

# Apoiar e Desenvolver a Parentalidade na Escola de Pais Grupanalítica

Patrícia Poppe

1. *Escola Alemã de Lisboa*

2. *Sociedade Portuguesa de Grupanalise e Psicoterapia Analítica de Grupo*

## Resumo

A intervenção com grupos de pais de orientação grupanalítica na instituição escolar tem sido realizada pela autora desde 2014 com os objetivos de desenvolver a função parental, os recursos internos dos pais e a relação com os filhos. Foi desenhada para apoiar pais a elaborar as dificuldades da parentalidade através da vivência num grupo grupanalítico semanal durante 15 sessões. Com base nos conceitos e técnica da Grupanalise (Cortesão, 2008), o modelo Escola de Pais Grupanalítica é também influenciado pelas abordagens multifamiliares (Badaracco, 2000) e da psicoterapia analítica de curta duração (Lorentzen, 2014). Pretendeu-se criar uma metodologia amplamente fundamentada e empiricamente testada. Os grupos da Escola de Pais Grupanalítica são espaços seguros, facilitados por uma psicóloga formada em Grupanalise, para mães e pais partilharem e reflectirem dúvidas, inquietações ou dificuldades. No grupo, ao se sentirem compreendidos, os pais aprendem a compreender melhor as necessidades dos filhos, desenvolvendo a empatia. Podem identificar-se e diferenciar-se, o que os ajuda a reconhecer os filhos como diferentes, separação que facilita a autonomia dos filhos. Os resultados da avaliação qualitativa e quantitativa revelam que os pais se sentem mais confiantes e tranquilos, referindo mudanças na compreensão e relação com os filhos. Consideram que sentem menos dificuldades, que desenvolveram competências e que cresceram. A Escola de Pais Grupanalítica é um setting privilegiado para pais, onde as suas ansiedades podem ser contidas, onde podem mentalizar alguns conflitos, desenvolver as suas relações interpessoais, os seus recursos emocionais e fortalecer a sua função parental. Tem efeitos terapêuticos e de prevenção.

**Palavras-chave:** Parentalidade; Grupos; Pais; Grupanalise

## Abstract

Group analytic intervention with groups of parents has been carried out in school institution by the author since 2014 with the goals of developing parental function, parents' internal resources and their relationship with their children. It was designed to support parents' difficulties in parenting by experiencing a weekly analytic group during 15 sessions. Based on group analytic concepts and technique (Cortesão, 2008), Group Analytic School for Parents is also influenced by multifamily approaches (Badaracco, 2000) and short term group analytic psychotherapy (Lorentzen, 2014). The intention was to create a broadly based and empirically tested methodology. These groups of parents are safe places, facilitated by a psychologist trained in Group Analysis, where parents share and reflect about their doubts and difficulties. By feeling understood in the group, parents learn to understand better the needs of their children, developing empathy. The possibility of identification and differentiation, facilitates separation and their children's autonomy. The results of qualitative and quantitative evaluation reveal that the parents feel more confident and less anxious, referring changes in understanding and relationship with the children. Parents report fewer difficulties, development of parenting skills and growth. Group Analytic School for Parents is a privileged setting for parents, where anxieties can be contained, a place where some conflicts can be mentalized, where their interpersonal relationships and emotional resources can develop and their parental function strengthened. It has therapeutic as well as preventive effects.

