrer no futuro (Beck, 2022). Essa modalidade terapêutica, conforme documentado na literatura, foi extensivamente avaliada desde os primeiros estudos científicos e, ao longo dos anos, tem reiteradamente demonstrado sua eficácia no tratamento de diversos transtornos psiquiátricos, problemas psicológicos e condições médicas que envolvem componentes psicológicos.

Hofmann (2014) traz que, mesmo diante da notória influência da abordagem e da significativa eficiência do tratamento, uma considerável parcela dos indivíduos que enfrentam problemas psicológicos não possui acesso aos serviços de Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), pois não há uma indústria de peso que promova a TCC, como faz a indústria farmacêutica em relação a psicotrópicos, por exemplo, com os medicamentos psiquiátricos.

Por isso, é importante entender que é preciso fomentar a elaboração de políticas públicas que contemplem com investimentos que fortaleçam o Sistema Único de Saúde (SUS), a fim de garantir acesso dos usuários aos cuidados em saúde que necessitem e a garantir seu direito a uma melhor saúde e qualidade de vida. Embora, de acordo com Reis *et al.* (2019) sabe-se que os bons indicadores de saúde dependem de um conjunto de políticas econômicas e sociais que abarquem o emprego, a moradia, o saneamento, a boa alimentação, a educação, a segurança, a saúde mental, etc. Sendo inquestionável a importância de uma política pública de saúde que, para além da universalidade, garanta a equidade, a integralidade, a qualidade de vida e a humanização do cuidado prestado aos sujeitos de direito.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

3.1 Tipo de pesquisa

A pesquisa foi categorizada, de acordo com a área do conhecimento, como pertencente à Ciência da Saúde, inserida em uma subárea que constitui uma especialidade delimitada para o escopo desta investigação. Segundo sua finalidade, foi classificada como uma pesquisa básica estratégica para a aquisição de novos conhecimentos direcionados às amplas áreas com o propósito à solução de reconhecidos problemas práticos. E, segundo seus propósitos gerais, a pesquisa foi classificada como exploratória, pois pretendeu ampliar o conhecimento sobre o problema, objetivando evidenciar ou construir hipóteses (Gil, 2017).

No que diz respeito à abordagem metodológica, foram empregados os métodos descritivos, com a finalidade de identificar possíveis relações entre as variáveis, proporcionando uma visão aprofundada do problema, e explicativo, que visa identificar fatores determinantes ou contributivos para a ocorrência dos fenômenos em questão (Gil, 2017). A pesquisa tem abordagem qualitativa, porque foi trabalhado

(...) o universo dos significados, dos motivos, das aspirações, das crenças, dos valores e das atitudes. Esse conjunto de fenômenos humanos é entendido aqui como parte da realidade social (...). O universo da produção humana e da intencionalidade e (...) dificilmente pode ser traduzido em números e indicadores quantitativos (Minayo *et al.*, 2007, p. 21).

Esta modalidade de pesquisa possibilita a análise de dados gerados concernentes aos comportamentos e atitudes humanas com base em observação. Além disso, proporciona a formulação de questionamentos, a exploração de construtos e, se necessário, a adaptação do método para alcançar os objetivos estabelecidos. A pesquisa qualitativa destaca-se pela sua relevância, uma vez que fornece uma diversidade de dados que contribuem para a assertividade dos resultados, considerando diversas perspectivas.

3.2 Procedimentos para coleta de dados

O procedimento de pesquisa adotado fundamentou-se em uma revisão bibliográfica analítica e reflexiva na literatura. A coleta de dados foi realizada por meio de consulta a livros e artigos científicos publicados em periódicos online indexados na Scielo (Scientific Electronic Library Online), um portal eletrônico colaborativo de periódicos científicos. Além disso, a pesquisa também se utilizará da plataforma Google Acadêmico, uma ferramenta do Google, e do PePSIC (Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia), uma fonte da Biblioteca Virtual em Saúde. Os materiais foram publicados no período dos últimos 16 anos e a busca ocorreu por meio da utilização dos seguintes descritores: Psicoterapia de grupo, TCCG, Cuidado, termos definidos após pesquisa no site de descritores em Ciências da Saúde (<http://decs.bvs.br>), para identificar temas na pesquisa científica.

3.3 Procedimentos para análise de dados

Foi utilizada a Análise de Conteúdo proposta por Bardin (2016, p. 169), que ressalta que

a análise de conteúdo constitui um bom instrumento de indução para se investigarem as causas (variáveis inferidas) a partir dos efeitos (variáveis de inferência ou indicadores; referências no texto), embora e inverso, predizer os efeitos a partir de fatores conhecidos, ainda não esteja ao alcance das nossas capacidades.

Considerando a variedade de aplicações da análise de conteúdo e retomando a definição de Bardin (1979, *apud* Minayo *et al.*, 2007), que conceitua a análise de conteúdo como um conjunto de técnicas, destacando a existência de várias abordagens para analisar o conteúdo de materiais de pesquisa, enumeramos os seguintes tipos: (a) análise de avaliação ou análise representacional; (b) análise de expressão; (c) análise de enunciação; (d) análise temática.

