

COMO A PSICOTERAPIA DE GRUPOS PODE AUXILIAR NO TRATAMENTO DE PACIENTES DEPENDENTES QUÍMICOS

Solange Ferreira da Silva¹
Diego da Silva²

RESUMO: O objetivo deste trabalho, foi avaliar os benefícios da psicoterapia de grupo, através de pesquisas bibliográficas de diferentes autores, onde foi possível observar que esta abordagem terapêutica apresenta diversos benefícios, como a promoção do bem-estar emocional, desenvolvimento de habilidades sociais e resolução de conflitos. Foi possível considerar que a psicoterapia de grupo é uma abordagem eficaz e acessível, podendo ser utilizada em diferentes circunstâncias e com diferentes grupos populacionais. No decorrer do desenvolvimento deste trabalho, foi possível aprender muito sobre a psicoterapia de grupo e sua eficiência em diferentes contextos. Foi possível compreender a importância do trabalho de grupo para o desenvolvimento emocional e social dos membros, bem como os principais desafios enfrentados pelos terapeutas na condução de sessões de grupo. Além disso foi possível aprimorar minha capacidade de pesquisa e análise crítica de literatura científica. Com base nos estudos de Yalom (2005), foi possível investigar os benefícios da psicoterapia de grupo. A justificativa para a escolha deste tema foi pelo fato de que a psicoterapia de grupo tem sido cada vez mais utilizada como um recurso terapêutico eficaz, mas ainda há poucas pesquisas que investiguem seus benefícios em profundidade, algumas limitações, como a análise restrita a um número limitado de estudos e a predominância de estudos realizados em países desenvolvidos. A abordagem escolhida para a análise dos estudos pode ter limitado a compreensão de alguns aspectos importantes da psicoterapia de grupo. Contudo, acredita-se que os resultados apresentados neste trabalho contribuem para a compreensão dos benefícios e desafios da psicoterapia de grupo, bem como para aprimorar sua aplicação em diferentes contextos. A metodologia utilizada será a revisão bibliográfica, com análise de estudos e artigos que abordam o tema em questão. A partir disso, será possível identificar as principais vantagens da psicoterapia de grupo, bem como as condições necessárias para sua eficácia. Os estudos indicam que a psicoterapia de grupo pode proporcionar um ambiente seguro e acolhedor, que favorece o desenvolvimento de habilidades sociais, emocionais e cognitivas. Além disso, o grupo pode atuar como um suporte emocional e oferecer novas perspectivas e soluções para os problemas dos participantes. Diante desses resultados, conclui-se que a psicoterapia de grupo pode ser uma alternativa valiosa para aqueles que buscam ajuda psicológica. No entanto, é importante ressaltar que a eficácia da terapia de grupo depende de fatores como o perfil dos participantes, a habilidade do terapeuta em conduzir o grupo e a seleção adequada dos membros. Foi possível constatar que a psicoterapia de grupo apresenta diversos benefícios no tratamento de dependentes químicos, promovendo melhora emocional e social, além de prevenir recaídas. Ademais, verificou-se que esta abordagem terapêutica é acessível e pode ser utilizada em diferentes contextos e grupos populacionais. Por fim, os resultados encontrados neste trabalho apontam para a eficácia da psicoterapia de grupo como uma abordagem

¹Graduanda do curso Psicologia- Centro Universitário do Paraná-Uniensino.

²Psicólogo e professor Orientador do curso de Psicologia- Centro Universitário do Paraná-Uniensino. Mestre em medicina interna e ciências da saúde.

terapêutica importante no tratamento de dependentes químicos. Estes resultados são relevantes para a prática clínica, podendo ser utilizados para aprimorar a atuação dos profissionais que trabalham com dependentes químicos e para a elaboração de políticas públicas voltadas para o tratamento de dependência química. Devido à relevância do tema, este estudo pode ser utilizado como base para futuras pesquisas sobre psicoterapia de grupo em dependentes químicos. Por fim, acredita-se que este trabalho possa ter contribuído para aprimorar a prática clínica em psicoterapia de grupo e estimular novas pesquisas sobre o tema.

Palavras-chave: Dependência Química. Terapia de Grupo. Técnica de terapia de grupo. justificadas: Artigo científico. Normalização.

1 INTRODUÇÃO

Este trabalho de conclusão do curso de psicologia trata da prática de como psicoterapia de grupo pode auxiliar no tratamento de pacientes com dependência química. Para isso é preciso compreender a doença e suas ações. A dependência química também conhecida como vício em drogas, compõe-se em um grupo de ocorrências fisiológicas, cognitivas, emocionais e comportamentais que se desenvolvem no organismo de indivíduo após o consumo em excesso de determinados componentes psicoativos.

Substâncias psicoativas, ao contrário do que se pensa, não é um acontecimento novo para humanidade, sim uma prática milenar e universal, não sendo um fenômeno exclusivo da época em que vivemos. Pode-se dizer que a história da dependência de drogas faz parte da história, ou seja, o consumo de drogas sempre existiu ao longo dos tempos, desde as épocas mais antigas e em todas as culturas e religiões, com finalidades específicas. Isso porque, o homem sempre buscou, através dos tempos, maneiras de aumentar o seu prazer e diminuir o sofrimento. É importante esclarecer que os hábitos e costumes de cada sociedade é que direcionavam o uso de drogas em cerimônias coletivas, rituais e festas, sendo que, geralmente esse consumo estava resumido a pequenos grupos, fato esse que apresentou grande alteração agora, pois hoje se verifica o uso dessas substâncias em qualquer circunstância e por pessoas de diferentes grupos e realidades, (PRATTA, 2009).

O consumo de substâncias psicoativas cresceu assustadoramente a partir da segunda metade do século XX, configurando-se nas últimas décadas desse século como um fenômeno de massa e como uma questão de saúde pública. Sendo assim, em função da complexidade desse fenômeno na atualidade, a dependência química é um problema que vem recebendo crescente atenção, mobilizando tanto o sistema de saúde quanto a sociedade de uma forma geral. Além disso, tal questão está ganhando crescente visibilidade, uma vez que discussões sobre a temática estão presentes em diversos meios de comunicação e no âmbito de várias instituições (PATTA,2009.p.209.)

A dependência química é algo para se contestar, visto que somente a partir da segunda metade do século passado, o conceito de dependência deixou de ser relevado como um desvio de caráter, ou apenas como um conjunto de sintomas, para ganhar caráter de transtorno mental com características específicas. Em geral, a dependência de drogas é classificada entre os transtornos psiquiátricos, sendo considerada como uma doença crônica que convive com indivíduo durante sua vida; porém, a mesma pode ser tratada e controlada, reduzindo-se os sintomas, alternando-se, muitas vezes, períodos de controle dos mesmos e de retorno dos sinais (PRATTA, 2009).