**Keywords:** Parenting; Groups; Parents; Group Analysis

## **Introdução**

A Escola de Pais Grupanalítica (EPG) é uma intervenção que foi desenvolvida recentemente, partindo dos pressupostos de que os problemas dos filhos estão muitas vezes relacionados com dificuldades dos pais, tanto a nível consciente como inconsciente e que todos os pais têm por vezes dificuldades e precisam de ajuda para si e para os filhos. A educação dos filhos e a relação com eles colocam desafios constantes aos pais, que frequentemente se depararam com dúvidas, inquietações ou dificuldades. Por vezes não sabem como resolver algumas situações e podem viver os problemas dos filhos como uma falha própria ou reviver relações na sua própria família de origem que foram complicadas no passado. Raramente têm consciência desses fatores ou de outras questões que influenciam a parentalidade e a relação com os filhos. Muitos pais sentem-se sozinhos nestas situações e têm dificuldade em pedir ajuda. Procuram frequentemente o saber racional (nos livros, revistas, internet), que não deixa de ser importante e de ajudar em alguns casos. No entanto, são competências parentais como a sensibilidade dos pais nas suas respostas aos filhos e a capacidade de se adaptarem intuitivamente às suas necessidades, que são mais decisivas, e estas, não se aprendem nos livros. Muitas vezes nas intervenções dirigidas a pais, as problemáticas que os pais trazem relativamente aos filhos são abordadas a partir da perspectiva do que “se deve corrigir”. Os próprios pais têm tendência para querer que lhes digam o que têm que fazer. Todavia, os problemas que surgem estão ligados às experiências e relações de cada um, frequentemente não compreendidas e não conscientes. Tornam-se acessíveis através de abordagens analíticas, que mobilizam a compreensão de si, do outro e das relações interpessoais.

A verdade é que o ser humano está inserido em grupos durante toda a vida e neles se desenvolve. A Grupanalise é uma forma de psicoterapia desenvolvida por Foulkes (1975) e introduzida em Portugal em 1957 por Cortesão (2008). Com uma base teórica comum à Psicanálise e com uma teoria da técnica grupanalítica, relacionada com o setting grupal, tem como objetivo a diminuição do sofrimento, o crescimento, autonomia e a maturação dos vários elementos do grupo (Ferro & Neto, 2011). O setting grupanalítico tem potencialidades e características específicas que apresentam vantagens para compreender, explorar e modificar formas de lidar e de sentir tanto pessoais como do grupo, favorecendo o funcionamento individual e as relações interpessoais. No Hospital de Santa Maria tanto os grupos psicoterapêuticos com pais (Neto, 1996; Neto & col, 2010) como os grupos de grupanalise multifamiliar aceleram o processo psicoterapêutico, desenvolvem o insight familiar e consolidam as capacidades mais saudáveis de cada família e cada elemento (Godinho & col, 2006). Na Argentina, Badaracco (1990) desenvolveu os grupos de Psicanálise Multifamiliar, caracterizados por um contexto ampliado multifamiliar, em que se vão abrindo “espaços mentais” que permitem pensar e descobrir por si mesmo, desmantelando padrões de relação e comunicação patológicos, característicos da disfuncionalidade familiar (Badaracco, 2000). Rotenberg salienta que nos grupos multifamiliares, os pais podem descobrir competências para resolver os conflitos e, conseqüentemente, desenvolver confiança nos seus recursos (Rotenberg, 2014). Lorentzen documentou a eficácia de grupos terapêuticos de curta duração (Lorentzen, 2014).

## **Objetivos**

A partir dos contextos teórico-clínicos referidos, parece fazer sentido uma intervenção analítica com pais ser realizada em grupo, proporcionando aos pais um espaço seguro de apoio à parentalidade, valorizando o papel fundamental que ambos os pais têm no desenvolvimento emocional dos filhos. Conhecem-se as referidas abordagens grupanalíticas e multifamiliares com

pais em meio hospitalar, no entanto, fora deste contexto ligado à patologia, existem muitas mães e pais que necessitam de suporte para se sentirem melhor e mais competentes no exercício das suas funções parentais, para melhorarem a relação com os filhos, lidarem mais facilmente com as dificuldades que vão surgindo e prevenir problemas futuros.

Para dar resposta às necessidades de pais e filhos nasceu o projeto Escola de Pais Grupanalítica. O modelo de intervenção que se estabeleceu, foi fruto da experiência de vários anos de realização de grupos de pais, analisados continuamente em supervisão, o que levou ao desenvolvimento progressivo desta abordagem. Foi iniciada a implementação da EGP em contexto escolar orientada por uma psicóloga com formação em Grupanalise. Com esta aplicação do modelo grupanalítico a grupos de pais, pretendeu-se criar uma metodologia amplamente fundamentada dirigida a uma população alargada de pais e testar empiricamente a sua eficácia. Os objetivos principais do modelo Escola de Pais Grupanalítica são o desenvolvimento da função parental, dos recursos internos dos pais e da relação com os filhos. Pretende-se alcançar algumas mudanças nos pais a nível da compreensão de alguns aspetos conscientes e inconscientes em si próprios, nos filhos e na relação entre ambos.

