

A POTÊNCIA DO GRUPO TERAPÊUTICO PARA ADOLESCENTES E O PAPEL DO TERAPEUTA JUNGUIANO¹

Eduarda Souza de Moura² , Maria do Desterro de Figueiredo³ 

FAE Centro Universitário, Curitiba, Paraná, Brasil

Resumo: O presente artigo tem por objetivo abordar a prática da psicoterapia de grupo analítica com adolescentes, em que o grupo terapêutico é compreendido a partir do conceito de campo interativo, de Nathan Schwartz-Salant, espaço que possibilita que o surgimento de forma criativa e segura de imagens contraditórias, processos de identificação e separação, ritos de passagem e imagens de morte comuns à adolescência, sejam expressos de forma simbólica e sejam reintegrados e ressignificados. O terapeuta junguiano tem papel fundamental nesse processo, e é pensado a partir do arquétipo do médico ferido, como quem está em constante transformação, com uma postura dialética, ativa e participativa no grupo, favorecendo o vínculo e a construção desse campo interativo. Por fim, o artigo contará com sugestões de práticas e recursos a serem utilizados na psicoterapia grupal junguiana com adolescentes, como argila, *Sandplay*, música, entre outros, bem como sugestões práticas sobre o enquadre e configurações grupais possíveis. Como conclusões, aponta-se a necessidade de publicações sobre grupos terapêuticos na psicologia analítica, reforça-se a potência do trabalho com adolescentes, bem como a força da psicologia analítica e da postura do terapeuta junguiano em um processo psicoterapêutico grupal, incluindo a valia do uso de recursos expressivos, os quais favorecem o vínculo, a transformação e a individuação.

Palavras-chave: adolescência, psicoterapia de grupo, psicologia analítica, transferência psicoterapêutica

THE POWER OF GROUP THERAPY FOR ADOLESCENTS AND THE ROLE OF THE JUNGIAN THERAPIST

Abstract: This article aims to address the practice of analytical group psychotherapy with adolescents. The therapeutic group is understood through Nathan Schwartz-Salant's concept of an interactive field, a space that allows the creative and safe emergence of contradictory images, processes of identification and separation, rites of passage, and images of death common to adolescence, to be expressed symbolically, reintegrated and reinterpreted. The Jungian therapist has a fundamental role in this process, conceived from the archetype of the wounded physician, as someone in constant transformation, with a dialectical, active, and participatory stance within the group, fostering bonding and the construction of this interactive field. Finally, the article will offer suggestions for practices and resources to be used in Jungian group psychotherapy with adolescents, such as clay, sandplay, music, among others, as well as practical suggestions regarding the framework and possible group configurations. In conclusion, the need for publications on therapeutic groups in analytical psychology is highlighted, reinforcing the power of working with adolescents, as well as the strength of analytical psychology and the stance of the Jungian therapist in a group psychotherapeutic process, including the value of using expressive resources which favor bonding, transformation and individuation.

Keywords: adolescence, group psychotherapy, analytical psychology, psychotherapeutic transference

¹ A avaliação e a revisão dos artigos que compõem o presente dossiê da Revista PsicoFAE, intitulado "*Corpo, sintoma e sentido: transtornos alimentares, obesidade e psicossomática à luz da Psicologia Analítica — 10 anos do Projeto Latos*", são de exclusiva responsabilidade do comitê de pareceristas a ele associado, sob a coordenação da Dr^a Maria do Desterro de Figueiredo.

² Psicóloga Clínica CRP 08/39138. Pós-Graduada em Avaliação Psicológica pela FAE Business School. *Email:* eduardasouzademoura@gmail.com.

³ Psicóloga Clínica CRP 08/8204-7. Orientadora da Pesquisa, professora da FAE Centro Universitário. Doutora pelo Programa de Medicina Interna e Ciências da Saúde do Hospital de Clínicas/UFPR. *Email:* mariadisterro@gmail.com.

Introdução

“Mas algo tem origem na adolescência que a distingue como experiência única, e é essa singularidade que quero destacar, explorando a fenomenologia do espírito adolescente revelada na intimidade da psicoterapia” (Frankel, 2021, p. 67).

A Psicologia Analítica é uma abordagem psicodinâmica, fundada por Carl Gustav Jung, a qual propõe conceitos importantes para pensar a psique humana, reforçando seu caráter energético e simbólico. Além de considerar a esfera do inconsciente individual, há também o inconsciente coletivo, o qual carrega imagens arquetípicas de caráter universal, expressas na mitologia, na arte, na cultura, entre outros. Já na esfera individual, este conteúdo aparece como símbolos ou imagens, ou seja, por meio da mediação do ego ou da consciência, e o inconsciente, de forma simbólica, a psique se expressa nos sonhos noturnos, expressões artísticas pessoais, sintomas, etc (Jung, 2014a).

Sobre o desenvolvimento psicológico infantil, há diferentes leituras, em especial a escola clássica e a desenvolvimentista, a primeira tem como autor principal Erich Neumann e a segunda, Michael Fordham. Contudo, há também autores contemporâneos a estes e pós-junguianos, como James Hillman e Richard Frankel os quais serão relevantes para entender a adolescência. Em Jung, não há muitos escritos específicos sobre esta fase do desenvolvimento, mas ao longo de suas obras ele explora características dessa fase, em que serão considerados especialmente os conceitos de individuação e a função autorreguladora da psique.