A técnica empregada para a análise dos conteúdos investigados foi a “*Análise temática*, como o próprio nome indica, o conceito central é o *tema*. Esse comporta um feixe de relações e pode ser graficamente apresentado através de uma palavra, uma frase, um resumo” (Minayo *et al.*, 2007, p. 86, grifos do autor). Nesse contexto, Bardin (1979, p. 105, *apud* Minayo *et al.*, 2007, p. 86) define que

o "(...) tema é a unidade de significação que se liberta naturalmente de um texto analisado segundo critérios relativos à teoria que serve de guia à leitura". A condução da análise temática, segundo Bardin (1979, p. 105, *apud* Minayo *et al.*, 2007, p. 86), "consiste em descobrir os 'núcleos de sentido' que compõem a comunicação e cuja presença, ou frequência de aparição pode significar alguma coisa para o objetivo analítico escolhido".

A partir desse método, procedeu-se à leitura abrangente dos textos previamente selecionados, como uma etapa preliminar. Tal leitura visou à organização sistemática desses textos, buscando torná-los operacionais e explorá-los de maneira metódica. O propósito era efetuar a organização dos dados de modo a facilitar a categorização dos elementos comuns identificados. Nesta perspectiva, as categorias, ou classes, serão constituídas por unidades de registro que podem ser agregadas progressivamente à medida que sucessivas leituras do material completo são conduzidas. Esse processo se desdobrará através de repetidos agrupamentos e reagrupamentos, culminando na identificação das classes que conferiram significado aos dados coletados. Este procedimento abarcará o tratamento e interpretação dos resultados, conforme delineado por Bardin (2016).

4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

A pesquisa foi conduzida de acordo com a metodologia estabelecida para este estudo, sendo empregados os descritores "Psicoterapia de grupo", "TCCG" e "Cuidado" durante o processo de busca. A investigação foi realizada mediante a consulta aos periódicos online indexados na Scielo. É importante destacar que não foi identificado nenhum arquivo relevante nesta fonte. Além disso, a busca na Biblioteca Virtual em Saúde, especificamente no PePSIC, também não resultou na localização de documentos pertinentes. A utilização da plataforma Google Acadêmico, por sua vez, proporcionou a identificação de 133 resultados, os quais consistiam em artigos e livros digitais. Contudo, ao realizar a leitura dos resumos para avaliar a consonância com a temática da pesquisa, não se obteve êxito na identificação de resultados que abordassem de maneira satisfatória os temas de interesse, como Teoria Cognitivo- Comportamental em Grupo (TCCG) e cuidado, os quais seriam relevantes para a análise proposta nesta pesquisa.

Observou-se nos resultados apresentados a ausência de um debate e conceituação acerca do conceito de cuidado ou dos sentidos do cuidar, conforme será apresentado abaixo, ainda que tais materiais encontrados se debruçassem sobre os conceitos da TCCG e sua aplicabilidade.

Sendo assim, para análise e construção do que se entende por cuidado em Teoria Cognitivo-Comportamental em Grupo, foram utilizados artigos que serviram de base para a composição de como grupo é usado como ferramenta de cuidado, mesmo que não explicitassem as palavras-chave pesquisadas. Dessa maneira, procedeu-se à investigação, utilizando os descritores de maneira individualizada, visando estabelecer uma fundamentação teórica para a formulação do conceito de cuidado no contexto grupal, dentro da perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental em Grupo (TCCG). Este método também possibilitou a utilização desses descritores para caracterizar elementos relacionados à TCCG, tais como o processo grupal, a estrutura e as políticas públicas. A seguir, nas Tabelas 1 e 2, são apresentadas as referências bibliográficas que serviram de alicerce teórico para a elaboração desta análise.

Tabela 1 - Artigos selecionados para integrar o referencial teórico da pesquisa sobre grupo como ferramenta de cuidado.

ANO	AUTORES	TÍTULO	PERIÓDICO
2014	BUSTAMANTE, Vania; MCCALLUM, Cecília.	Cuidado e construção social da pessoa: contribuições para uma teoria geral.	Google Acadêmico (https://www.scielo.br/j/physis/a/qPj6NNzqZ3vtYBmvfFJdvLr/?lang=pt)
2011	REZENDE, Sabrina	Terapia Cognitivo-Comportamental e políticas públicas direcionadas a crianças e adolescentes vítimas de abuso sexual: Limites e possibilidades.	https://lume.ufrgs.br/handle/10183/39082

Fonte: Elaborada pela autora, 2023.

Além dos artigos selecionados, foram utilizados livros que abordam as temáticas TCC e TCCG em diferentes contextos.

Tabela 2 - Livros selecionados para integrar o referencial teórico da pesquisa sobre grupo como ferramenta de cuidado.

ANO	AUTORES	TÍTULO	PERIÓDICO
2008	BIELING, Peter J.; MCCABE, Randi E.; ANTONY, Martin M.	Terapia cognitivo-comportamental em grupos.	https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788536318974/
2015	NEUFELD, Carmem Beatriz; Rangé, Bernard P. (orgs.)	Terapia cognitivo-comportamental em grupos: das evidências à prática	https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582714171/
2015	NEUFELD, Carmem Beatriz (org.)	Terapia cognitivo-comportamental em grupo para crianças e adolescentes.	https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582712122/
2019	WRIGHT, Jesse H.; BROWN, Gregory K.; THASE,	Aprendendo a terapia cognitivo-comportamental: um guia ilustrado	https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/97

	Michael E.; et al.		88582715420/
2022	BECK, Judith S.	Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática	https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786558820260/

Fonte: Elaborada pela autora, 2023.