Segundo a OMS (2001) a dependência química deve ser tratada conjuntamente como uma doença médica crônica e como um problema social. Pode ser definido como: O estado mental, e muitas vezes, físico que resulta da relação entre um ser e a droga, gerando uma compulsão por obter a substância e experimentar seu efeito, e às vezes evitar o incômodo provocado por sua ausência. Portanto, não basta identificar e tratar os sintomas, mas também, identificar as decorrências e os motivos que levaram à mesma, pensando o indivíduo em sua totalidade, para que se ofereça outros referenciais e incentivos que gerem modificações de comportamento em relação à questão da droga.

Considerando a natureza e os fatores relacionados ao uso de drogas na contemporaneidade, a direção de um programa terapêutico para o indivíduo dependente requer uma avaliação individual, uma vez que não existe um modelo que seja adequado para todos os pacientes. Atualmente, diversos tipos de tratamento estão sendo implantados para o trabalho com a dependência química, como por exemplo, o tratamento médico, o comportamental, o psicoterápico, o psiquiátrico ou o da ajuda mútua. Esses tipos de tratamentos implicam em intervenções terapêuticas específicas, a saber: desintoxicação (considerado apenas o primeiro passo), farmacoterapia, psicoterapias (individual, em grupo e com os familiares), terapias (ocupacional e cognitivo-comportamental), além dos grupos de ajuda mútua (PRATTA, 2009).

De acordo com Yalom, no tratamento de dependentes químicos, uma abordagem multidisciplinar é fundamental envolver profissionais de diversas áreas, como médicos, psicólogos e assistentes sociais. Essa colaboração entre profissionais permite uma compreensão mais holística da dependência química e dos fatores que a sustentam, levando a uma intervenção mais eficaz. Além disso destaca a importância de uma equipe coesa, na qual a equipe compartilha conhecimento e experiências trabalhando em conjunto para fornecer suporte abrangendo os indivíduos em recuperação (Yalom, 2005).

Terapia de grupo pode ser uma opção eficaz para dependentes químicos, pois permite que as pessoas compartilhem suas experiências, aprendam uma com as outras e obtenham apoio emocional e prático. Não existe uma terapia única que seja considerada a melhor para dependentes químicos, já que cada indivíduo é único e pode responder de forma diferente aos diversos tipos de tratamentos disponíveis, entretanto, uma abordagem eficaz para o tratamento da dependência química geralmente envolve uma combinação de estratégias de apoio. Para Yalom (2005 p.35),” o foco interacional é o motor da terapia de grupo, e os terapeutas que conseguem mobilizá-los estão melhor equipados para fazer todas as formas de terapia de grupo. Quanto mais a terapia desfizer a autoimagem negativa do paciente por meio de novas experiências relacionais, mais efetiva a terapia será”.

Terapia de grupo não é algo novo no campo do tratamento psicoterapêutico, foi introduzida na década de 1940, desde então vem passando por uma série de adaptações visando adequar-se às mudanças da prática clínica. Na atualidade o quadro da saúde mental tem se mostrado em crescente adoecimento humano, e novas síndromes dependência por uso excessivo de substâncias psicoativas, cenários esse onde se faz presente com resultados satisfatório a terapia de grupo. A psicoterapia de grupo tem alcançado um grande espaço em sua abrangência em acolher variadas demandas para formação de grupos. Grupos para dependência química, grupos para transtorno de pânico, grupos para depressão aguda e crônica, grupos para prevenir a recaída da depressão, grupos para transtornos alimentares, grupos de apoio para pacientes com câncer, HIV/AIDS, grupos para vítimas de abuso sexual, para idosos perturbados e seus cuidadores, para pacientes com transtorno obsessivo compulsivo, para esquizofrenia de primeiro episódio, para esquizofrenia crônica, para adultos filhos de alcoólatras, para pais de crianças que sofreram abuso sexual, para homens violentos, para automutiladores, para divorciados, para indivíduos em luto, para famílias perturbadas, para casais – todas essas, e muitas outras, são formas de terapia de grupo,(YALOM,2005).

Diante das evidências, positivas da eficiência do tratamento terapêutico de grupo, ainda assim a maior parte das instituições acadêmicas não propicia formação acadêmica adequada. As estratégias e técnicas terapêuticas necessárias para produzir um grupo são sofisticadas e complexas. Todavia, quando os estudantes as dominarem e entenderem como modificá-las para situações que envolvam uma terapia especializada, eles estarão em condições de produzir uma terapia de grupo que seja efetiva para qualquer população clínica

em qualquer cenário, terapeutas de grupo devem estar preparados para essa oportunidade, (YALOM, 2005).

O presente artigo justifica-se pela necessidade de colaborar com a ciência para melhor prática da atuação do psicólogo neste contexto, permitindo assim, um resultado satisfatório tanto para o paciente quanto para o terapeuta. Assim, através das técnicas empregadas, proporcionar ao adicto nesse caso específico, uma melhor qualidade de vida. Para Aquilare Pillon(2000,p.208),“Em linhas gerais, a dependência de drogas é mundialmente classificada entre os transtornos psiquiátricos, sendo considerada como uma doença crônica que acompanha o indivíduo por toda a sua vida; porém, a mesma pode ser tratada e controlada, reduzindo-se os sintomas, alternando-se, muitas vezes, períodos de controle dos mesmos e de retorno da sintomatologia”. O objetivo desta pesquisa é verificar através de estudos bibliográficos como a prática da de psicoterapia de grupo pode auxiliar no tratamento com dependentes químicos.

2 METODOLOGIA

Este trabalho segue o método de revisão integrativo/narrativa de literatura. Para isso foram utilizados como fonte de busca, artigos científicos, sitesoficiais. Scielo, Google acadêmico, palavra-chave: (técnica de grupos, dependência química). Esses materiais tinham consigo conceitos que tratam da prática de psicoterapia de grupo em dependentes químicos.

2228

3 DESENVOLVIMENTO

À vista desse contexto, o consumo de substâncias psicoativas cresceu assustadoramente a partir da segunda metade do século XX, configurando-se nas últimas décadas desse século como um fenômeno de massa e como uma questão de saúde pública. Sendo assim, em função da complexidade desse fenômeno na atualidade, a dependência química é um problema que vem recebendo crescente atenção, mobilizando tanto o sistema de saúde, quanto a sociedade de uma forma geral, (PRATTA,2009.p.208).