A partir de Jung (2015), podemos considerar a fase da adolescência e sua estreita relação com o processo de individuação - o qual ocorre desde o nascimento, mas se intensifica na adolescência. A individuação refere-se ao processo de se diferenciar, de tornar-se a si mesmo, visando o desenvolvimento da personalidade individual; caracteriza-se também pela separação e tentativa de diferenciação das figuras parentais. Individuar-se não é se isolar do mundo, mas possibilita o relacionamento com o coletivo de forma positiva, mais intensa e geral.

Frankel (2021) traz outras contribuições importantes, como o olhar ao caráter ambíguo

da adolescência, período marcado por inúmeras “mudanças físicas que evocam sentimentos de desintegração e fragmentação” (Frankel, 2021, p. 98), também com presença intensa de imagens de vida e morte, além da importância de considerar os ritos de passagem e de autoiniciação, principalmente diante de uma cultura que por vezes não marca nem possibilita a expressão da tensão desses opostos característicos da adolescência, “tudo ou nada”, “muita energia e inércia”, “socialização, identificação e isolamento” e do idealismo adolescente. Frankel vai trazer:

Imagens, sentimentos e experiências de separação, desintegração e estase são uma parte importante das cerimônias de iniciação em sociedades tradicionais. Lifton resume a sequência característica desses ritos da seguinte forma: separação da comunidade, transformação (geralmente física e também psicológica) e retorno à comunidade em um novo papel. Esses três equivalentes da morte (separação, desintegração e estase) sempre têm um papel proeminente, ainda que os detalhes específicos de cada cerimônia variem de uma cultura para outra (2021, p. 87).

Na ausência de ritos de passagem socialmente reconhecidos, muitos adolescentes buscam pseudoiniciações, experiências limite, como abuso de substâncias, desafios online, sexo desprotegido, autoagressão, direção temerária, dentre outros, como tentativas de atravessar um umbral psíquico e dar forma às tensões arquetípicas de vida/morte e dependência/autonomia (Frankel, 2021). Na clínica de grupo junguiana, o manejo consiste em instituir um vaso, um campo interativo, que sustente a excitação iniciática e possibilite a função transcendente, canalizando essa energia de modo seguro e transformador (Schwartz-Salant, 1998).

Diante desse cenário, onde entra a psicologia? Qual o papel do terapeuta junguiano, dos pais, educadores e familiares? Uma reflexão relevante que Frankel (2021) traz é sobre a necessidade de sustentar as contradições e confrontos do adolescente, lembrando que presenciar essa fase pode remeter ao próprio momento crítico vivido em sua adolescência. E não apenas como ocorre na sociedade contemporânea, em que em resposta à dor e ao sofrimento, buscam-se soluções instantâneas

com tratamentos médicos, medicalização, entre outras ações, não desconsiderando o fato de que em alguns casos de fato essas ações sejam necessárias.

Considerar-se-á aqui, então, a psicoterapia de grupo como um espaço essencial para essa fase grupal, em que se possibilite o surgimento, de forma criativa e segura das imagens contraditórias da adolescência, em que a identificação e a separação possam aparecer, em que os ritos de passagem e imagens de morte se expressem de forma simbólica e sejam reintegradas e ressignificadas. Para tal, será considerado o grupo a partir do conceito de campo interativo (Schwartz-Salant, 1998), um lugar de interação, esse terceiro campo que é formado pela interação de psiques plurais, possibilitando a expressão de imagens inconscientes e a transformação. O terapeuta junguiano tem papel relevante nesse contexto como participante ativo que sustenta as contradições que surgem no grupo, assim, pode-se pensar no arquétipo do médico ferido, de quem já passou por essa fase de transformação e se faz presente no movimento dialético da prática da terapia.

Por fim, o artigo contará com sugestões de práticas e recursos a serem utilizados na prática da psicoterapia grupal junguiana com adolescentes a partir da experiência prática das autoras.

Metodologia

O presente artigo refere-se a uma pesquisa qualitativa pautada no Paradigma Junguiano, de Eloisa Penna (2005), cujo método é compreensivo-interpretativo dos fenômenos, buscando seus significados e finalidades. Considera-se o autoconhecimento e o conhecimento como indissociáveis e condicionados pela psique do pesquisador, pois a construção do conhecimento é um processo de ampliação da consciência, nomeado por Jung como individuação. Isto é, essa metodologia se fundamenta em uma perspectiva epistemológica em que o conhecimento se dará a partir de processos dinâmicos que fluem dialeticamente, em que tanto a objetividade quanto a subjetividade são consideradas, exigindo uma postura crítica e ética do pesquisador e uma condução contextualizada da pesquisa.

Na perspectiva junguiana, a noção de totalidade psíquica - unidade e diversidade -

constitui-se como pilar e o ser humano é considerado de forma eco-biopsicossocial, incluindo inconsciente e consciência, compreendendo o homem como microcosmo no macrocosmo, considerando também o inconsciente e a consciência coletiva. Quanto à noção de realidade psíquica, o mundo e o ser humano são considerados a partir da sua qualidade simbólica, visto que o inconsciente não é passível de observação direta e se manifesta de forma simbólica arquetípica, mediada pela consciência (Penna, 2005).