Os livros selecionados compõem uma leitura que apresenta conceitos fundamentais da Teoria Cognitivo-Comportamental, bem como a atuação com grupos nesta perspectiva teórica, apoiando, assim, na formulação de um conceito de cuidado.

4.1 Conceito de cuidado na Teoria Cognitivo-Comportamental

Para embasar o conceito de cuidado sob uma perspectiva da teoria cognitivo-comportamental, torna-se imperativo fundamentar-se em conceitos delineados por autores que abordam o cuidado alinhado ao escopo da pesquisa. Para tanto, Ayres apresenta uma visão do senso comum muito restrita que considera o cuidado em saúde como "(...) um conjunto de procedimentos tecnicamente orientados para o bom êxito de um certo tratamento" (Ayres, 2004, p. 74). Contudo, o cuidado que almeja ser representado nesta pesquisa transcende a abordagem mencionada e concentra-se de maneira mais abrangente nos sujeitos.

Nesse contexto, alinhando-se à reflexão acerca do cuidado, Bustamante e McCallum (2014, p. 677) inicialmente destacam que "(...) autores identificam que o cuidado é representado como atenção, amor e acolhimento e sugerem levar em consideração o referido núcleo central das representações sobre o cuidado na formação e capacitação dos profissionais de saúde". Este tipo de cuidado, que humaniza⁵ os sujeitos, é central na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), na qual o indivíduo é posicionado como um agente ativo em seu processo

⁵ Segundo o Dicionário online de Português (2023) Humanizar (*v.t.d. e p.*) Atribuir caráter humano a; conceder ou possuir condição humana: a narrativa humanizava os psicopatas; algumas entidades espirituais se humanizam na figura do ser humano.

terapêutico. Por meio de ações voltadas ao alcance do bem-estar e/ou à compreensão do processo para uma autopercepção mais clara, busca-se uma recuperação satisfatória. Esta é uma perspectiva do cuidado que este artigo visa evidenciar, destacando a potencialidade de experienciar essas vivências por meio da ferramenta grupo.

O cuidado, aqui apresentado, é percebido na relação terapêutica com pacientes/clientes no espaço em que será realizada a psicoterapia (*setting terapêutico*) a partir do momento em que o terapeuta acolhe e estabelece uma efetiva relação terapêutica (Beck, 2022). A escritora destaca essa perspectiva por meio de um exemplo mencionado em sua obra, o qual é ilustrado pelo cartão típico apresentado a seguir:

Tratar todos os clientes em todas as sessões da maneira como gostaria de ser tratado se eu fosse um cliente.

Ser um ser humano bom na sala e ajudar o cliente a se sentir seguro.

Lembrar que é esperado que os clientes apresentem desafios; é por isso que eles precisam de tratamento.

Manter expectativas razoáveis para meu cliente e para mim mesmo.

Fonte: Beck, 2022, p. 57.

A autora ressalta, por meio desse cartão típico, a importância de abordar o paciente ou cliente com a consideração que ela mesma gostaria de receber. Essa abordagem evidencia um cuidado empático e equitativo, proporcionando ao indivíduo a oportunidade de acessar as mesmas condições de acolhimento e progresso ao longo do processo terapêutico. Assim, o paciente/cliente experimenta uma sensação de segurança no ambiente terapêutico, no qual o terapeuta se empenha em co-construir com o paciente/cliente uma atmosfera de confiança, acolhimento e promoção da saúde, ao explorar novas abordagens para

a resolução de problemas que estão associados ao adoecimento. Ademais, destaca-se que o estabelecimento da confiança e o desenvolvimento de um *rapport* eficaz, iniciados desde o primeiro contato com o cliente, contribuem para o fortalecimento da aliança terapêutica. Nesse contexto, o paciente percebe, consciente de que todas as medidas possíveis para promover seu bem-estar estão sendo implementadas, uma melhora progressiva entre as sessões subsequentes (Beck, 2022). Estes aspectos fundamentais, alinhados aos pressupostos da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), a saber, a construção de um vínculo sólido e a oferta de acolhimento, concorrem para a criação de um ambiente terapêutico mais seguro, proporcionando suporte significativo ao indivíduo em seu processo de tratamento.

Portanto, a própria construção de uma aliança terapêutica pode ser compreendida como uma estratégia de cuidado na TCC, uma vez que essa aliança tem o potencial de mitigar o sofrimento do indivíduo desde os estágios iniciais da interação com o terapeuta. A diminuição da percepção de sofrimento por parte do sujeito atendido emerge como uma das premissas essenciais dessa abordagem terapêutica.