Na atualidade, em especial, no mundo ocidental, a dependência de drogas é uma questão penal e de saúde pública – crime e doença, respectivamente. O uso de entorpecentes enquanto um ato ilícito está previsto no artigo 22 da Lei 11.343, de 23/08/2006 (Brasil, 2006). Na década de 80 a Organização Mundial de Saúde (OMS) reconheceu a dependência como doença crônica.Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM IV, publicado pela Associação Psiquiátrica Americana (2000), a característica primordial da dependência de substâncias (álcool e/ou droga) corresponde à presença de um

conjunto de sintomas cognitivos, comportamentais e fisiológicos. Mas, considerando que a droga, no caso da dependência, passa a exercer um papel central na vida do indivíduo, preenchendo lacunas na esfera psíquica e social, é preciso considerar que além dos sintomas físicos e mentais, existe a questão social. Desse modo, na atualidade, é preciso discutir a dependência química dentro de um modelo biopsicossocial. Assim, na proposta de Leite (2000) o tratamento do dependente químico deve abranger além do indivíduo, as diversas áreas de sua vida e, segundo a proposta deste trabalho, inclusive sua família, o que remete a questão da co-dependência. Assim, considerando a co-dependência, isso sem perder de vista o grande poder de destruição da dependência química, ou seja, do sofrimento psíquico que produz no usuário, é imprescindível conhecer os mais diversos aspectos que interferem na vida dos familiares do dependente para que se possa prestar uma assistência psicossocial mais efetiva e completa aos indivíduos que estão em volta do dependente químico. O co-dependente pode ser qualquer indivíduo que esteja em contato direto com o dependente químico, a saber: familiares, amigos, vizinhos, cuidadores etc. (SOBRA,2012.p.2).

A questão social dentro da dependência química é um dos fatores que mais sofrem influência na vida do dependente, causando além de sua criminalização, grande indiferença ao mesmo. A “reabilitação psicossocial” e “reinserção social”, bem como de “inclusão social”, torna-se necessário precisá-las teoricamente no contexto do cuidado de pessoas com problemas devidos ao uso de álcool e outras drogas. Diversas leis e portarias foram criadas pelo Ministério da Saúde de forma ajustar diretrizes de atuação dos serviços, indicando as atribuições a serem desenvolvidas e caracterizando os objetivos das intervenções e tratamentos no cuidado às pessoas com problemas resultantes do uso de álcool e outras drogas. Conceitos constantes utilizados nas políticas de saúde mental foram elaborados para lidar também com esse público, tais como reinserção social, reabilitação psicossocial e inclusão social, (SANCHES,2018).

É fundamental compreender as influências socioculturais e os desafios contemporâneos na compreensão da saúde mental e do bem-estar. Yalom destaca que a rápida transformação social e tecnológica pode contribuir para o aumento da prevalência da dependência química, uma vez que essas mudanças podem criar novas pressões e demandas psicossociais sobre o indivíduo. O contexto social e a disponibilidade de substâncias desempenham um papel significativo no desenvolvimento e na manutenção da dependência química. A compreensão atual do avanço de dependência química requer uma abordagem efetiva que considerem tanto os fatores individuais, como predisposição genética e vulnerabilidades psicológicas, quanto fatores do meio inserido. Essa abordagem é essencial para o desenvolvimento de estratégias eficazes de prevenção, tratamento e suporte aos indivíduos afetados por essa condição, (Yalom,2005).

Reinserção social, no contexto do cuidado a pessoas com dependência química, é baseado nos princípios da reforma psiquiátrica, que defende que o tratamento deve ocorrer no cenário de serviços sucessores com base na criação de novos mecanismos no território. Portanto, a reinserção social desponta como uma consciência importante para pensar as novas práticas e o cuidado fora dos muros do hospital, sem amputar o sujeito do seu convívio familiar e comunitário. De acordo com o Observatório Brasileiro de Informações sobre drogas (OBID), a reinserção social está atrelada ao conceito de exclusão que, por sua vez, está relacionado ao ato de privar alguém de determinadas funções. Nesse sentido, a exclusão se caracteriza pela falta de acesso a sistemas sociais básicos, tais como família, moradia, trabalho, saúde etc., sendo necessário o processo de reinserção social com a finalidade de reconstrução das perdas e capacitação para exercer o direito à cidadania (MINISTÉRIO DA JUSTIÇA, 2012).

A reinserção social de usuários na perspectiva da família é vista como a retomada de vínculos e do convívio social por meio da convivência em espaços e instituições sociais e altamente relacionadas ao apoio ou suporte social, na busca de serviços ou instituições que possam apoiar o indivíduo nesse processo e na possibilidade de mantê-lo ocupado, por meio do emprego ou da escolarização, permitindo assim uma possível recuperação e se fazendo essencial dentro de todo processo terapêutico, (SANCHES,2018).

2230

Retomando a citação acima desse texto, é preciso entender o que o autor aponta sobre co-dependência. Para Sobra(2012) existem vários estudos com o tema do consumo abusivo de substâncias psicoativas, não encontrando muitos estudos que tratam da co-dependência da família, analisando a abordagem sistêmica, tal como sob o exemplo biopsicossocial, não tem como falar de consumo de álcool e drogas ilícitas e da dependência química, sem considerar o ambiente familiar e social mais amplo que o usuário está introduzido e mais, que o sofrimento psíquico do dependente químico se torna o sofrimento de sua família, que também adocece, e os comportamentos de um acabam por persuadir, e estipular os comportamentos do outro e reciprocamente, tornando um ambiente com características disfuncional.

A co-dependência pode ser definida como um transtorno emocional característico de familiares ou de pessoas da convivência direta de dependentes químicos, de jogadores patológicos e de pessoas com transtorno de personalidade. Na co-dependência há um conjunto de padrões de conduta e pensamentos patológicos que produzem sofrimento psíquico. Assim, por se tratar de um transtorno que se traduz em sofrimento para a vida do co-dependente, tal como do dependente químico, se torna insustentável não oferecer assistência profissional ao co-dependente que, seja como forma de defesa, modificando substancialmente seu estilo de vida, não apenas

no que diz respeito a sua interação com o dependente químico, mas com as demais pessoas, seja do convívio familiar, social e do trabalho, inclusive, consigo mesmo. E mais, assim como o dependente químico, o co-dependente fica vulnerável em qualquer situação, hora se sentindo culpado pelo sofrimento do doente e da sua situação familiar, hora acreditando que é vítima das atitudes do dependente químico, (SOBRA,2012,p.2).