Diante do exposto, a presente pesquisa nasceu do interesse pessoal da pesquisadora, devido à atuação clínica com adolescentes e pela condução do grupo terapêutico denominado "Core"⁴, voltado a meninas, de 12 a 17 anos de idade, com questões alimentares e demandas corporais, conduzido por 2 semestres, em 2022, quando ainda era aluna da graduação de psicologia e integrante do Laboratório de Pesquisa em Transtornos Alimentares, Obesidade e Saúde Mental (LATOS), na FAE Centro Universitário, em Curitiba, sob supervisão da segunda autora à época.

Nesta prática, houve a necessidade de elaboração de um protocolo, de levantamento e criação de recursos expressivos terapêuticos e de sua aplicação para adolescentes, com base na Psicologia Analítica. Devido à pouca bibliografia e à percepção da potência do grupo terapêutico nesta fase de desenvolvimento, bem como da importância de uma postura dialética e ativa do terapeuta junguiano, serão abordados neste artigo aspectos da adolescência, de grupos terapêuticos com sugestões de recursos e da postura do terapeuta junguiano.

Ressalta-se que, para maior fidelidade à leitura de Carl Jung, foi utilizada a sigla § (parágrafo) para referenciar exatamente onde se encontra o texto nas obras do autor.

Adolescência e individuação

A juventude está além de si mesma porque é capaz de sentir um chamado e tem o impulso de responder a ele de forma vital e profunda e, ainda assim, nesse processo, superestimar os próprios recursos. Os adolescentes têm

⁴ Deusa da Mitologia Grega

uma capacidade impressionante de imaginar seu caminho no mundo, conjurando insights profundos sobre o sentido da vida. O que lhes falta são a experiência e as habilidades para colocar em prática o que parece tão vivo no plano ideacional (Frankel, 2021, p. 63).

Um dos objetivos deste artigo é contribuir no pensar da adolescência como potência, considerando suas contradições e como uma fase de desenvolvimento, reconhecimento e potencialidades. Jung (2014c) traz a individuação como o processo de tornar-se a si mesmo, como ser singular e único. Ele diferencia o conceito de individuação do conceito de individualismo, pois a individuação visa uma melhor realização e completude no exercer coletivo no ser humano, sem desconsiderar as especificidades individuais. Vale lembrar também que,

Na psique coletiva se abrigam todas as virtudes específicas e todos os vícios da humanidade e todas as outras coisas [...]. Tanto as virtudes como as maldades imaginárias são pares de opostos de ordem moral, contidos na psique coletiva [...]. A contradição só aparece quando começa o desenvolvimento pessoal da psique e quando a razão descobre a natureza irreconciliável dos opostos. A consequência desta descoberta é o conflito da repressão. Queremos ser bons e, portanto, devemos reprimir o mal; e com isto, o paraíso da psique coletiva chega ao fim. A repressão da psique coletiva foi uma condição necessária para o desenvolvimento da personalidade (Jung, 2014c, p. 37-38, §237).

Isto é, para que haja desenvolvimento da personalidade, faz-se necessária a diferenciação do indivíduo da psique coletiva, sendo a meta da individuação ser capaz de abrir mão de uma identificação com a *persona*⁵ e do poder sugestivo

das imagens primordiais. Os processos interiores irrompem sutilmente na consciência, mas a personalidade não pode ser dissolvida na psique coletiva, pois caso isso ocorra, o indivíduo é aniquilado, e a repressão do desenvolvimento individual pode surgir como destrutivo e anárquico, visto que o poder do coletivo é imenso e há grande força dos aspectos morais e culturais no desenvolvimento da personalidade individual (Jung, 2014c).

Sobre o desenvolvimento na adolescência, Jung traz:

O adolescente está destinado para o mundo, e não para continuar a ser sempre apenas filho de seus pais. Lamentavelmente há muitíssimos pais que persistem em considerar os filhos sempre como crianças, porque eles próprios não querem nem envelhecer, nem renunciar à autoridade e ao poder de pais. Agindo deste modo, exercem sobre os filhos influência altamente desastrosa por tirar-lhes todas as ocasiões de assumirem responsabilidade individual. Este método prejudicial ou produz pessoas sem independência própria ou indivíduos que forcem a conquista da própria independência por caminhos escusos (2014b, p. 82, § 107a).

Na mesma linha Frankel aponta:

A capacidade de suportar a perda da família, da infância e da inocência em relação ao mundo é uma das principais tarefas da adolescência, exacerbada para aqueles adolescentes que, por motivos econômicos e sociais, entram em contato com sistemas que são notórios por repetir o abuso e o abandono vivenciados na família (lares temporários, comunidades terapêuticas, instituições para jovens infratores). Em resposta à dor e ao sofrimento, nossa cultura muitas vezes busca uma solução instantânea, o que resulta na tendência a abordar a perda e a depressão com tratamentos médicos (avaliação e medicação psiquiátrica), em vez de um olhar terapêutico, em que aprender a suportar a dor e o sofrimento da perda é necessário para o desenvolvimento” (Frankel, 2021, p. 83).

⁵ “Ao analisarmos a *persona*, dissolvemos a máscara e descobrimos que, aparentando ser individual, ela é no fundo coletiva; em outras palavras, a *persona* não passa de uma máscara da psique coletiva. No fundo, nada tem de real; ela representa um compromisso entre o indivíduo e a sociedade, acerca daquilo que “alguém parece ser: nome, título, ocupação, isto ou aquilo” (Jung, 2014c, p. 46, § 246).