## **Metodologia**

### **Participantes**

O projeto EPG decorre na Escola Alemã de Lisboa desde 2014, sendo dirigida aos pais dos alunos desta escola bilingue para alunos com idades dos 3 aos 18 anos. Participam voluntariamente mães e pais de idades diferentes com diversas questões, independentemente da idade dos filhos e independentemente de os filhos terem situações normais de desenvolvimento ou problemas específicos, quer na escola, quer na família. Em cada grupo participa apenas um membro do casal parental. No início do ano, todos os pais com filhos na Escola Alemã recebem um email, convidando-os a participar na EPG. A participação é gratuita.

### **Procedimentos**

Inscvem-se voluntariamente os pais interessados, realizando seguidamente uma entrevista individual com a psicoterapeuta, para o conhecimento pessoal e esclarecimento de questões específicas, em que fica formalizada a sua participação e o acordo sobre as condições de funcionamento do grupo. As sessões realizam-se uma vez por semana sempre na mesma sala grande, confortável e sossegada com as cadeiras dispostas em círculo, sempre com a duração de 90 minutos. Cada grupo pode chegar a 10 mães e pais e funciona durante 15 sessões. No grupo, os pais falam e refletem em discussão flutuante livre, segundo o modelo grupanalítico. Os pais não se conhecem antes de iniciar o respetivo grupo e procura-se que não tenham contacto fora do setting grupal. Antes do grupo são recolhidos por escrito, o consentimento informado e, de forma anónima, um questionário com uma pergunta aberta relativa à motivação. Na última sessão de cada grupo, os pais respondem de forma anónima a um questionário com 3 perguntas abertas além de um questionário quantitativo. Pretende-se avaliar de forma simples, qualitativamente a forma como se sentiram, o que gostaram mais/menos e, quantitativamente, a perceção dos pais sobre a experiência de participar num grupo relativamente à compreensão de si e dos filhos, à relação com os filhos, ao desenvolvimento de competências, à verificação de mudanças em si e nos filhos.

## **Resultados**

Do total de 8 grupos, 57 pais participantes e de 100 sessões de grupo realizadas, são apresentados os resultados da avaliação realizada nos grupos 3, 4 e 5 obtidos no ano letivo

2015/2016. Participaram 18 mães e pais, 7 dos quais estiveram em 2 ou até 3 grupos. Cada grupo era constituído por 9-10 membros. Verificou-se um número mais elevado de mães do que de pais a participar, na proporção de 2/3 para 1/3. A média de idades dos participantes foi de 45,7 anos e a média da idade dos filhos 8,1 anos, sendo 2,1 a média de filhos. Estes pais tiveram uma presença regular nas sessões, igualmente elevada (78%) para mães como para pais, faltando muito pouco e não saindo precocemente. A tabela 1 mostra que a assiduidade dos pais aumenta proporcionalmente ao número de grupos de fizeram parte.

**Tabela 1.** Membros e presenças nos grupos 3, 4 e 5

Grupos de Pais	3	Presenças
Nº total de participantes	18	78%
Mães	67%	78%
Pais	33%	78%
Média de idades pais	45,7	
Média nº de filhos	2,1	
Média de idades dos filhos	8,1	
Participação em 1 grupo	11 pais	71%
Participação em 2 grupos	4 pais	78%
Participação em 3 grupos	3 pais	84%
Avaliações	28	

### **Análise de dados**

Para atingir os objectivos estabelecidos foi utilizada uma metodologia simples tanto quantitativa como qualitativa. Relativamente a esta última, foi escolhida a Análise de Conteúdo, que permite interpretar e compreender os fenómenos a partir do significado pessoal que têm para os participantes. Os dados sujeitos a análise qualitativa foram recolhidos por escrito tanto antes do grupo sobre a sua motivação (tabela 2), como no fim do grupo sobre como se sentiram no grupo (tabela 3), o que gostaram mais (tabela 4) e o que gostaram menos (tabela 5). As respostas de 28 pais foram submetidas a análise de conteúdo com um codificador.