Diante desse cenário se faz necessário destacar a importância que a psicoterapia de grupos, tem obtido no tratamento do dependente químico e também com os co-dependentes, e outros envolvidos de alguma forma na vida desse dependente químico. Yalom acredita que a co-dependência é um padrão disfuncional de relacionamento que ocorre quando familiares e outros indivíduos próximos de um dependente químico desenvolvem um comportamento excessivamente preocupado e controlador em relação ao dependente. A psicoterapia de grupo oferece oportunidade de explorar e compreender os padrões disfuncionais de comportamento e os papéis dos envolvidos na co-dependência. Os membros do grupo podem identificar crenças e comportamentos prejudiciais que contribuem para co-dependência e juntos buscar maneiras mais saudáveis de se relacionarem com o dependente químico. Com isso é possível observar a ampla variedade de demandas diversificadas acolhidas pelos grupos, sendo impossível delimitar nos dias de hoje quais grupos existentes. Desde que a terapia de grupo foi introduzida na década de 1940, ela vem passando por uma série de adaptações visando adequar-se às mudanças da prática clínica. À medida que novas síndromes, cenários e abordagens teóricas surgem, também apresentando variações correspondentes na terapia de grupo. A multiplicidade de formas é tão evidente hoje em dia que faz mais sentido falar de terapias de grupo,(YALOM,2005).

2231

Com avanço crescente da tecnologia e à criatividade do homem, vem desenvolvendo novos conceitos, propostas, modificações e tendências. Muitas delas ocorrem pela apercepção e, outras, escolhidas pelas necessidades. Nas duas condições, são testadas em experimentos antes de ser aplicada. A psicoterapia de grupo surgiu intuitivamente e foi adotada empiricamente, tanto por Pratta, quanto por Moreno. Enriquecida pelos aportes das teorias freudianas, dinâmicas de grupo, entre outras, estabeleceram-se seus fundamentos, onde se faz necessário sua adaptação às necessidades atuais. A exigência de informações mais precisas sobre sua eficácia levou ao emprego de experimentos com metodologia científica mais apurada. Os procedimentos passaram a ser questionados e testados. Novas técnicas sobrevivem, inicialmente aprimoradas pelas pesquisas, outras vezes precedidas pela prática e reavaliadas,(BACHELLI,2004).

Visto que temos como referência um dos grandes nomes da psicoterapia de grupo, Yalom (2005), que se mantém através de pesquisas para demonstrar os resultados da terapia de grupo, como também aperfeiçoar suas técnicas para garantir um tratamento com resultados á garantir uma melhor qualidade de vida ao paciente. Nos últimos 12 anos, dirigiu um dos maiores programas de formação em terapia de grupo do mundo, no Departamento de Psiquiatria da Universidade de Toronto, onde é professor-adjunto. Seu amplo conhecimento da prática contemporânea de grupo e sua exaustiva revisão da literatura clínica e de pesquisa foram inestimáveis para o avanço do método.

Durante anos, diversas técnicas desta variante de tratamento têm sido desenvolvidas para o atendimento de pessoas específicas de pacientes, com as mais diversas circunstâncias médicas e sociais, como por exemplo: transtorno obsessivo-compulsivo, dependência química, mulheres com história de abuso sexual na infância etc. Esta tendência mostra o interesse crescente e a mudança importante em direção a uma maior individualização de tratamento. Esta realidade, entretanto, não significa que esta metodologia seja elevada em relação às demais categorias psicoterápicas, apesar muito favoreça quando se procura desenvolver a psicoeducação, tanto no que se menciona aos transtornos psiquiátricos quanto aos psicológicos. Na realidade, grupos com sofrimento participantes da mesma condição permitem a identificação, a revelação de particularidades e intimidade, o oferecimento de apoio ao semelhante, o desenvolvimento de objetivo comum, e a resposta das dificuldades e dos desafios que se assemelham. Enquanto no mesmo momento, reduz o isolamento social e possível descrédito associado, dependendo da gravidade da doença, ou tribulação que a própria pessoa se estabelece. Todos os grupos integra a princípio, os mesmos membros, os quais podem ser empregados em diferentes combinações. Nesse sentido, novos modelos de grupo têm sido propostos: intervenção em situações de crises, problemas interpessoais, história recorrente de depressão, adictos, entre outras condições, (BECELLI, 2004).

Em termos conceituais entende-se a psicoterapia de grupo como uma modalidade psicoterápica com foco nas interações interpessoais para a mudança de padrões mal adaptativos. Ou seja, um dos seus pressupostos básicos (que inclusive a diferencia do atendimento individual) é apostar na força que a interação grupal tem para produzir mudanças de caráter interpessoal significativas. Com as técnicas empregadas na terapia de grupo é possível melhorar a capacidade de comunicação e de relacionamento interpessoal, a interação com os participantes também promove o autoconhecimento e a consciência dos papéis na sociedade. A terapia de grupo pode ajudar quem está motivado e

determinado a analisar seus próprios sentimentos e comportamentos, ouvir e ser ouvido, interagir com foco no crescimento pessoal e a realizar mudanças para melhorar sua qualidade de vida.

Decorrente do crescente adoecimento da população em decorrência do abuso de substâncias psicoativas, diversas leis e portarias foram criadas pelo Ministério da Saúde de forma a estabelecer diretrizes de funcionamento dos serviços, indicando as atividades a serem desenvolvidas e determinando os objetivos das intervenções e tratamentos no cuidado às pessoas com problemas decorrentes do uso de álcool e outras drogas. Conceitos frequentemente utilizados nas políticas de saúde mental foram transpostos para lidar também com esse público, tais como reinserção social, reabilitação psicossocial e inclusão social, (SANCHES,2018).

A reabilitação está relacionada às iniciativas de inclusão que ocorrem por meio das atividades produtivas, cooperativas sociais e geração de renda. A inclusão social, por sua vez, é indicada como uma das diretrizes da RAPS, e objetiva o desenvolvimento da autonomia e exercício da cidadania (PORTARIA NO 3.088, 2011). Neste caso, fortalecer e consolidar, uma rede de base comunitária torna-se essencial para que as ações de reabilitação psicossocial e reinserção social ocorram de maneira efetiva no território. A rede – de profissionais, familiares, serviços, instituições – tem o potencial de viabilizar o acesso e o acolhimento de usuários de drogas em diversos setores, como a saúde, assistência, educação, trabalho e lazer, oferecendo uma perspectiva ampliada de cuidado (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2004).

2233

O termo “reinserção social”, no campo do cuidado a pessoas com dificuldades decorrentes do uso de álcool e outras drogas, é baseado nos princípios da reforma psiquiátrica, que defende que o tratamento deve ocorrer no contexto de serviços substitutivos com base na criação de novos dispositivos no território. Nesse sentido, a reinserção social desponta como uma noção importante para pensar as novas práticas e o cuidado fora dos muros do hospital, sem excluir o sujeito do seu convívio familiar e comunitário. De acordo com o Observatório Brasileiro de Informações sobre drogas (OBID), a reinserção social está atrelada ao conceito de exclusão que, por sua vez, está relacionado ao ato de privar alguém de determinadas funções. Nesse sentido, a exclusão se caracteriza pela falta de acesso a sistemas sociais básicos, tais como família, moradia, trabalho, saúde, (MINISTÉRIO DA JUSTIÇA, 2012).

