

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar
e II Feira de Empreendedorismo
da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021

O TRABALHO TERAPÊUTICO COM GRUPO DE GESTANTES

Sarah Beatriz Menezes dos Reis¹

Marília Gabriela Costa Rezende²

Wellita Machado de Paula³

Lidiane Ferreira da Silva⁴

Resumo: A gestação é um período que implica grandes mudanças físicas, psicológicas e sociais para a mulher e muitas vezes vem acompanhada de angústias, medos, anseios e dúvidas. A maternidade nem sempre é vivenciada do mesmo modo por todas as mulheres e para algumas pode ser uma tarefa árdua e que gera-lhe sofrimento. Dessa forma, o grupo terapêutico surge como uma importante ferramenta a ser utilizada durante esse período, trazendo benefícios para a mulher, amenizando seus conflitos internos e auxiliando no desenvolvimento saudável da mãe e do bebê. O grupo com gestantes é uma atividade terapêutica multidisciplinar muito usada no contexto hospitalar como uma ferramenta de aprendizagem compartilhada. Nesse contexto, o presente trabalho busca aprofundar a discussão sobre o tema apresentado, visando apresentar os motivos e as consequências das transformações da maternidade para a saúde mental da mulher, conceituar e descrever a terapia de grupos com gestantes e demonstrar a importância do mesmo por meio de uma revisão bibliográfica de análise qualitativa, utilizando textos que abordassem as transformações da maternidade e como isso afeta na realização dos grupos com gestantes.

Palavras-chave: Gestação. Grupo terapêutico. Maternidade.

INTRODUÇÃO

¹ Acadêmica do curso de Psicologia no Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES. Email:

² Acadêmica do curso de Psicologia no Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES. Email: mar_iliagab@hotmail.com.

³ Acadêmica do curso de Psicologia no Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES. Email: wellitamachado02@gmail.com

⁴ Docente do Centro Universitário de Mineiros - UNIFIMES. Email: lf@unifimes.edu.br

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar e II Feira de Empreendedorismo da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021



O grupo com gestantes é uma atividade terapêutica multidisciplinar muito usada no contexto hospitalar como uma ferramenta de aprendizagem compartilhada em que se cria um ambiente onde as mães podem falar sobre os problemas que as angustiam durante o puerpério. Nesse período, ela vivencia profundas transformações em seu corpo e em suas relações sociais que exigem uma rápida adaptação, podendo gerar ansiedade que se não for bem trabalhada pode acarretar prejuízos ao processo gestacional e à saúde psíquica da gestante.

No entanto, convém destacar que esse processo também é fortemente influenciado pela forma como a mulher compreende e vivencia a maternidade, o que é determinado pelas identificações maternas construídas em sua cultura e transmitida entre as diferentes gerações. Para entender melhor isso, é preciso retomar os conceitos de maternidade e gravidez, mostrando como eles perpassam a gestação. De modo geral a gestação provoca exacerbada sensibilidade, que juntamente com as expectativas sociais em relação ao papel da mãe, torna a mulher suscetível a desenvolver distúrbios emocionais ou um potencial de adaptação e resolução de conflitos antes desconhecido (PICCININI et al, 2016).

Desse modo, o objetivo deste trabalho é apresentar os motivos e as consequências das transformações da maternidade para a saúde mental da mulher, conceituar e descrever a terapia de grupos com gestantes e demonstrar a importância do mesmo. Para que os objetivos fossem alcançados, foi realizada uma pesquisa de revisão bibliográfica de análise qualitativa sobre os principais temas que transpassam a terapia de grupo com gestantes. Dessa forma, espera-se que se possa ampliar o debate sobre o assunto, partindo da compreensão acerca das transformações da maternidade e como isso reflete nas demandas que podem emergir no grupo terapêutico.

METODOLOGIA

A metodologia utilizada para a realização deste trabalho trata-se de uma pesquisa de natureza básica em que foi realizada uma revisão bibliográfica, partindo de uma atividade proposta na disciplina de Teorias e Técnicas em Processo Grupal ministrada no curso de Psicologia do Centro Universitário de Mineiros utilizando a bibliografia básica da disciplina e complementando com artigos relacionados à temática.