**Tabela 2.** Motivações dos pais

Categorias	Referências
Comunicação, interação com outros pais	94%
Melhorar relação pais-filhos, desenvolver mais recursos	83%
Dificuldades dos filhos	72%
Aprender, crescer, evoluir	67%

Apoiar, compreender os filhos	61%
Dificuldades pessoais dos pais	61%
Sentir-se melhor (mais seguro, confiante, tranquilo)	50%
Referências à Escola	28%

**Tabela 3.** “Como me senti no grupo”

Categorias	Referências
Bem (muito bem, acolhido, confortável, à vontade, ouvido, compreendido, identificado, interessado, pertencido, integrado no grupo, com capacidade de dar e receber apoio)	93%
Inicialmente inseguro	7%

**Tabela 4.** “O que gostei mais”

Categorias	Referências
Comunicação, interação com outros pais (falar, escutar, partilhar, trocar ideias)	64%
Ambiente seguro e de suporte (abertura, autenticidade, confiança, pertença)	64%
Identificação com outros pais	50%
Espaço para reflectir e se questionar, compreender e aprender	50%
Diferenciação (perspetivas diferentes)	25%
Temas interessantes	7%

**Tabela 5.** “O que gostei menos”

Categorias	Referências
Tempo/limites (Não haver mais tempo, o grupo terminar)	31%
Adaptação a outros membros do grupo	18%
Falta de temas fixados, conclusões, conselhos	14%
Não há pontos negativos. Gostei de tudo	18%
Ausência de resposta	18%

Para avaliar de forma quantitativa o impacto da participação na EPG, foi aplicado na última sessão de grupo um questionário de 8 itens, avaliados pelos pais numa escala de 1-6. Os resultados apresentados na tabela 6 referem-se à média obtida nos 3 grupos.

**Tabela 6.** Questionário quantitativo

<i>1 Discordo totalmente</i> <i>2 Discordo</i> <i>3 Discordo um pouco</i> <i>4 Concordo um pouco</i> <i>5 Concordo</i> <i>6 Concordo totalmente</i>	Média Grupos
1. A experiência de participar no grupo de pais foi importante para mim.	5,6
2. Ajudou-me a compreender as minhas necessidades, desejos, competências.	5,3
3. Ajudou-me a compreender as necessidades, desejos, competências do(s) filho(s)	5,1
4. Contribuí para melhorar o relacionamento com o(s) filho(s)	5,1

5. Contribuiu para melhorar o relacionamento com outro(s)	4,6
6. Permitiu desenvolver as minhas competências parentais	4,8
7. Verifiquei algumas mudanças em mim.	4,7
8. Verifiquei algumas mudanças no(s) filho(s)	4,1

### Discussão

Em “Patrícia Poppe – Apoiar e Desenvolver a Parentalidade na Escola de Pais Grupanalítica” é apresentada a aplicação da Grupanálise para apoiar pais, cujos filhos frequentam uma escola em Lisboa. Salienta-se o decurso positivo desta intervenção nos últimos 4 anos. Os resultados indicam que os pais que participam voluntariamente neste novo tipo de experiência estão fortemente motivados. Sabemos que a motivação é um dos fatores principais para o sucesso das intervenções ou tratamentos. A frequência elevada de presenças dos pais nos grupos, a expressão de sentimentos de pertença ao grupo e de estarem a participar em algo importante, revelam uma boa aliança dos membros dos grupos à psicoterapeuta e uma elevada coesão dos grupos. Os pais referem sentimentos muito positivos relativamente ao grupo. Talvez seja esta uma surpresa para os pais, que talvez não esperassem sentir-se tão bem em grupo. Os pais valorizam o espaço semanal para se expressarem, se relacionarem e pensarem livremente, a oportunidade de refletirem, compreenderem e aprenderem através do grupo. Aprendem a pensar mais profundamente sobre as experiências emocionais e encontrar palavras para exprimir os seus sentimentos. Consideram que participar na Escola de Pais Grupanalítica foi para eles uma experiência importante. Nas sessões falam de forma aprofundada e direta de temas e interesses comuns, reconhecem semelhanças e diferenças entre si, expressam emoções e dificuldades. Os resultados confirmam que estes grupos de pais proporcionam um espaço seguro para os pais partilharem abertamente as dificuldades de cada um. Os pais sentem confiança tanto para apoiarem outros pais, como para receberem conforto e apoio dos outros membros do grupo. Metade dos pais refere expressamente ter apreciado a identificação com os outros pais e com as suas dificuldades. Ao verificarem que os outros pais têm problemas semelhantes, diminui a culpa, a ansiedade e a vergonha, o que promove o bem-estar e a partilha. Ao sentirem que as suas necessidades são valorizadas e contidas, aprendem a importância da comunicação, escuta e da empatia. Os resultados indicam a ampliação do conhecimento de si, o que facilita o processo de crescimento e desenvolvimento psico-emocional. Os pais consideram que a sua experiência no grupo contribuiu para desenvolverem as suas competências parentais e para se relacionarem melhor com os filhos. Poucos pais referem o interesse pelos temas abordados como o que gostaram mais. Este resultado pode indicar que é, de facto a vivência, a comunicação, as dinâmicas estabelecidas e a mentalização que são mais valorizadas e se sobrepõem aos temas em si. Como limitações do estudo empírico desta intervenção são de referir o tratamento dos dados de apenas um ano letivo, assim como os instrumentos utilizados e o procedimento de análise de dados que podem ser melhorados. Ambos os aspetos estão atualmente em curso.