O cuidado, que foi pesquisado e apresentado, pode ser transmitido e percebido pelo indivíduo através do comprometimento e compreensão que o terapeuta demonstra ter pelo seu paciente/cliente, isso ocorre "(...) por meio das afirmações empáticas, escolha das palavras, tom de voz, expressões faciais e linguagem corporal" (Beck, 2022, p. 58). Aqui, fica entendido que a preocupação e a validação do paciente/cliente é genuína fortalecendo os laços terapêuticos de modo efetivo e significativo para ambos.

Então, o processo terapêutico na TCC, de acordo com a literatura, apresenta característica diferenciada dentre outras abordagens em relação ao processo colaborativo e de várias formas durante o tratamento psicológico, estabelecendo uma noção de cuidado que pode permear todo o processo, pois dependerá dos sujeitos que irão compor esse *setting* terapêutico. É relevante ressaltar que a concepção do que constitui cuidado, conforme apresentado, pode ser moldada

pela origem, cultura, crenças e valores individuais, bem como se percebe no mundo, as falas, as interações e atitudes direcionadas ao paciente/cliente.

Wright *et al.* (2019) aborda na literatura o conceito de cuidado ao destacar que um dos benefícios suplementares da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) consiste na abordagem inicial do funcionamento do paciente/cliente com base no presente, caracterizado como o momento presente. Este enfoque apresenta vantagens, tais como a diminuição da dependência e da regressão na relação terapêutica. Nesse sentido, a interpretação da noção de cuidado, delineada com base na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), é implementada por meio dos métodos que orientam as sessões terapêuticas ao longo de todo o processo, possibilitando a criação de uma agenda e a obtenção de *feedback*, o que não apenas aprimora a eficácia das sessões, mas também auxilia os pacientes/clientes na organização de seus esforços voltados para a recuperação e a ampliação do aprendizado.

4.2 Teoria Cognitivo-Comportamental (TCCG)

Burlingame *et al.* (2004 *apud* Bieling *et al.*, 2008) apresentam de forma simples que as técnicas comprovadas em um grupo de TCC são consideradas intervenção e o grupo é tido como sistema de distribuição dessas técnicas. Nesse contexto, de acordo com a literatura que fundamenta a psicoterapia em grupo, torna-se manifesta a compreensão de que o próprio processo grupal representa a intervenção. Em suma, essa perspectiva traz a abordagem tradicional de grupo como “um alto valor é conferido ao clima interpessoal e interativo do grupo, baseando-se na crença de que o grupo é o veículo de mudança e que a interação entre os membros é o mecanismo primário de mudança” (Burlingame e Cols., 2004, p. 647 *apud* Bieling *et al.*, 2008, p. 18). Dessa forma, a psicoterapia em grupo direciona seu foco não apenas para o processo grupal que transcende as técnicas, como também pode propiciar a formação de grupos por diagnósticos heterogêneos e com uma estrutura aberta, possibilitando a entrada e saída de membros do quadro de participantes do grupo (Bieling *et al.*, 2008).

A fim de apreender o conceito de cuidado defendido nesta pesquisa, em conformidade com Bieling, torna-se imperativo considerar que o

(...), movimento da psicoterapia em grupo, com raízes em modelos psicodinâmicos das patologias, concentra-se em grupos experienciais (ou de encontro) e na antítese histórica da pesquisa, aparentando ser diametralmente oposto à mentalidade científico-prática da TCC (Bieling *et al.*, 2008, p. 18).

O autor sugere, pois, que as técnicas comprovadamente aplicadas em um grupo de Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) são consideradas intervenções, integrando a estrutura do processo grupal. O grupo de TCC é concebido como um sistema no qual essas técnicas são aplicadas aos participantes dessa interação grupal, pressupondo-se que um cuidado seja proporcionado a esses sujeitos.

Então, o grupo exerce a função de construir este cuidado colaborativamente no processo da psicoterapia em grupo como um veículo de mudança e que as interações entre os membros proporcionam e fomentam evolução mediante os modelos existentes de doenças frente ao seu funcionamento com o passar do tempo, indo ao encontro com a base teórica da TCC.

4.2.1 Processo grupal

De acordo com Bieling *et al.* (2008) as questões do processo grupal precisam ser consideradas como de grande relevância para a promoção do sucesso do processo terapêutico, fundamentado no modelo cognitivo-comportamental. Para tanto, é necessário refletir sobre esse processo, sendo vital que ele e a técnica devem estar associados e quase nunca competir diretamente. No âmbito abordado, a incorporação das estratégias da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), junto à compreensão e intensificação do processo grupal, contribui para a aprendizagem e compreensão das estratégias cognitivas e comportamentais. Além disso, a Teoria Cognitivo-Comportamental dispõe de protocolos específicos. Dessa maneira, compreende-se que é inviável dissociar o domínio pessoal do grupal na experiência humana.

Inicialmente, é crucial compreender que a existência de um grupo implica simultaneamente a presença de um processo, os quais se encontram interligados. E para complementar esta caracterização do processo grupal, Neufeld vem dizendo que a

(...) cada grupo, novas estratégias são pensadas, testadas e amadurecidas, com o intuito de manejar melhor o grupo, com foco nos aspectos de processo e intervenção grupal. O processo grupal se desenvolve a cada novo grupo, e uma identidade própria se estabelece, moldada por diversas variáveis, como estilo de expressão dos membros (inclusive terapeutas), condições do contexto sociocultural, fatores de vulnerabilidade e de proteção dos participantes, espaço apropriado para a execução dos programas e motivação da instituição e dos participantes (Neufeld, 2015, p. 13).