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar
e II Feira de Empreendedorismo
da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021

RESULTADOS E DISCUSSÃO

1. AS INFLUÊNCIAS CULTURAIS NA CONCEPÇÃO ACERCA DA MATERNIDADE

Inicialmente, convém destacar as diferenças que se estabelecem entre o conceito de gravidez e de maternidade e qual a sua relevância para o trabalho no grupo terapêutico com gestantes. Para Correia (1998), a gravidez diz respeito a um determinado período de tempo em que ocorrem transformações fisiológicas e psicológicas na mulher para o início da gestação de um novo ser, as quais impactam diretamente nos sentimentos e nas relações conjugais e familiares dessa nova mãe.

Viçosa (1997) divide a gravidez em três estágios: o primeiro estaria relacionado a mudanças físicas e psicológicas que se iniciam com a gestação; o segundo seria marcado pela movimentação do bebê que dá início ao vínculo entre os pais e o bebê; e o terceiro é marcado pela identificação da mãe com a mãe e bebê que se prepara para o parto, podendo se desenvolver um certo medo em relação ao seu papel de mãe.

Já a maternidade, segundo Correia (1998) é um conceito abstrato que envolve os cuidados e afetos que a mãe estabelece com o bebê e, por isso, se inicia antes mesmo de haver a concepção, a partir das primeiras identificações da mulher com o sentido do que é ser mãe. Este é, no entanto, um conceito que varia histórica e culturalmente, podendo assumir ora concepções mais positivas ora negativas dependendo o contexto em que se observa. Tais diferenças que se estabelecem entre as diferentes concepções da maternidade estão muito ligadas ao papel que a mulher assume em cada sociedade e que é transmitido entre as diferentes gerações, podendo ser considerada como algo doloroso ou sagrado.

Correia (1998) ainda nos apresenta uma visão comum que se tem sobre a gravidez que consiste em associá-la a uma doença, que é justificada pela dependência excessiva de cuidados médicos durante esse período, sendo, muitas vezes, utilizada como razão para as diferenças de remuneração por gênero que são observadas no mercado de trabalho. No entanto, concepções como essa podem ser prejudiciais à saúde mental da mulher na medida em que provocam um sentimento de impotência e diminuição de sua autoconfiança frente à gestação, ratificando a sua maior suscetibilidade

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar e II Feira de Empreendedorismo da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021



durante a gestão a desenvolver distúrbios emocionais.

Ainda no que tange a percepção social da maternidade, destaca-se uma visão romantizada do que é ser mãe, que enaltece o amor materno, deixando à deriva as mães que não vivenciam a gravidez como o preconizado. Espera-se que haja um sacrifício da mãe pelo filho, visto que a felicidade dele irá depender primordialmente da mãe e acredita-se que há um amor incondicional entre eles e, assim, é rechassado qualquer comportamento que vá contra esse princípio. Correa (1998) afirma que a psicanálise contribuiu fortemente para esse processo de responsabilização materna e afastamento da figura paterna pelas teorias desenvolvidas acerca da importância da mãe para o desenvolvimento psíquico do bebê. No entanto, isso repercute na gestação como uma responsabilidade e uma culpa por não conseguir ser essa mãe onipotente.

Ademais, Viçosa (1997) destaca que quando se tem um filho, a mulher passa da relação social de dependência à responsabilidade, da relação de casal à uma relação triangular, o parto se torna um marco que modifica a dinâmica familiar e a percepção da mulher sobre seu papel e quando a gravidez não é planejada e ou até mesmo indesejada, isso irá repercutir na própria vida do casal, podendo gerar desentendimentos e conflitos. Afinal,

“o parto, funciona assim como um acontecimento que afeta não só a relação homem/mulher mas também a relação com os membros do clã em que se inserem. Define também a nova identidade da mulher que passa agora a mãe” (CORREIA, 1998, p.367).

As implicações da gestação na rotina e na dinâmica familiar podem ser trabalhadas no grupo terapêutico convidando também o pai, os avós ou outra pessoa que seja próxima para participar dos encontros grupais. No entanto, atualmente, a mulher não tem apenas o papel de mãe e dona de casa, o papel de cuidado dos filhos não é mais exclusividade sua, apesar de que é muito comum haver um afastamento da presença paterna na criação dos filhos. O próprio processo de responsabilização materna contribui para o afastamento da figura paterna e, assim, não é exigido socialmente sua presença. Entretanto, exige-se cada vez mais das mães que passam a assumir novos papéis como educadora e responsável pelas gerações futuras. Além disso, as transformações na sociedade, como a entrada da mulher no mercado de trabalho, modificaram a estrutura familiar nuclear tradicional, introduzindo novos tipos de estruturas como a família monoparental e outras.