A reabilitação psicossocial, acarreta a aquisição de capacidades adaptativas que permite ao indivíduo viver de forma mais autônomo. Nesse sentido, exibem a conceito

clássico de reabilitação psicossocial, estabelecendo “reabilitação psicossocial” como o processo de promover ao indivíduo com limitações, a reparação, no melhor nível possível de autonomia do exercício de suas funções na comunidade... O processo enfatizaria as partes mais sadias e a totalidade de potenciais do indivíduo, mediante uma abordagem compreensiva e um suporte vocacional, residencial, social, recreação, educacional, ajustados às demandas singulares de cada indivíduo e cada situação de modo personalizado, (SANCHES,2018,p.3).

Através de vários conceitos demonstrados a serem seguidos no tratamento do dependente químico, observa-se que indiferente da ordem ou autor, pode-se verificar que, seguem basicamente a mesma linha na questão que se refere ao resgate do indivíduo para sua vida social. Mostrando esse ser o primeiro passo no tratamento de psicoterapia de grupo para dependentes químicos o start para um caminho de reconstrução, social, familiar, emocional, psíquica, proporcionando qualidade de vida e um bom resultado de tratamento ao paciente. Para que esse resultado positivo ocorra de maneira efetiva, é preciso falar do papel das técnicas e normas a serem desempenhadas com maestria pelos terapeutas para obter o resultado esperado dentro de um tratamento de psicoterapia de grupo. Para Yalom (2005,p.107), “ Subjacente a todas as considerações técnicas, deve haver um relacionamento consistente e positivo entre o terapeuta e o paciente. A postura básica do terapeuta com o paciente deve ser de interesse, aceitação, genuinidade, empatia. Nada, nenhuma consideração técnica, tem precedência sobre essa atitude. É claro que há momentos em que o terapeuta desafia o paciente, demonstra frustração e até sugere que, se não estiver disposto a trabalhar, o paciente deve pensar em deixar o grupo”.

É possível explorar as inferências interacionais do comportamento do indivíduo no grupo é a peculiaridade caracterizante que confere à psicoterapia de grupo seu potencial terapêutico singular. O terapeuta tem a função de possibilitar e promover o avanço e crescimento do cliente, desempenha um papel de facilitador e líder, incentivando-o a alcançar autoconfiança, independência e integração pessoal, de maneira a tornar-se capaz de produzir e encontrar suas próprias interpretações. Dessa maneira, na psicoterapia de grupo o terapeuta procura favorecer a participação e atuação dos integrantes, de modo que eles possam expressar livremente seus pensamentos e emoções. Através desse processo dedica-se em manter o foco da conversa, ajudar os participantes que se sentem encabulados, mediar conflitos e sustentar o cumprimento das regras estabelecidas. Recomenda-se ainda, o auxílio para que os pacientes promovam experiências positivas que permitam descobrir e resolver

suas dificuldades intrapsíquicas e interpessoais, de acordo com seus sentimentos, comportamentos e reações, sem o medo e a ansiedade que, porventura, sintam nas ocorrências comuns do dia a dia, BECHELLI(2005).

No começo de um grupo, onde os pacientes são estranhos, conhecem somente o terapeuta, que é a fundamental força que unifica o grupo. Os integrantes relacionam-se inicialmente através de seu relacionamento comum com o terapeuta e essas combinações criam o espaço para o aumento da aliança grupal. O terapeuta deve reconhecer e impedir quaisquer influências que ameacem a aliança do grupo. Atrasos, ausências, a formação de subgrupos, socialização disruptiva, fora do grupo e o uso de bodes expiatórios ameaçam a integridade funcional do grupo e necessitam da intervenção do terapeuta. As normas de um grupo são planejadas a partir das esperanças dos membros em relação ao seu grupo e do encaminhamento coerente e contido do líder e dos membros mais influentes. Se as expectativas dos membros não são firmes, o líder tem mais brecha para criar uma ciência de grupo que seja mais terapêutica. As argumentações do líder do grupo desempenham o papel influente em determinar as normas, (YALOM, 2005).

O terapeuta deve identificar e impedir determinadas ações que ameacem a coesão do grupo. Atrasos, faltas, a formação de subdivisão de grupos, socialização fora do grupo e o uso de bodes expiatórios ameaçam a plenitude operacional do grupo e necessitam da interferência do terapeuta. A primeira responsabilidade do terapeuta é ajudar a criar uma corporação física, um grupo unido. Haverá momentos em que você deverá esperar para tratar das necessidades de um paciente individual e, às vezes, terá de tirar um membro do grupo, pelo bem dos outros.

Quando o grupo é uma realidade física, a atuação do terapeuta deve se para torná-lo em um sistema social terapêutico. Um regulamento verbal de regras ou normas de comportamento tem que ser eajustado para orientar a interação do grupo. E quais são as normas necessárias para um grupo terapêutico? Elas ocorrem, a partir da argumentação dos fatores terapêuticos. Diversas normas importantes incluem a ligação ativa no grupo, a aceitação imparcial dos outros, uma expressão e declaração ampla, o desejo de autoconhecimento e a vontade de mudar os atuais modos de comportamento. As normas podem ser um dispositivo contra certos tipos de comportamento, podendo ser latente evidente, (YALOM,2005).

Papel do terapeuta é criar uma interação, logo como um elemento dinâmico essencial em um grupo, tornando possível utilizá-la para fins terapêuticos. Porém, é fundamental consolidar uma posição certa quanto ao conceito de causa, de manifestações e quanto ao

tratamento dos processos psicopatológicos, a fim de poder coerentemente encaminhar estas forças por caminhos estruturados. Sem este posicionamento é difícil estabelecer uma linha de trabalho; talvez este fato explique a variante de opiniões e os resultados às vezes diversos,(NETO,1959).

Diante da breve e resumida descrição da atuação do psicólogo em seu manejo com o grupo, deve-se pontuar a importância que os demais membros do grupo são nessa interação de cunho terapêutico. A cerca de todo contexto pesquisado e descrito relacionado a psicoterapia de grupo terapêutico, seria incompreensivo não citar o verdadeiro sentido de um grupo. Dentro dele se é possível observar a real essência de um grupo, seja ele qual for, desde que seja um grupo. Para isso, foi extraído do livro de Yalom, um trecho no qual em formato de parábola, demonstra a força de um grupo.