Nessa perspectiva também se percebe a construção de um cuidado que acolhe, norteia e concede possibilidades de ampliação de percepções de si, do outro e do mundo, capacitando o indivíduo a restabelecer o controle da atenção, a ressignificar o pensamento por meio da reestruturação cognitiva do paciente/cliente, partindo da aplicação de estratégias terapêuticas adaptadas a subjetividade e sintoma de cada indivíduo.

Portanto, Neufeld (2011) destaca que conduzir os indivíduos em Terapia Cognitivo-Comportamental em Grupo (TCCG) envolve considerar dois pressupostos básicos: o primeiro é que o grupo faz parte de um sistema no qual as técnicas serão administradas, o segundo ponto relevante é que, para que o grupo de Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) alcance os resultados desejados pelo participante, desde que sejam factíveis, é necessário abordar a queixa central comum naquele grupo, deve-se atender à exigência de homogeneidade na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) ao selecionar pacientes/clientes com base em suas queixas, características, entre outros aspectos. Esses dois pressupostos abordam a complexa interação entre técnica e processo na realidade grupal.

Além dos aspectos técnicos, os terapeutas em TCCG necessitam estar muito atentos aos aspectos processuais, desde sua composição até sua execução. “Nessa direção, a seleção e a avaliação dos participantes do grupo tornam-se o

primeiro passo fundamental em TCCG” (Bolsoni-Silva *et al.*, 2010 *apud* Neufeld, 2015, p.14).

Mas, para que a Terapia Cognitiva-Comportamental em Grupo (TCCG) tenha eficácia, as relações estabelecidas no contexto terapêutico precisam ser prioridade em conjunto com embasamento teórico, pois só a reunião entre os indivíduos não garante a eficácia da intervenção (Neufeld *et al.*, 2017).

4.2.2 Estrutura

Neufeld (2017) expõe diversas características inerentes ao modelo de Terapia Cognitivo-Comportamental em grupo, as quais se distinguem da abordagem individual, incluindo a homogeneidade em sua composição, idade, escolaridade, cultura, objetivos, metas, entre outros aspectos. Este modelo de terapia é considerado pela autora como “um sistema, cada grupo reagirá de forma única à aplicação das técnicas” (Neufeld *et al.*, 2017, p. 60).

Este modelo de terapia em grupo adota uma configuração fechada, na qual, uma vez constituído, não são admitidas novas adições de participantes. Tal abordagem é adotada devido ao risco de interrupções no processo terapêutico daqueles já inseridos no grupo e ao desafio que a inclusão de novos membros durante o processo terapêutico pode representar. No entanto, compreende-se que a configuração de grupo aberto é pertinente em determinadas modalidades, dando suporte a alguns serviços de saúde mental que apresentam proposta de grupo semiaberto com limite de sessões e de novos membros (Neufeld *et al.*, 2017).

O processo terapêutico é organizado de maneira organizada e metódica, ou seja, possui uma lógica de execução demandando, no início da terapia, o estabelecimento de um contrato terapêutico e sigilo de forma clara e precisa. Esses elementos são de significativa importância para o desempenho e progresso do grupo. O terapeuta pode construir, colaborativamente, com os participantes as

normas que possibilitarão um envolvimento deles com a manutenção da ordem do grupo.

Posteriormente, ao término de cada intervenção, torna-se imperativo realizar uma avaliação, uma vez que o *feedback* final detém relevância tanto para os participantes do grupo quanto para o terapeuta. Essa avaliação evidencia se houve mudanças e evolução no processo terapêutico, mas também será verificada a eficácia da intervenção e o impacto que teve para os participantes (Neufeld *et al.*, 2017). Dessa forma, a avaliação ao final de cada sessão desempenha uma função crucial ao orientar o próximo encontro e verificar a eficácia do processo terapêutico para os participantes do grupo.

A estrutura da sessão em grupo em Terapia Cognitivo-Comportamental (TCCG), de acordo com White e Freeman (2003 *apud* Neufeld *et al.*, 2017), não é diferente da estrutura da Terapia Cognitivo-Comportamental individual. As sessões são estruturadas, mas não rígidas, além de possuir um protocolo e cronograma preestabelecidos. Neufeld *et al.* (2017) apresenta a seguinte estrutura: *Rapport*, contrato de trabalho, contrato terapêutico, psicoeducação (com informações sobre a demanda, o tratamento, prognóstico etc.), verificação de expectativas e metas, verificação de humor, revisão das tarefas de casa, objetivo da sessão e da tarefa, agenda da sessão e *feedback* final, de acordo com o protocolo da intervenção.

Segundo Neufeld *et al.* (2017) a extensão da sessão em grupo pode variar, contudo, comumente, os protocolos adotam durações compreendidas entre 60 e 120 minutos em encontros semanais, totalizando uma média de 8 a 16 sessões. E para compor a equipe da terapia de grupo, além do terapeuta, a presença de um coterapeuta e um observador torna-se necessário. O papel do coterapeuta, na sessão, é de observar as interações e fatores que ocorrem no decorrer da sessão, porque essas observações podem ajudar na identificação de fatores e variáveis que influenciam no andamento do grupo.