Uma característica importante a lembrar é que “a separação e a conexão formam dois lados da mesma moeda, e a adolescência está repleta de imagens que englobam ambas” (Frankel, 2021, p. 92). Desta forma, pode-se compreender a adolescência como uma fase do desenvolvimento que se caracteriza por se diferenciar, reconhecer os próprios potenciais e a própria identidade, e para tal, terá de passar pela experiência ambígua de conexão-desconexão; o fervor e a turbulência das relações; tolerar seus estados de incompletude e indefinição; as mudanças corporais e psicológicas; e a aproximação-separação. Também é válido entender que é comum aparecerem imagens de vida e morte, pois é um processo de morte simbólica da infância para o nascimento do eu adulto, sendo uma fase que será marcada por ritos de passagem. Os ritos de passagem não desapareceram, mesmo que a cultura ocidental, com frequência, não apresente ritos como os povos primitivos e outras culturas, só assumiram novos disfarces e formas de expressão (Frankel, 2021).

De acordo com Frankel (2021), atualmente, os jovens, no seu empenho para alcançar a vida adulta, fazem-no de forma bastante perigosa, seja participando de seitas religiosas, abusando de álcool e outras substâncias, colocando-se em risco nas práticas sexuais desprotegidas, fugindo de casa, por comportamentos autolesivos e até tentativas de suicídio. Ritos autodestrutivos podem levar às portas da iniciação, mas sem a estrutura adequada, o adolescente não conseguirá atravessá-la, favorecendo a repetição do comportamento “como uma tentativa fracassada de iniciação, que gera o anseio por uma libertação que nunca se manifesta efetivamente” (Frankel, 2021, p. 80).

Campo interativo e o desenvolvimento de psiques plurais no grupo terapêutico

“A notável transformação do funcionamento psicológico quando um indivíduo encontra um grupo que o acolhe e apoia demonstra a necessidade da vida em grupo como parte central da formação da identidade na adolescência” (Frankel, 2021, p. 96).

O processo analítico reflete a interação da subjetividade do analista, do paciente e do terceiro analítico ou “campo interativo”, que trata da criação do

analista e do paciente e, concomitantemente, ambos são criados pelo terceiro analítico. Sendo assim, esse terceiro analítico é experimentado por ambos, a partir do seu próprio sistema de personalidade, história pessoal e constituição psicossomática, ou seja, mesmo que esse terceiro campo seja criado em conjunto, ele não é idêntico para cada integrante. Esse campo interativo é gerado no contexto do ambiente analítico, portanto é assimétrico, sendo definido pelos papéis de relacionamento do terapeuta e do paciente, favorecendo a experiência inconsciente do analisando, pois é sua experiência do passado e do presente sendo tomada pelo par analítico. O processo nesse campo afeta tanto o terapeuta quanto o paciente (Schwartz-Salant, 1998). Dessa forma:

Assim, duas pessoas podem tomar consciência de como seus processos individuais participam e são afetados pela objetividade do inconsciente coletivo. Nessa concepção combinada de campo, as aquisições pessoais, históricas, que são o foco das relações objetivas, se misturam a um substrato objetivo, que Jung chamou de inconsciente coletivo. O substrato objetivo do inconsciente coletivo tem uma dinâmica própria que se caracteriza por formas preexistentes de natureza universal e impessoal e que são separadas e independentes dos indivíduos. No entanto, a descoberta dessas dinâmicas só é possível experimentando-as por meio das subjetividades individuais e combinadas de ambas as pessoas. A experiência dessa percepção é em si profundamente curadora. Refiro-me a essa noção de campo - uma compreensão que inclui ativamente as dimensões subjetivas e objetivas - como o ‘campo interativo’. O campo interativo está “entre” o campo do inconsciente coletivo e o reino da subjetividade, ao mesmo tempo que cruza os dois (Schwartz-Salant, 1998, p. 53).

Com base nos pressupostos da alquimia e a partir do seu simbolismo, estabelece-se esse campo interativo como a representação de transformações de energia psíquica no campo. O primeiro momento é caracterizado pelo caos da alquimia e na sessão analítica é vivenciada como o processo de abertura da sessão.

A segunda fase acontece quando se começa a fazer “sentido”, momento em que há a emergência do par de opostos, e que o terapeuta vivencia pensamentos, emoções e sensações corporais com estado mental por vezes semelhante ou oposto do paciente, resultando em uma identificação projetiva ou oposta, podendo haver manifestações de ansiedade como reação de contratransferência (Schwartz-Salant, 1998).

Na terceira fase, o campo, o mesmo sentimento de ansiedade, pode não ser refletido como do “analista” ou do “paciente”, mas como algo inserido imaginariamente nesse terceiro campo, quando se vivencia um “pico de adrenalina”, ou espiritualmente falando, a presença do divino. A quarta fase caracteriza-se pela unicidade desse campo, lugar que se torna “presença” para ambos, e paciente e terapeuta podem observar esse campo (Schwartz-Salant, 1998) e,

A intensidade continuada da concentração permite que alguma coisa mude no movimento oscilante do campo. Se o afeto dominante que está a definir o campo fosse ansiedade, uma pessoa sentiria como se estivesse dentro da ansiedade e, alternativamente, como se a ansiedade estivesse dentro de si. Tanto o analista, quanto o analisando, poderiam sentir esse efeito. Quando a noção espacial ou atmosférica muda, aquela parte da oscilação na qual ambas as pessoas se sentem “dentro” da ansiedade- isto é, a experiência de se sentir dentro da emoção ela mesma - torna-se um recipiente permeado por um senso de “Unicidade” (Schwartz-Salant, 1998, p. 118).