Em conclusão, a Escola de Pais Grupanalítica é um setting analítico privilegiado para pais, onde estes podem expor e compreender um pouco do seu mundo interno, onde as suas ansiedades podem ser contidas e onde podem mentalizar alguns conflitos, desenvolver as suas relações interpessoais, os seus recursos emocionais e a sua função parental. Quer pelo número de presenças nas sessões e participação por vezes longa em vários grupos, quer pela dinâmica estabelecida, quer ainda pelos resultados que exprimem a importância que o grupo de pais teve para cada um dos elementos, é possível concluir que a Escola de Pais Grupanalítica tem utilidade

e traz benefícios quando aplicada em contexto escolar e conduzida por psicoterapeuta com formação grupalítica. Pode ajudar a resolver algumas dificuldades de pais e filhos, podendo prevenir problemas, o que remete para o seu valor tanto terapêutico como preventivo. Tem a vantagem de ser uma dupla abordagem – de pais e filhos.

### **Agradecimentos**

Expresso aqui a minha gratidão a todos aqueles que de alguma forma contribuíram para o desenvolvimento da Escola de Pais Grupalítica e me apoiaram na concretização do desejo da sua construção.

### **Contacto para Correspondência**

Patrícia Poppe, filha de Miguel Potier Poppe e Ingrid Charlotte Scheimpflug Poppe, Av. das Forças Armadas 133, Lote A, 16 Esq 1600-081 Lisboa, patricia.s.poppe@gmail.com

### **Referências**

- Badaracco, J. G. (1990). Comunidad terapêutica psicoanalítica de estrutura multifamiliar. Madrid. Editorial Tecnopublicaciones S.A.
- Badaracco, J. G. (2000). Psicoanálisis Multifamiliar: Los Otros en Nosotros y el Descubrimiento del sí Mismo. Buenos Aires. Paidós.
- Cortesão, E. L. (2008). Grupalítica. Teoria e Técnica. 2ª Edição. Lisboa. Edição da SPG.
- Ferro, S., Neto, I. (2011). Grupalítica: Outros Olhares sobre o consciente e o inconsciente. Porto. IV Congresso Regional Mediterrânico e Atlântico da IAGP.
- Foulkes, S. H. (1975.) Group Analytic Psychotherapy: Method and Principles. London. Gordon and Breach Science Publishers Ltd.
- Godinho, P., Centeno, M. J., Fialho, T. & Neto, I. M. (2006). The Multifamily Group as a Magnetic Resonance of Psychiatry: Observing, Treating and Training. Madrid. 15th International Symposium for the Psychotherapy of Schizophrenia.
- Neto, I. M. (1996). Perturbação Empática: Uma das formas mais destruidoras do funcionamento mental. Revista *ABPAG*, Vol 03 (1991-1994) - 1996
- Neto, I. M., Fialho, T., Godinho, P. & Centeno, M. J. (2010). Treating and Training: A 30 Year Experience of a Team with a Group-Analytic Framework: Part I. *Group Analysis*, 43 (pp 50-60).
- Rotenberg, E. (2014). Parentalidades: Interdependências transformadoras entre Padres e Hijos. Buenos Aires. Lugar Editorial.