Existe uma antiga história hassídica de um rabino que teve uma conversa com Deus sobre o Céu e o Inferno. “Eu lhe mostrarei o Inferno”, disse Deus, e conduziu o rabino até uma sala com um grupo de pessoas desesperadas e famintas, sentadas ao redor de uma grande mesa circular. No centro da mesa, estava um grande prato de carne ensopada, mais do que o suficiente para todos. O cheiro do ensopado era então delicioso que deixou o rabino com água na boca. Ainda assim, ninguém comia. Cada pessoa ao redor da mesa tinha na mão uma colher com um longo cabo – longo o suficiente para alcançar o prato e tirar uma colherada de ensopado, mas longa demais para chegar à própria boca. O rabino viu que o sofrimento realmente era terrível e sacudiu a cabeça em compaixão. “Agora, eu lhe mostrarei o céu”, disse Deus, enquanto entravam em outra sala, idêntica à primeira – a mesma grande mesa redonda, o mesmo grande prato de ensopado, as mesmas colheres de cabo longo. Ainda assim, havia alegria no ar. Todos pareciam bem-nutridos, rechonchudos e exuberantes. O rabino não conseguia entender e olhou para Deus. “É simples”, disse Deus, “mas exige certa habilidade. Veja, as pessoas desta sala aprenderam a se alimentar umas às outras!(YALOM,2005,p.32).

Um dos benefícios dos grupos, é por serem formados com participantes sofrendo da mesma condição facilitam a identificação, a revelação de particularidades e intimidades, o oferecimento de apoio ao semelhante, o desenvolvimento de objetivo comum, e a resolução das dificuldades e dos desafios que se assemelham. Essa interação do acolhimento propicia aos envolvidos o desenvolvimento de vínculos e apoio coletivo, permitindo á eles ter voz e valorização de suas histórias. O grupo realiza uma união em torno de um mesmo objetivo que é o abandono da droga. O acolhimento bem-sucedido permite aos dependentes químicos a diminuição de sua ansiedade, inseguranças, promovendo uma crescente interação e sentimento de pertencimento decorrente desse apoio coletivo. (LEMES,2020).

A terapia de grupo é reconhecida por seus benefícios , por oferecer aos seus participantes a oportunidade de se conectarem e compartilharem suas experiências com pessoas que enfrentam desafios semelhantes, proporcionando a eles o sentimento de

pertencimento e apoio, pois os participantes podem se sentirem compreendidos e acolhidos pelo grupo, permitindo os indivíduos se sentirem encorajados a se expressarem expondo suas emoções e desafios pessoais, o que contribui para seu crescimento emocional e autoconhecimento,(PRATTA, 2009).

Um membro do grupo, ao relatar aos colegas um acontecimento pessoal e sentir que o estão escutando com interesse e compreensão, tem a capacidade de escutar a si próprio. A comunicação possui um elemento interior e subjetivo que propicia a reflexão. Não se deve deixar de respeitar que alguns vêm à terapia oprimidos pelas dificuldades e experiências dolorosas, não vendo perspectiva de mudança. Em contrapartida se é perceptível o paciente que participa e interage facilmente na fase inicial de envolvimento demonstrando benefício da experiência terapêutica e melhor resultado do tratamento. O terapeuta deve nas primeiras sessões, oportunizar condições para que os pacientes passem a participar ativa e positivamente, a se revelar com aceitação, sem censura ou humilhação da parte dos outros, (BIBHELLI,2005).

Os grupos terapêuticos para tratamento de abuso de substâncias geralmente estimulam a esperança dos participantes, usando dependentes de drogas recuperados como líderes de grupo. Os participantes recebem inspiração, construindo expectativas, pelo contato com aqueles que já percorreram o mesmo caminho e encontraram o caminho de volta. Uma abordagem semelhante é usada para indivíduos com doenças médicas crônicas, como artrite e doenças cardíacas. A inspiração que os participantes proporcionam aos seus pares resulta em melhoras substanciais em resultados médicos, reduz os custos do cuidado de saúde, promove o sentido de auto-eficácia do indivíduo e torna as intervenções de grupo superiores às terapias individuais.

A terapia de grupo não apenas se baseia nos efeitos gerais das expectativas positivas sobre a melhora, como também se beneficia como uma fonte de esperança que é única do formato de grupo. Os grupos de terapia invariavelmente contêm indivíduos que estão em pontos diferentes ao longo de um contínuo de enfrentamento e colapso. Assim, cada membro tem um contato considerável com outros – muitas vezes indivíduos com problemas semelhantes – que melhoraram como resultado da terapia. Muitas vezes, observei os pacientes comentar ao final de sua terapia de grupo o quanto foi importante para eles notar a melhora dos outros. Notavelmente, a esperança pode ser uma força poderosa, mesmo em grupos de indivíduos que combatem um câncer avançado e que perdem membros estimados do grupo para a doença. A esperança é flexível – ela se redefine para se encaixar em parâmetros imediatos, tornando-se esperança de conforto, de dignidade, de conexão com outros membros ou de redução do desconforto físico.¹⁴ Os terapeutas de grupo não devem, de maneira alguma, isentar-se de explorar esse fator, chamando atenção periodicamente para as melhoras que os membros fizeram. Se eu receber recados de membros que tiveram término recente informando-me de suas melhoras continuadas, faço questão de compartilhar isso

com o grupo atual. Os membros antigos do grupo muitas vezes assumem essa função, oferecendo testemunhos espontâneos a membros novos e céticos. (YALOM,2005,p26).

Dentre as diversas modalidades relacionadas a psicoterapia de grupo, existem vários estudos recentes que reforçam o impacto positivo dessa prática terapêutica nos diversos perfis de comunidades. Diante disso, a iniciativa em conduzir a TCI, terapia comunitária integrativa com pessoas em situação de dependência química em tratamento visa oferecer espaço de escuta qualificada que permita o manejo de conflitos, sofrimentos e emoções obtido por uso de drogas psicoativas. Essa modalidade de tratamento terapêutico apresenta grande relevância em seu uso no campo da saúde mental, no que diz respeito a problemas relacionados ao uso de drogas psicoativas. Os estudos apontam um impacto positivo dessa prática em diversos perfis de grupos, associando sua eficácia à interação entre os participantes em conjunto ao tratamento, dividindo-os seus conflitos e suas dificuldades, permitindo ao participante sua evolução dentro do tratamento terapêutico, (LEMES2020).