Schwartz-Salant (1998) ressalta que a assimetria do processo não deve ser esquecida, mas deve-se considerar que vivenciar a experiência da transferência nesse campo é mais importante que interpretá-la, o que favorece o encorajamento do paciente em experienciar a própria fusão dos seus desejos e receios. Isto é, “neste recipiente, o analisando pode começar a ver que existe um processo de união para além da morte através da fusão, que esse processo possui uma dimensão arquetípica, e que a experiência de seu *numinosum*

está muito relacionada à cura” (Schwartz-Salant, 1998, p. 119).

Todavia, há cuidados a serem considerados nesse campo interativo, pois este espaço cria um espectro amplo de estados, desde experiências eróticas a desejos de literalização da morte emocional e falta de conexão. A *coniunctio*⁶ que se forma entre psiques inconscientes pode ter características positivas ou negativas, deve-se atentar para que não haja fusão nesse campo, e o analista deve se preocupar em lidar com a *nigredo*, sejam os afetos da retirada, da ausência, da morte ou do vazio. Além disso, o terapeuta deve se atentar aos estados de transe, ou seja, possíveis constelações que surjam no campo (Schwartz-Salant, 1998).

A partir do conceito de campo interativo, pode-se pensar o grupo terapêutico como esse lugar, em que psiques plurais, com suas individualidades, no contexto terapêutico, criam esse terceiro campo, onde manifestações inconscientes e símbolos surgem, em que afetos são vivenciados, experiências são ressignificadas por meio de projeções, identificações e pela sustentação coletiva de aspectos sombrios, dores e traumas, pois o psicossoma está presente, não só a psique, mas o corpo é receptáculo do que surge nesse terceiro campo. Esse lugar pode funcionar como função transcendente, como potência e como um espaço seguro para ressignificações e para o processo de individuação e cura. No entanto, o terapeuta, além de participante ativo, também precisa estar atento ao caminho que o grupo percorre, de modo a favorecer a individuação e não a dissociação ou a dor emocional deliberada, ainda que o grupo seja plural, trata-se de psiques individuais, em diferentes fases de vida e organização psicológica.

O processo psicoterapêutico grupal adolescente e a postura do terapeuta junguiano

Na Psicologia Analítica, o grupo terapêutico pode ser compreendido como uma totalidade, denominada *self grupal*, ampliando o conceito junguiano de *self individual* (Freitas, 2005). Segundo

⁶ Termo alquímico que representa a junção dos opostos.

Testa & Serbena (2019), Jung tinha receios quanto à psicoterapia em grupo no que tange às possibilidades de regressão, devido à redução da consciência e da individualidade, visto que grupos poderiam propiciar a infantilização, perda da autonomia, contágio psíquico, entre outros. Entretanto, há de se considerar o contexto histórico de Jung, fim do século XIX e XX, marcado pelo crescimento de regimes totalitários.

Todavia, os grupos estão na base da constituição psíquica do ser humano, e a individualidade só pode existir se ocorrer primeiro na cultura, pois há uma relação dialética entre indivíduo e sociedade. Outro aspecto ressaltado na perspectiva analítica do grupo é seu aspecto feminino, com capacidade de promover uma experiência de segurança, proteção, nutrição e contenção (Testa & Serbena, 2019). Ainda, “o maior (grupo / inconsciente) contém o menor (indivíduo / ego), e, como Edinger coloca, o ego pode dissolver-se no inconsciente e ter sua individualidade ameaçada, mas também pode banhar-se com fins de renovação, em mútua transformação.” (Testa & Serbena, 2019, p. 69).

A partir dos conceitos percorridos, em que se entende que há possibilidade e potência no grupo terapêutico para o desenvolvimento individual da psique, resalta-se aspectos importantes para a terapia adolescente, que é o não patologizar a adolescência, e sim compreendê-la como fase vital do ciclo da vida, e entender em qual contexto social e cultural ocorre.

Choro, solidão, autopiedade, pensamentos de morte, isolamento e longos períodos soturnos de tristeza são parte integrante da experiência adolescente, e estarmos atentos à prevalência dessas emoções e encontrar formas de mobilizá-las terapêuticamente diminui nossa tendência a patologizar em excesso esses estados mentais (Frankel, 2021, p. 100).

Contudo, para tal, o terapeuta, com sua postura crítica, ética, dialética e ativa no grupo, deve ser capaz de sustentar os opostos, os extremos e acolher as imagens relacionadas à vida e à morte características dessa fase de desenvolvimento, pois “um aspecto importante da clínica com adolescentes

é aprender a trabalhar com essas imagens perturbadoras” (Frankel, 2021, p. 107). O autor também aponta:

Como psicoterapeuta de grupo, vejo adolescentes oscilarem entre a sensação de serem reduzidos a absolutamente nada em um momento e, logo em seguida, sentirem-se subitamente energizados e conectados. Esses sentimentos de desintegração são mais intensos nos primeiros minutos de uma sessão, quando a resistência a se acalmarem e conversar é mais alta. Uma cacofonia de associações tênues preenche os momentos de silêncio antes de chegarmos a um tópico: “Estou com fome”, “Isso é um saco”, “Que tédio”, “Eu preferia estar fazendo qualquer outra coisa em vez disso”. Essas afirmações angustiadas ecoam sentimentos de desintegração semelhantes a uma fragmentação do self. É contagioso estar tão perto deles. Como líder do grupo, o terapeuta deve suportar a tensão desse torvelinho contínuo de emoções, cuja origem não está em um membro específico, mas é um sofrimento de dimensão verdadeiramente coletiva. Após muitos anos coordenando grupos, percebi que o trabalho mais significativo se dava quando essa fragmentação alcançava o auge no início das sessões e eu era capaz de resistir aos sentimentos insuportáveis que provocava em mim e não me apressava em estabelecer uma estrutura (Frankel, 2021, p. 99).