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar
e II Feira de Empreendedorismo
da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021



2. O GRUPO COM GESTANTES

Algumas mulheres veem o momento da gravidez como o mais esperado em sua vida, motivo de alegria, realização e felicidade, mas para outras nem sempre o processo é agradável e desejado, podendo assim desencadear frustrações emocionais tanto para a mãe quanto para seu bebê em seu período gestacional e pós parto. Durante a gestação a mulher percorre um longo processo de transformações envolvendo os aspectos hormonais, sociais, familiares e conjugais, podendo resultar em surgimentos de conflitos psicológicos.

Viçosa (1997) cita que as principais demandas que surgem num grupo de mães são: a ansiedade, o medo de prejudicar o bebê e o embotamento psicológico. É comum que, e, principalmente durante sua primeira gestação, as mulheres se sintam ansiosas com medo em relação aos desafios e responsabilidade, se questionando se será capaz de cuidar, se irá conseguir amamentar, se será uma “boa mãe”, entre outros. Além disso, algumas podem se sentir culpadas pela ausência do amor materno idealizado ao ter o bebê ou até mesmo podem ter dificuldades em expressar suas emoções, entrando num estado de embotamento afetivo.

Nesse sentido, o grupo se torna uma ferramenta importante para ajudar a mãe a lidar com as questões que lhe afligem, permitindo que ela escute a si própria e escute outras histórias de vidas que podem validar e acalmar seus sentimentos em relação à maternidade. Segundo Viçosa (1997), quando o indivíduo tem a oportunidade de se ouvir pode ocorrer uma tomada de consciência sobre si mesmo que somado ao aprendizado compartilhado no grupo pode contribuir para a diminuição de sua angústia. Além disso, o autor acrescenta que em um grupo heterogêneo, composto por mães que se encontram em diferentes fases da gestação, ocorre uma grande troca de experiências que permite o crescimento pessoal das gestantes e a melhor aceitação do processo de gravidez.

O grupo de gestantes possibilita uma espécie de filtro de práticas, onde, através de conversas e discussões, se exerce uma troca de conhecimentos/experiências e se visualiza o porquê de utilizar ou não determinada prática. Funciona como uma possibilidade diferenciada para o enfrentamento das mudanças decorrentes da gestação, uma vez que possui um cunho terapêutico e informativo para gestantes e acompanhantes (NUNES et al, 2017).

Nesse contexto, o terapeuta tem um importante papel ao conduzir os encontros e

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar
e II Feira de Empreendedorismo
da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021



mediar as trocas que se estabelecem entre o grupo. Viçosa (1997) destaca que para iniciar um grupo com gestantes é importante entrevistar e selecionar as pessoas que irão ser atendidas, pois em alguns casos poderá ser necessário o encaminhamento para atendimento individual ou, de acordo com a demanda, inseri-la num grupo de composição homogênea, ou seja, composto por um público que vivencia situações semelhantes como em casos de estupro ou gravidez na adolescência. O autor indica que o primeiro encontro com o grupo pode se iniciar com perguntas sobre a forma que as mães imaginam que ocorrerá o parto identificando as fantasias construídas por cada integrante e conectando-as a partir de suas experiências. Ele ressalta que o grupo deve ser aberto, permitindo a livre entrada e saída e ele diz ainda que as gestantes devem permanecer no grupo mesmo após a ocorrência do parto para que compartilhem as experiências de sua gestação e a forma como se deu o parto com as novas gestantes.