4.2.3 Políticas públicas

O cuidado, cujo conceito é examinado nesta pesquisa, é construído com fundamentação no acolhimento, na validação e na escuta qualificada, desprovida de julgamentos de valor, visando proporcionar uma abordagem integral à saúde do paciente/cliente. Esse enfoque está alinhado com as práticas grupais no Sistema Único de Saúde (SUS), conforme discutido por Neufeld *et al.* (2017) que

(...) devem estar em consonância com os princípios de integralidade da atenção à saúde, da universalidade do acesso e da equidade. Dessa forma, as intervenções grupais não devem assumir um modelo tecnicista que desconsidere as necessidades da população, bem como suas especificidades culturais e psicológicas.

Portanto, a prática da Terapia Cognitivo-Comportamental com grupo no SUS precisa estar de acordo com os princípios de integralidade da atenção à saúde, da universalidade do acesso e da equidade. Dessa forma, as intervenções grupais precisam estar voltadas para as necessidades da população, considerando as especificidades culturais e psicológicas dos sujeitos. Isto é, referem-se a um saber específico que precisa possibilitar o questionamento e a mudança da significação do processo saúde e doença, e paralelamente, criar recursos de enfrentamento dos problemas e promoção de saúde (Rasera & Rocha, 2010; Silva, Pereira, & Aquino, 2011 *apud* Rezende, 2011).

O grupo dentro das políticas públicas precisa possibilitar o desenvolvimento da autonomia dos usuários, para além de levar conhecimento específico sobre a doença, sendo necessário promover a saúde e o bem-estar de cada indivíduo, por meio do acolhimento, da escuta qualificada, da empatia, da validação, entre outras formas de tornar esse indivíduo um protagonista da sua história, da sua saúde mental e física.

Contudo, Neufeld *et al.* (2017), em seu texto, vem apontar os desafios que podem influenciar a implementação e o desenvolvimento de grupos no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Eles destacam a necessidade de superar a abordagem centrada na doença, com enfoque no individual, e propõem uma clínica orientada para o cuidado com a saúde, transcendendo a mera perspectiva da enfermidade.

Essa abordagem visa promover o desenvolvimento da capacidade de lidar com as limitações impostas pelas condições e cultivar uma experiência de bem-estar em diversos âmbitos da vida. Assim, entender esse processo de cuidado, que é proporcionado pela ferramenta grupo nas políticas públicas, é vital para a amplificação da saúde na sociedade.

Considerando que a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) adota uma forma de cuidado em que o indivíduo desenvolve habilidades autônomas para lidar com situações geradoras de sofrimento e sintomas físicos ao longo da vida, torna-se crucial desenvolver grupos nas políticas públicas pelo caráter de universalidade, equidade e integralidade a que se propõem as políticas públicas de saúde. Isso é de significativa importância para a implementação de um cuidado que estabeleça uma relação terapêutica e, simultaneamente, promova a saúde integral dos indivíduos.

Desse modo, as políticas públicas precisam promover a ferramenta grupo como instrumento para a promoção de cuidado para poder lidar com sofrimento e sentimento que paralisa. Fica entendido que este ato de cuidar é um lugar potente, acolhedor, capaz de humanizar. Sempre se tem algo a fazer para que haja a promoção de cuidado para com o outro e para consigo mesmo, mas não significa que serão resolvidos todos os problemas que causam os diferentes tipos de sofrimento. É vital que se desenvolva a prática de ações de cuidado com o intuito de fortalecer esse sujeito, em momento de fragilidade e vulnerabilidade, que possa estar envolvido.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como propósito examinar a relevância do desenvolvimento de grupos como uma ferramenta de cuidado, abordando tanto suas diversas conceituações encontradas na literatura quanto as formas como estudos destacam o grupo como instrumento de cuidado, e a importância associada ao desenvolvimento de grupos como meio eficaz de provisão de cuidado.

A revisão da literatura revelou a presença de diversas modalidades de cuidado que não estavam no escopo pretendido para este artigo. A ferramenta grupo empregada no acompanhamento psicoterapêutico transcende as esferas tradicionais de cuidado, englobando não apenas o aspecto físico, emocional, intelectual, social e espiritual, mas permeando diversos domínios que constituem a experiência humana. Nesse sentido, o cuidado que foi retratado nesta pesquisa é potente no acolhimento, na validação do sujeito, na escuta qualificada, na inclusão social, na construção de vínculos e diálogos, afetos, de não julgar e de reconhecimento do potencial do sujeito.

Esse cuidado vem validar os potenciais que cada ser humano tem diante das diversidades sociais. E o grupo é um mecanismo potente para que no processo grupal terapêutico promova diálogo, reflexão, é esse cuidado que a pesquisa retrata. Os atendimentos em grupo são encontros que produzem vida, sem juízo de valor, que legitimam, que aceitam a diversidade, que potencializam a busca por outros modos de existência diversos e singulares.