Diante disso, pode-se pensar o terapeuta como curador-ferido, aquele que já passou por processos de desintegração,

O conceito do “curandeiro ferido”, capaz de curar através da própria dor, é ele mesmo paradoxal, mas eu o entendo como a noção de que, se não pudermos tolerar nosso próprio processo de desintegração – isto é, a sensação de desordem e perda que acompanha a mudança, não seremos capazes de suportá-lo em nossos clientes. Quando resistimos aos sentimentos de deslocamento e fragmentação do adolescente, podemos

compensar inconscientemente enfatizando ideais de integridade e ordem. Nesse sentido, negamos os paradoxos fundamentais que formam a base da psique adolescente e suprimimos prematuramente a possibilidade de que o adolescente encontre o próprio senso de ordem e integração que nasce dessas contradições (Frankel, 2021, p. 110).

Desta forma, sustentar um estado de incompletude e indefinição de forma a não forçar a criança ao amadurecimento prematuro, depositando sobre ela o fardo de responsabilidades adultas, é um desafio para a família, sociedade e terapeuta, necessitando suportar um estado limítrofe em uma cultura que rejeita a indeterminação, forçando o desenvolvimento infantil e em que o adolescente tenha a vida planejada, organizada e decidida no início do ensino médio ou da sua vida adulta (Frankel, 2021, p. 66).

Jung (2013) também convoca o terapeuta a olhar para sua própria ferida, pois cada tratamento representa um processo dialético individual, em que o terapeuta participa tanto quanto o paciente. Não há uma forma de impedir ilusões e projeções, mas se exige que o terapeuta tenha autocrítica, reconheça as próprias questões e entenda que o aprendizado nunca se esgota, ainda:

O que temos que aprender nunca se esgota, e jamais deveríamos esquecer que cada caso novo levanta novos problemas, e vai dar oportunidade para que se constelem pressupostos inconscientes que até então não tinham aflorado. Poderíamos dizer, sem grande exagero, que mais ou menos metade de cada tratamento em profundidade consiste no autoexame do médico, porque ele só consegue pôr em ordem no paciente aquilo que está resolvido dentro de si mesmo. Não é um engano quando se sente afetado e atingido pelo paciente: ele só vai curar na medida do seu próprio ferimento. Qual é o significado do mitologema grego do médico ferido, se não justamente isso? (Jung, 2013, p.159, §239).

Além disso, o terapeuta pode ver esse campo transferencial como um lugar

também transformador, deixando vir aspectos do arquétipo do *puer* e da criança (Jung, 2016), como aquele que aprende, que troca com os pares, que sente na pele do grupo a sua própria história, possibilitando a transformação de todo o grupo, implicando na mudança do terapeuta ferido, que deixa a criatividade e a jovialidade surgirem no encontro analítico. O arquétipo da criança tem um caráter divino, transformador, de potência pura, de unificação dos opostos, que deve ser resgatado no contato com o outro, especialmente em um grupo terapêutico.

Sugestões técnicas a partir da experiência grupal adolescente

Diante de toda a construção deste artigo, propõem-se sugestões práticas e técnicas de atuação em grupos terapêuticos para adolescentes.

Os grupos podem ter caráter aberto ou fechado, no que tange à adolescência, processos de identificação, formação de alianças entre membros do próprio grupo apontam para uma maior facilidade de engajamento e vínculo quando o grupo tem caráter fechado. Todavia, se for aberto, é uma oportunidade para trabalhar o acolhimento, a abertura e a iniciativa dos participantes, sendo papel do terapeuta facilitar a integração dos membros no grupo.

Sugere-se que haja um tempo de início e fim de acompanhamento, por exemplo, 1 semestre costuma ter uma média de 08 a 10 encontros e é importante que tenha duração maior que o atendimento individual, entre 1h30 e 2h, cada encontro.

É extremamente importante que haja uma entrevista clínica individual com os possíveis integrantes do grupo, para levantamento da demanda, identificação do perfil e aspectos de personalidade, bem como para verificar se há presença de intensa agressividade, sofrimento psicológico intenso ou risco de suicídio iminente, pois o grupo mobiliza afetos e é composto por psiques plurais, como já citado, causando tensões

e gerando angústias que precisam ser sustentadas, imagens e símbolos vêm à tona, sendo um lugar de transformação e de possibilidade de fortalecimento do ego. No entanto, também é necessário que haja uma estrutura mínima de contenção dos próprios conteúdos e de organização psicológica, para que não haja desorganização ou se cause angústias insuportáveis ao integrante do grupo.

Na Psicologia Analítica, não se trabalha com a noção de estrutura ou classificação psicológica, mas com a noção de energia psíquica e com a função autorreguladora da psique, todavia, unilateralidade, cisão psicológica, estados limítrofes, afetos desorganizados e sofrimento intenso podem estar presentes, para os quais o(s) terapeuta(s) deve(m) se atentar.