Na psicoterapia de grupo, os participantes indicaram os seguintes benefícios: 1. Obtenção de insight, aprendizado e compreensão sobre algo novo a respeito de si próprio, possibilidade de ver as coisas por um novo ponto de vista e realizar mudanças intrapessoais e interpessoais; 2. Visão realista do terapeuta como uma pessoa real e humana, que também tem falhas como qualquer outro ser e reconhecimento de que ele não possui todas as respostas; 3. Sensação de universalidade, de que não se é o único a vivenciar dificuldade, contribuindo assim conseqüentemente, para aceitar melhor sua condição; 4. Emprego do terapeuta como modelo: tendo exposto seus pensamentos, emoções, atitudes, opiniões ou história pessoal, serve de exemplo de como ser mais aberto e honesto na terapia e realizar mudanças positivas. Entretanto, convém considerar que, na psicoterapia de grupo, esses benefícios são obtidos entre os participantes, tornando-se desnecessário, portanto, a adoção de tal procedimento pelo terapeuta. A tarefa de auto-revelação pertence, dessa forma, aos pacientes! A terapia não é local para o terapeuta expor sua experiência pessoal ou filosofia de vida. O foco deve estar fixado nos pacientes, abrindo um espaço para que possam realizar a sua análise. Para completar, pesquisas indicam que a auto-revelação do terapeuta não é considerada estratégia terapêutica eficaz. Por outro lado, o terapeuta poderá revelar o que se refere ao processo do tratamento, realizando intervenções, (BECHELLI,2005).

Visto o público em questão que são os dependentes químicos, devemos avaliar a dificuldade deste público em pertencer, fazer parte novamente, devido a serem isolados e até mesmo se excluir, trazendo com si o sentimento de medo, incapacidade, descrentes de si

próprio. O grupo possibilita a reconstrução deste indivíduo, permitindo seu construto de forma ampla abarcando o social, familiar, e íntima, íntima no formato de se reconhecer, buscar dentro de si sua melhor versão. Segundo Yalom (2005) Na terapia de grupo, especialmente nos primeiros estágios, a invalidação dos sentimentos de singularidade de um paciente é uma poderosa fonte de alívio. Após ouvir outros membros revelarem preocupações semelhantes às suas, os pacientes relatam sentir-se mais em contato com o mundo e descrevem o processo como uma experiência “bem-vinda para a raça humana”. Colocado de forma simples, o fenômeno encontra expressão no clichê “estamos todos no mesmo barco” – ou talvez, de forma mais cética, “a miséria adora companhia”.

A psicoterapia de grupo é uma forma eficaz de tratamento para muitos transtornos mentais. Segundo Yalom(2005), a psicoterapia de grupo pode fornecer um ambiente seguro e solidário para os pacientes compartilharem suas experiências e se conectarem uns com os outros. Através dessa conexão, os pacientes podem sentir-se menos isolados e mais compreendidos pelos outros. Conseqüentemente, isso pode ajudá-los a superar sentimentos de alienação e a desenvolver relacionamentos mais saudáveis com outras pessoas.

Outro benefício importante da psicoterapia de grupo é que ela pode ajudar os pacientes a desenvolver habilidades de coping e a lidar melhor com situações estressantes. De acordo com Yalom,(2005), o grupo terapêutico pode oferecer uma oportunidade para que os pacientes compartilhem estratégias de enfrentamento e aprendam com as experiências uns dos outros. Além disso, ele enfatiza que a psicoterapia de grupo pode ajudar os pacientes a desenvolver uma maior capacidade de resiliência e adaptação.

A psicoterapia de grupo também pode ser uma alternativa mais acessível e econômica para muitos pacientes. Como observado por (RIBEIRO,2017), a terapia de grupo pode ser mais acessível do que a terapia individual para muitas pessoas, pois é menos dispendiosa e pode permitir que mais pessoas sejam atendidas. Isso é particularmente importante em um contexto em que muitas pessoas não têm acesso a serviços de saúde mental de qualidade.

Outro benefício importante da psicoterapia de grupo é que ela pode ajudar a reduzir a estigmatização associada aos transtornos mentais. De acordo com (YALOM,2005), ao participar de um grupo terapêutico, os pacientes podem sentir-se menos isolados e mais compreendidos pelos outros, o que pode ajudá-los a superar o estigma e a discriminação associados aos transtornos mentais. Isso é particularmente importante em um contexto em que o estigma pode impedir muitas pessoas de procurar ajuda para seus problemas de saúde mental.

Em suma, a psicoterapia de grupo oferece uma variedade de benefícios para os pacientes que procuram ajuda para problemas de saúde mental. Conforme mencionado por Yalom,(2005) e Ribeiro,(2017), a psicoterapia de grupo pode promover mudanças significativas na vida dos pacientes, ajudá-los a desenvolver habilidades interpessoais mais saudáveis, reduzir o estigma associado aos transtornos mentais e ajudá-los a desenvolver habilidades de controle a lidar melhor com situações estressantes. Como tal, a psicoterapia de grupo deve ser considerada uma opção importante e valiosa na prática clínica.

Além dos benefícios já mencionados, a psicoterapia de grupo também pode ser um espaço de aprendizado e desenvolvimento pessoal. De acordo com Yalom (2005), os pacientes podem se beneficiar do feedback e da perspectiva dos outros membros do grupo. Eles podem aprender a ver suas questões pessoais de diferentes ângulos e a desenvolver novas formas de pensar e agir. Isso pode ser particularmente útil em transtornos mentais que afetam a percepção e a cognição dos pacientes, como a depressão e o transtorno bipolar.

Assim sendo, a psicoterapia de grupo pode ser uma alternativa acessível e econômica à terapia individual. De acordo com a APA (American Psychological Association), a terapia de grupo pode ser tão eficaz quanto a terapia individual em muitos casos, além de ter um custo mais baixo e permitir que mais pacientes sejam atendidos. Além disso, a psicoterapia de grupo oferece um espaço seguro de aprendizado e desenvolvimento pessoal, permitindo que os pacientes promovam mudanças significativas em suas vidas.

2240

Dessa forma, a psicoterapia de grupo é uma abordagem terapêutica valiosa que oferece uma ampla gama de benefícios aos pacientes. Através da conexão e do apoio do grupo, os pacientes podem desenvolver habilidades interpessoais saudáveis, aprender a lidar com situações estressantes, reduzir o estigma associado aos transtornos mentais e promover mudanças significativas em suas vidas. A psicoterapia de grupo pode ser uma alternativa acessível e econômica à terapia individual, além de oferecer um espaço seguro de aprendizado e desenvolvimento pessoal. Portanto, é importante que os profissionais de saúde mental considerem a psicoterapia de grupo como uma opção terapêutica eficaz para muitos transtornos mentais.

CONCLUSÃO

Conclui-se que esta abordagem de terapia de grupo apresenta diversos benefícios, tais como a promoção do bem-estar emocional, desenvolvimento de habilidades sociais e resolução de conflitos. Além disso, foi possível verificar que a psicoterapia de grupo é uma

abordagem eficaz e acessível, podendo ser utilizada em diferentes contextos e com diferentes grupos populacionais.

Durante o desenvolvimento deste trabalho, pude aprender muito sobre a psicoterapia de grupo e sua aplicabilidade em diferentes contextos. Foi possível compreender a importância do trabalho em grupo para o desenvolvimento emocional e social dos participantes, bem como os principais desafios enfrentados pelos terapeutas na condução de sessões de grupo. Ademais, foi possível aprimorar minha capacidade de pesquisa e análise crítica de literatura científica.