Por meio da incorporação de grupos como ferramenta no tratamento psicoterapêutico, emerge um cuidado desenvolvido pelo psicólogo, cuja orientação deve ser direcionada à promoção do protagonismo e da autonomia de cada participante.

Diante disso, tornou-se manifesto nesta pesquisa que grupo, quando devidamente estruturado e embasado em uma abordagem teórica, configura-se como uma

ferramenta que possibilita o desenvolvimento do indivíduo, promovendo crescimento tanto a nível individual quanto coletivo. Através de intervenções aplicadas durante a terapia em grupo, são estimuladas mudanças nos sintomas, sentimentos e comportamentos, resultando em melhorias na qualidade de vida, na saúde mental e no alcance do bem-estar.

Tornou-se evidente nesta pesquisa que, no âmbito do desenvolvimento do grupo como uma ferramenta promotora de cuidado, ocorre uma abordagem integral ao indivíduo. Essa abordagem envolve validação, acolhimento, geração de afetos e vínculos, proporcionando protagonismo ao sujeito.

Concluo, que esta pesquisa amplia a compreensão dessa ferramenta, destacando sua relevância como instrumento de cuidado para a prevenção e promoção da saúde integral do ser humano. Assim, isso se deve ao fato de que, no decorrer do processo terapêutico em grupo, é essencial estabelecer vínculos, proporcionando aos clientes/pacientes a segurança necessária para expressar vivências, pensamentos, vulnerabilidades, sentimentos e emoções, estando receptivos a trocas e outras situações que podem emergir durante o momento de catarse. Diante disso, é fundamental validar as experiências trazidas pelos participantes, oferecendo acolhimento de forma humanizada. Ademais, é crucial que a sociedade seja contemplada com políticas públicas que promovam a equidade na prevenção e promoção da saúde, propiciando uma clínica que valorize os diferentes sujeitos implicados no processo de produção de saúde.

Então, fica entendido que a possibilidade de trabalhar a TCC nas políticas públicas é muito enriquecedor porque essa abordagem se apresenta, em sua história, com um olhar individualista, focando no paciente/cliente. E a perspectiva de atuação da TCC e da TCCG nas políticas públicas oportuniza aos sujeitos o acesso a esse tipo de tratamento psicoterapêutico para os cidadãos que não conseguem ter acesso no âmbito particular a esse tipo de serviço, trazendo desse modo um caráter democrático tanto da abordagem TCC quanto da própria psicologia.

Pode-se dizer que as características que compõem o grupo dialogam com o que Avila propõe, em sua pesquisa, que “(...) a teoria dos grupos é uma teoria da relação humana e também uma teoria do indivíduo. O indivíduo é não apenas parte do grupo - o indivíduo é grupo” (Avila, 2009, p. 51). Essa consideração propõe uma reflexão sobre o grupo como uma totalidade, onde os participantes se reúnem com o propósito de atingir objetivos e contribuir para a criação de um ambiente de intercâmbio. Este ambiente é composto por partes, representadas pelos indivíduos, cada qual com suas particularidades e desafios internos. Essas interações, que se manifestam em cada encontro, têm o efeito de provocar percepções e reflexões que reverberam na vida cotidiana de cada sujeito. Dessa maneira, desenvolve-se um cuidado que abrange e promove o indivíduo, incentivando sua participação e abertura para o processo terapêutico e, simultaneamente, para a relação com o terapeuta.

Não se despreza a vivência de muitos desafios internos que permeiam o grupo e trazem dificuldades durante a aplicação de intervenções no processo psicoterapêutico, pois os sujeitos são atravessados por diversos fatores ambientais, culturais, emocionais, sociais, econômicos, familiares, entre outros, que os afetam no seu cotidiano. Diante disso, o psicólogo precisa desenvolver ou aprimorar suas habilidades para trabalhar com as diferenças, construindo um contrato de grupo colaborativamente, facilitando a participação e as interações dos membros do grupo de modo que possam expressar livremente seus pensamentos e emoções.

Desse modo espera-se que os resultados dessa pesquisa fomentem novos estudos relacionados ao tema, com intuito de ampliar e criar modos de utilizar a ferramenta grupo concomitantemente com o entendimento da função do psicólogo no processo psicoterapêutico.

6 REFERÊNCIAS

AVILA, Lazslo Antonio. O Eu é plural: grupos: a perspectiva psicanalítica. **Vínculo**, São Paulo, v. 6, n. 1, p. 39-52, jun. 2009. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.phpscript=sci_arttext&pid=S180624902009000100005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 03 jun. 2023.

AYRES, J.R.C.M. Cuidado e reconstrução das práticas de saúde. **Interface: Comunicação, Saúde, Educação**. Botucatu, v. 8, n. 14, p. 73-92, set/fev 2004.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BECK, Judith S.. **Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática**. Tradução: Sandra Maria Mallmann da Rosa. Revisão: Paulo Knapp. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.

BEZERRA JR., B.. Desafios da reforma psiquiátrica no Brasil. **Physis: Revista De Saúde Coletiva**, 2007, 17(2), 243–250. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/physis/a/H4wVY4ZDk9nKqdGsdzyJkWg/#>>. Acesso em: 16 ago. 2023.