Ainda é preciso verificar se há necessidade de outros encaminhamentos antes ou concomitantemente à inserção no grupo, como acompanhamento psicoterapêutico também individual, encaminhamento psiquiátrico, entre outros recursos que se compreenda necessário.

Sugere-se que haja um limite de integrantes no grupo de aproximadamente 10 participantes, no máximo 12, devido à riqueza do conteúdo dessas psiques e da formação do terceiro campo, de forma que seja passível de facilitação pelo terapeuta, que deve atentar às tensões, aos desconfortos e aos movimentos psicológicos realizados pelo grupo. É um campo potente, de manifestações de afetos positivos e negativos, isto é, agressividade e questões inesperadas poderão e, provavelmente surgirão, demandando manejo do terapeuta. Lembrando que todo grupo precisa de combinados coletivos, que podem ser construídos em conjunto no primeiro encontro, respeito ao outro, comprometimento, sigilo, cuidado com o ambiente e recursos utilizados, entre outros.

É possível a condução do grupo terapêutico por um terapeuta apenas, mas sugere-se que seja realizado em dupla ou trio, a depender da quantidade de participantes, para que um seja ego auxiliar do outro e, em sintonia, o manejo seja favorecido e fortalecido.

Pode-se compreender o grupo terapêutico como um vaso alquímico, que demanda tempo para

formar-se, amadurecer e transformar-se, assim, o grupo terá características próprias e peculiares, sendo necessário respeitar os silêncios, a voz do outro ecoando e o sigilo.

A utilização de recursos expressivos na Psicologia Analítica é muito bem-vinda, especialmente considerando que o espírito adolescente tem ânsia por experiências e estados extremos, físicos, emocionais ou ideacionais. A imaginação adolescente é atraída e, especialmente alimentada, pela música, cinema, literatura e poesia. Em uma visão arquetípica, podemos considerar canções, poemas, danças e histórias e como apontam para padrões pré-existentes na psique adolescente, exigindo que sejam expressas ativamente (Frankel, 2021).

Jung (2014a) traz o instinto da reflexão e o da criatividade, segundo os quais “a criação é ao mesmo tempo destruição e construção” (2014a, p. 62, § 245). Ainda, “o inconsciente não é, por assim dizer, apenas um preconceito histórico gigantesco; é também a fonte dos instintos, visto que os arquétipos não são mais do que formas através das quais os instintos se expressam. Mas é também da fonte viva dos instintos que brota tudo o que é criativo” (Jung, 2014a, p. 112, § 339). Dessa forma, espera-se que esse processo de construção e destruição surja e flua no grupo, mas de forma criativa. Este instinto é essencial para o ritual de mudança.

Recursos que favoreçam o vínculo e acessem imagens inconscientes e coletivas são bem-vindos, por exemplo, trabalhar a escuta de uma música e explorar como ela lhes toca e o que chama atenção, bem como, poemas e histórias, possibilitando a discussão de quais imagens aparecem e como ressoam nos integrantes do grupo. Inclusive, são recomendados quando se trata de temas mais delicados, como morte e agressividade, pois possibilitam de forma leve e profunda o trabalho e a elaboração. Inclusive, próprias composições musicais, desenhos, escrita terapêutica dos adolescentes podem ser compartilhadas e utilizadas como recursos.

Na Psicologia Analítica, a psiquiatra Nise da Silveira é pioneira e referência no tratamento em saúde mental pela arteterapia. “Nise fazia das linguagens

plásticas, sonora, dramática, corporal e literária e com o envolvimento com as técnicas de desenho, pintura, modelagem, construção, sonorização, musicalização, dança, teatro e poesia, entre outros, o objetivo de facilitar o trabalho terapêutico individual e social” (Marques, 2017, p. 9).

Segundo Nise da Silveira, a arte pode diminuir a força dos conteúdos internos ameaçadores que formam um redemoinho perturbador na psiquê do paciente. Assim, nos diversos modos de expressão, o paciente pode dar forma aos fragmentos do seu drama interno e às emoções, além de despotencializar figuras internas perturbadoras (Filho, 2021, p. 70)

A utilização de argila também é bastante indicada, pois provoca um trabalho mais introspectivo, no momento da construção, evocando imagens individuais, sentimentos e emoções que podem ser partilhados com o grupo. A argila pode funcionar como recurso intermediário entre o terapeuta e os integrantes, como despotencialização da agressividade e como resgate da história pessoal e vivência interna (Filho, 2021).

Um outro recurso rico utilizado na Psicologia Analítica é o uso de miniaturas e a caixa de areia, denominada *Sandplay*⁷, pois “o analista precisa investir no desenvolvimento da sua capacidade imaginativa e precisa conquistar uma liberdade imaginativa para possibilitar o contato criativo do paciente com suas imagens inconscientes plasmadas na areia” (Gimenez, 2016, p. 27). “O analista precisa exercitar o “psiquiar” [...] que traz a ideia de gerar movimento psíquico, imaginar, movimentar águas psíquicas...” (Gimenez, 2016, p. 29).

“No *sandplay* ou quando pintamos, vivemos o exercício de colher a imagem acordados, indo de forma ativa em uma direção complementar ao sonho, em busca desse contato com a fonte, com o inconsciente. É uma busca para estabelecer essa ponte, essa função transcendente” (Gimenez, 2016, p. 30).