Quanto à postura do terapeuta, ainda segundo Viçosa (1997), ele deve conduzir os assuntos trabalhados em cada encontro, propondo questionamentos e também orientando as gestantes, mediando a troca de experiências entre as participantes. Devido a necessidade de responder dúvidas e modificar preconceitos estabelecidos pelas mães, Viçosa (1997) aponta para a conveniência da presença do seu obstetra nos encontros para auxiliar no esclarecimento das informações pertinentes. Aliás, o autor destaca que o trabalho com gestantes por envolver características multifatoriais deve ser sempre trabalhado por uma equipe multidisciplinar, incluindo o psicólogo, o médico, o enfermeiro, o nutricionista, o fisioterapeuta e a doula.

Nesse contexto, o pré-natal psicológico (PNP) é uma ferramenta de grande importância, visando a prevenção de problemas gestacionais e psicológicos afetivos. O PNP é um tipo de atendimento perinatal realizado por um profissional da psicologia que visa humanizar o processo de gestação, dando suporte emocional para as gestantes e trabalhando os conflitos, as angústias e os mitos referentes à maternidade. Ele também é conhecido como profilaxia perinatal devido sua capacidade preventiva, pode ser realizado em encontros temáticos grupais. Mediante as técnicas aplicadas o psicólogo juntamente com a equipe multidisciplinar consegue detectar uma predisposição no desenvolvimento de distúrbios, podendo assim prevenir o agravamento dessas manifestações durante a gestação e mantendo sempre a gestante em constante observação durante e após a gravidez (ARRAIS, MOURÃO, FRAGALLE, 2014).

Assim, é também de grande valia, o

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar e II Feira de Empreendedorismo da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021

acompanhamento de uma equipe multidisciplinar juntamente com o trabalho realizado pelo psicólogo, possibilitando uma visão mais ampla de todo o processo da gestação que envolve tanto as mudanças físicas quanto psicológicas. Com esse trabalho, é possível transformar a experiência da gestação e o momento do parto em um momento menos doloroso e conflitivo para a mulher, para que ela possa vivenciá-lo da melhor forma a partir do conhecimento sobre como se dá o processo gestacional, de como ela percebe a maternidade e da inclusão de seus familiares no processo, construindo uma rede de apoio eficaz.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A gestação é uma etapa de várias transformações que vão ocorrendo ao longo da gravidez, exigindo ainda mais um olhar de cuidado para quem está de fora, que sim a mulher irá passar por cada etapa de modificações psicológicas, físicas e sociais. O trabalho com grupos de gestantes exige muito do terapeuta que deve saber lidar com várias demandas e contextos familiares, bem como possuir aprofundado conhecimento sobre a gestação para conseguir atender as mães em suas curiosidades e também informá-las sobre a gravidez de um modo geral.

REFERÊNCIAS

ARRAIS, Alessandra da Rocha; MOURÃO, Mariana Alves; FRAGALLE, Bárbara. O pré-natal psicológico como programa de prevenção à depressão pós-parto. **Saúde e Sociedade**, v. 23, p. 251-264, 2014. Disponível em:

<<https://www.scielo.org/article/sausoc/2014.v23n1/251-264/>> . Acesso em: 08 mai 2021.

CORREIA, Maria de Jesus. Sobre a maternidade. **Análise psicológica**, v. 16, n. 3, p. 365-371, 1998. Disponível em: <<https://core.ac.uk/download/pdf/95049273.pdf>> . Acesso em: 8 mai 2021.

NUNES, G. de P.; NEGREIRA, A. S.; COSTA, M. G.; SENA, F. G.; AMORIM, C. B.; KERBER, N. P. da C. Grupo de gestantes como

**V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar
e II Feira de Empreendedorismo
da Unifimes**

17, 18 e 19 de maio de 2021



ferramenta de instrumentalização e potencialização do cuidado. **Cidadania em Ação: Revista de Extensão e Cultura**, Florianópolis, [S. l.], v. 1, n. 1, p. 77-90, 2021. Disponível em: <https://www.revistas.udesc.br/index.php/cidadaniaemacao/article/view/10932>. Acesso em: 8 mai 2021.

PICCININI, Cesar Augusto et al. Gestação e a constituição da maternidade. **Psicol. estud.** , Maringá, v. 13, n. 1, pág. 63-72, março de 2008. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722008000100008&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 08 de maio de 2021.

VIÇOSA, Geraldina Ramos. Grupos com gestantes. In. Zimerman DE, Osório LC. **Como trabalhamos com grupos**. Porto Alegre: Artes Médicas, p. 305-9, 1997.