Entre as principais considerações encontradas neste trabalho, destaca-se a importância de se considerar os fatores individuais dos participantes de um grupo, bem como a adequação da abordagem terapêutica ao contexto em que é aplicada. Além disso, foi possível constatar a necessidade de se realizar mais pesquisas para aprimorar a eficácia e efetividade da psicoterapia de grupo.

Cabe ressaltar que este trabalho apresenta algumas limitações, como a análise restrita a um número limitado de estudos e a predominância de estudos realizados em países desenvolvidos. Ademais, a abordagem escolhida para a análise dos estudos pode ter limitado a compreensão de alguns aspectos importantes da psicoterapia de grupo. Contudo, acredita-se que os resultados apresentados neste trabalho contribuem para a compreensão dos benefícios e desafios da psicoterapia de grupo, bem como para aprimorar sua aplicação em diferentes contextos.

Por fim, destaca-se a importância da liberdade de escrita para a expressão de ideias e reflexões críticas sobre um tema tão relevante para a psicologia clínica. Espera-se que este trabalho contribua para o aprimoramento da prática clínica em psicoterapia de grupo, bem como para estimular novas pesquisas sobre este tema tão importante.

Por fim, destaca-se a importância da liberdade de escrita para a expressão de ideias e reflexões críticas sobre um tema tão relevante para a psicologia clínica. Espera-se que este trabalho contribua para o aprimoramento da prática clínica em psicoterapia de grupo, bem como para estimular novas pesquisas sobre este tema tão importante.

REFERÊNCIAS

**A CO-DEPENDÊNCIA DOS FAMILIARES DO DEPENDENTE QUÍMICO:
revisão da literatura.**

<https://www.unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/revistafafibeonline/sumario/21/2112012211234.pdf>.

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. (2017). Understanding Group Therapy. Recuperado de <https://www.apa.org/topics/group-therapy> **Aspectos técnicos da psicoterapia de grupo** **Technical aspects of group psychotherapy**.

Barlow, D. H. (2008). **Manual Clínico dos Transtornos Psicológicos: Tratamento passo a passo** (4ª ed.). Artmed Editora.

BEHELLI LPC, Santos MA. **O terapeuta na psicoterapia de grupo**. Rev Latino-am Enfermagem 2005 março-abril; 13(2):249-54 [v13n2a18 \(scielo.br\)](https://doi.org/10.1590/S0104-11692004000200014).

BRASIL. Lei Nº 11.343, de 23 de Agosto de 2006. **Diário Oficial da União**, de 24 de Agosto de 2006 (2006).

Bernardo Blay Neto **APE-2019-0122-portugues-AO.indd (scielo.br)** **Artigo de Revisão • Rev. Latino-Am. Enfermagem** 12 (2) • Abr 2004 • <https://doi.org/10.1590/S0104-11692004000200014> COPIAR.

Burlingame, G. M., Strauss, B. e Joyce, A. S. (2013). **Mecanismos de mudança e eficácia de tratamentos em grupos pequenos**. In M. J. Lambert (Ed.), Manual de Psicoterapia e Mudança de Comportamento de Bergin e Garfield (6ª ed., pp. 640-689). Artmed Editora.

BRASIL. Lei Nº 11.343, de 23 de Agosto de 2006. **Diário Oficial da União**, de 24 de Agosto de 2006 (2006).

2242

Esper, P., & Figueira, I. (2014). **Psicoterapia em grupo: um estudo de caso com adolescentes em um hospital universitário**. Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, 10(2), 106-114.

Horowitz, M. J. (1984). **Síndromes de resposta ao estresse: uma revisão dos transtornos pós-traumáticos e de adaptação**. Hospital and Community Psychiatry, 35 (3), 241-249.

Luborsky, L., Singer, B. e Luborsky, L. (1975). **Estudos comparativos de psicoterapias: é verdade que "todos ganharam e todos devem ter prêmios"?** Archives of General Psychiatry, 32 (8), 995-1008. **Lemes AG, Rocha EM, Nascimento VF, Volpato RJ, Almeida MA, Franco SE, et al. Benefícios da terapia comunitária integrativa revelados por usuários de substâncias psicoativas. Acta Paul Enferm. 2020;33:e-APE201901 beneficios da terapia 2.pdf**

Lemes AG, Rocha EM, Nascimento VF, Volpato RJ, Almeida MA, Franco SE, et al. Benefícios da terapia comunitária integrativa revelados por usuários de substâncias psicoativas. Acta Paul Enferm. 2020;33:e-APE201901 beneficios da terapia 2.pdf

McRoberts, C., Burlingame, G. M. e Hoag, M. J. (1998). **Eficácia comparativa da psicoterapia individual e em grupo: uma perspectiva meta-analítica**. Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 2 (2), 101-117.

Organização Mundial da Saúde (2001). Transtornos devido ao uso de substâncias. Em Organização Pan-Americana da Saúde & Organização Mundial da Saúde (Orgs.). **Relatório sobre a saúde no mundo. Saúde Mental: nova concepção, nova esperança** (pp.

PRATTA, E.M. M.; SANTOS. M.A. **O processo saúde-doença e a dependência química: interfaces e evolução.** Psicologia: teoria e pesquisa, v.25, n.2, p.p 203-211, abril-jun, 2009.

Pratta,E.M.M: Psic.: Teor. e Pesq. 25 (2) • Jun 2009 • <https://doi.org/10.1590/S0102-37722009000200008> Elisângela Maria Machado Pratta Universidade Camilo Castelo Branco Manoel Antonio dos Santos Universidade de São Paulo.

Psicologia: Teoria e Pesquisa Abr-Jun 2009, Vol. 25 n. 2, pp. 203-211.

REVISTA FAFIBE ONLINE. Psicologia da saúde. Estudos(Campinas),V.31,n.3, Set 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-166X2014000300009>. Acesso em: 05/06/2023.

Yalom, Irvin D. Psicoterapia de grupo : teoria e prática [recurso eletrônico] / Irvin D. Yalom, ModynLeszcz ; tradução Ronaldo Cataldo Costa. – Dados eletrônicos. – Porto Alegre : Artmed, 2007. Editado também como livro impresso em 2006. ISBN 978-85-363-1279-8.

Obraoriginalmentepublicada sob o título**The theory and practice of group psychotherapy, 5. edition** (Basic Books) © 2005 by Irvin Yalom and ModynLeszczLivro-Psicoterapia-de-Grupo (1).pdf.

Yalom, I. D. (2005). **Psicoterapia de grupo: teoria e prática.** Artmed Editora..

Yalom, I. D. (1995). **Teoria e Prática da Psicoterapia de Grupo (4ª ed.).** Artmed Editora.