Em suma, os recursos expressivos funcionam como essa ponte de acesso ao inconsciente, barrando, em certa medida, a intervenção do ego e,

em um grupo terapêutico, outros participantes são tocados e imagens individuais são mobilizadas pelo campo interativo criado, principalmente quando se trata de adolescentes.

Por fim, o trabalho do terapeuta junguiano fundamenta-se no encontro e no afeto, sendo essa também uma das principais contribuições da Nise da Silveira: o afeto catalisador como transformador, considerando que o mais importante é o vínculo terapêutico e o contato humano de qualidade (Filho, 2021). Para além de preparo técnico, roteiro de sessões e outras atividades importantes, o que cura é o afeto e a relação terapêutica.

Considerações finais

Diante de toda a discussão realizada, pode-se compreender a adolescência como uma fase potente, cheia de emoções, sentimentos e mudanças, incluindo todos os opostos e imagens de morte e renascimento que surgem nessa fase. O objetivo é a individuação, em Jung, o processo de tornar-se a si mesmo, ou seja, diferenciar-se do todo.

É possível considerar a Psicologia Analítica e seus conceitos como uma base sólida para pensar o fazer do grupo psicoterapêutico, especialmente pelo entendimento dinâmico da psique, de sua função autorreguladora e por considerar aspectos conscientes e inconscientes, o coletivo e a cultura. Além da ideia de instinto de reflexão e o de criatividade, compreendidos como pertencentes a todos os humanos e de que a psique por si só é criativa, saber acolher essa criatividade e a agressividade que a acompanha, porque agressão também é movimento - quando há uma canalização segura, são papéis fundamentais do terapeuta junguiano.

A ideia de campo interativo de Schwartz-Salant (1998) também é uma contribuição rica, para pensar o lugar do grupo e do terapeuta, sendo esse terceiro campo, lugar onde a transformação acontece, em que imagens inconscientes irrompem, psiques plurais constituem esse campo em conjunto, local que não pertence nem ao terapeuta nem ao paciente, mas que se estabelece na relação dialética. O convite ao terapeuta para ser um integrante

⁷ Técnica criada por Dora Kalff.

da relação que também está em constante transformação é algo importante, é um lugar vivo, de sentir na pele, mas também de reconhecer os próprios limites e inquietações.

Na psicoterapia de grupo com adolescentes, pode-se ressaltar a importância dos grupos e a necessidade de o terapeuta sustentar esse lugar de indefinições e contradições característicos dessa fase de desenvolvimento e como esse trabalho pode favorecer o processo de individuação do adolescente.

Outro aspecto é a possibilidade da utilização de recursos expressivos e terapêuticos como função transcendente, que favorece a expressão simbólica, sem tanta resistência egóica, acessando conteúdos de forma profunda, possibilitando integração de opostos e transformações.

Por fim, aponta-se a pouca bibliografia sobre grupos terapêuticos na Psicologia Analítica e a necessidade de produção na área, pois como foi explorado, é um campo fértil e possível nessa abordagem psicológica.

Referências

- [Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade Federal do Paraná]. 27-36. Recuperado em 26 de setembro de 2025, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-08252016000200004&lng=pt&tlng=pt.
- Filho, S. L. A.. (2021). Do chão do pátio a um encontro possível: argila no tratamento de um paciente
- Frankel, R. (2021). *A psique adolescente: perspectivas junguianas e winnicottianas*. Petrópolis, RJ: g=pt&tlng=pt
- Gimenez, Patrícia Dias. (2016). Sandplay: conflito e criatividade plasmados na areia. *Junguiana*, 34(2), http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-08252021000200006&lng=pt
- Jung, C.G. (2013). *A prática da psicoterapia*. Obras Completas. (Vol. 16/1). Petrópolis, Vozes.
- Jung, C.G. (2014a). *A natureza da psique*. Obras Completas. (Vol. 8/2). Petrópolis, Vozes.
- Jung, C.G. (2014b). *O desenvolvimento da personalidade*. Obras Completas. (4a ed., Vol. 17).
- Jung, C.G. (2014c). *O eu e o inconsciente*. Obras Completas. (3a ed., Vol. 7/2). Petrópolis, Vozes.
- Jung, C.G. (2015). *Tipos psicológicos*. Obras Completas. (8a ed., Vol. 6). Petrópolis, Vozes.
- Jung, C.G. (2016). *Os arquétipos e o inconsciente coletivo*. Obras Completas. (Vol. 9/1). Petrópolis, Vozes.
- Marques, I. A. (2017). *Nise da Silveira: o pioneirismo na terapia com arte-educação no Brasil*. Nova York, Routledge.
- Penna, E. M. D. (2005). O paradigma junguiano no contexto da metodologia qualitativa de pesquisa. Petrópolis, Vozes. *Psicologia USP*, 16(3), 71–94. Recuperado de <https://doi.org/10.1590/S0103-65642005000200005> *Psicoter.(Online)*, 59-77. psiquiátrico. *Junguiana*, 39(2), 69-78. Recuperado em 26 de setembro de 2025, de Schwartz-Salant, N. (1998). *O mistério do relacionamento humano: Alquimia e transformação do Self*.

Testa, A. L., & Serbena, C. A. (2019). Psicoterapia de grupos e Psicologia Analítica. *Rev. Bras. Vozes*.