BIELING, Peter J.; MCCABE, Randi E.; ANTONY, Martin M.; Cols., **Terapia cognitivo-comportamental em grupos**. Tradução: Ivo Haun de Oliveira. Porto Alegre: Artmed, 2008. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788536318974/>>. Acesso em: 18 Out. 2023.

BOCK, A. M. *et al.*. **Psicologias: uma introdução ao estudo da psicologia**. 13. ed. São Paulo: Saraiva, 2001.

BUSTAMANTE, Vania; MCCALLUM, Cecilia. Cuidado e construção social da pessoa: contribuições para uma teoria geral. **Physis: Revista de Saúde Coletiva** [online]. 2014, v. 24, n. 3, pp. 673-692. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-73312014000300002>>. Acesso em: 22 set. 2023.

COSTA, Jobert Teixeira; SILVA, Felipe Santos Da; SILVEIRA, Cláudia Alexandra Bolela. **As práticas grupais e a atuação do psicólogo: intervenções em grupo no Estágio de Processos Grupais**. Vínculo [online]. 2018, v. 15, n. 2, pp. 57-81. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sciarttext&pid=S1806-24902018000200005>>. Acesso em: 17 abr. 2023.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

HOFMANN, Stefan G.. **Introdução à terapia cognitivo-comportamental contemporânea**. Tradução: Régis Pizzato. Revisão técnica: Carmem Beatriz Neufeld. Porto Alegre: Artmed, 2014.

HUMANIZAR. In.: Dicio, **Dicionário Online de Português**. Porto: 7Graus, 20. Disponível em: <www.dicio.com.br>. Acesso em: 15 dez. 2023.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (Org.); DESLANDES, Suely Ferreira; GOMES, Romeu. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 26. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2007.

NEUFELD, Carmem Beatriz (Org.). **Terapia cognitivo-comportamental em grupo para crianças e adolescentes**. Porto Alegre: Artmed, 2015. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582712122/>>. Acesso em: 15 Out. 2023.

_____; RANGÉ, Bernard P. (Orgs). **Terapia cognitivo-comportamental em grupos: das evidências à prática**. Porto Alegre: Artmed, 2017. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582714171/>>. Acesso em: 15 Out. 2023.

_____; HILDEBRANDT, Fernanda Pereira; SOUZA, Conceição Reis de. Grupos de TCC na saúde pública. In: NEUFELD, Carmem Beatriz; RANGÉ, Bernard P. (Orgs). **Terapia cognitivo-comportamental em grupos: das evidências à prática**. Porto Alegre: Artmed, 2017. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582714171/>>. Acesso em: 15 out. 2023.

OSORIO, Luiz Carlos. **Psicologia grupal: uma nova disciplina para o advento de uma era**. Porto Alegre: Artmed, 2007.

PASQUALINI, Juliana C.; MARTINS, Fernando Ramalho e EUZEBIOS FILHO, Antonio. **A "Dinâmica de Grupo" de Kurt Lewin: proposições, contexto e crítica**. Estud. psicol. (Natal) [online], v. 26, n. 2. 2021, pp. 161-173. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1413-294X2021000200005&lng=es>. Acesso em: 06 mai. 2023.

REIS, Denizi Oliveira; ARAÚJO, Eliane Cardoso de; MARTINS, Julie Silva; CECÍLIO, Luiz Carlos de Oliveira. **Sistema Único de Saúde: histórico, diretrizes e princípios**. Revisado e atualizado por Arthur Chioro. São Paulo: Unifesp, 2019. Disponível em: <https://www.unasus.unifesp.br/biblioteca_virtual/esf/19/Unidade1_Cachoeira_da_Serra/SUS_historicos_e_principios/p_01.html>. Acesso em: 15 dez. 2023.

REZENDE, Sabrina. **Terapia Cognitivo-Comportamental e políticas públicas direcionadas a crianças e adolescentes vítimas de abuso sexual: Limites e possibilidades**. Porto Alegre: UFRGS, 2011. Disponível em: <<https://lume.ufrgs.br/handle/10183/39082>>. Acesso em: 22 out. 2023.

SÁNCHEZ, Artur Paiva dos Santos. **Avaliação da funcionalidade na COVID longa: uma reflexão sobre o modelo biopsicossocial**. Fortaleza: UFSC, 2022. Disponível em: <[https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/242385/AVALIA%C3%87%C3%83O%20DA%20FUNCIONALIDADE%20NA%20COVID%](https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/242385/AVALIA%C3%87%C3%83O%20DA%20FUNCIONALIDADE%20NA%20COVID%20)>

20LONGA_%20UMA%20REFLEX%C3%83O%20SOBRE%20O%20MODELO%20BIOPSICOSSOCIAL.pdf?sequence=1>. Acesso em: 15 dez. 2023.

WRIGHT, Jesse H.; BROWN, Gregory K.; THASE, Michael E.; et al. **Aprendendo a terapia cognitivo-comportamental**: um guia ilustrado. Tradução: Mônica Giglio Armando. Revisão técnica: Paulo Knapp. 2. ed., Porto Alegre: Artmed, 2019. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582715420/>>. Acesso em: 22 out. 2023.

ZIMERMAN, David Epelbaum. **Fundamentos básicos das grupoterapias**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2000.