

**Tempo do ócio: espaço do pensamento para a construção da
espontaneidade, em uma intervenção grupal com idosas**

*Contemplation: space to think about the construction of spontaneity in a
group intervention with elderly people*

*Tiempo de ocio en el espacio del pensamiento para la construcción de la
espontaneidad en una intervención grupal con personas mayores*

Leila Maria Vieira Kim

Universidade de São Paulo (USP) – e-mail: leilakim.animus@gmail.com

Resumo

Neste texto, a autora analisa o lugar do envelhecimento na contemporaneidade, utilizando o ócio como eixo estruturador para a recuperação do tempo, o qual, por meio de linguagem adequada, possibilita o espaço do “não pensado”, em uma intervenção grupal com idosas. Supõe a relação diretamente proporcional entre o vínculo afetivo atualizado entre coordenador de grupo-participantes e a capacidade do Ego de suportar tensão, conter a ação e sentir a falta de gratificação: espaço do pensamento na construção da espontaneidade, no contexto dramático.

Palavras-chave: pensamento, espontaneidade, envelhecimento, interpretação psicanalítica, psicoterapia de grupo

Abstract

In this brief communication, the author analyses the place of the ageing process within modern society. The author uses contemplation as the basis for the recovery of time, which, through the use of adequate language, makes room for "what is not thought", in a group intervention with elderly women. The author supposes that there is a direct relation between the bond of affection between the coordinator of the participant groups and the capacity of the Ego to bear the tension, contain the action and feel the lack of gratification: creating space for thought in the construction of spontaneity, within the dramatic setting.

Keywords: thinking, spontaneity, aging, psychoanalytic interpretation, group psychotherapy

Resumen

En esta comunicación breve, la autora analiza el lugar del envejecimiento en tiempos contemporáneos, utilizando el ocio como eje estructurador para el tiempo de recuperación – mediante el uso del lenguaje adecuado –, que permite el espacio de “no pensamiento” en una intervención grupal con personas mayores. Asume la relación directamente proporcional entre el vínculo afectivo actualizado entre el coordinador de grupo-participantes y la capacidad del Ego para soportar la tensión, frenar la acción y sentir la falta de gratificación: espacio del pensamiento en la construcción de la espontaneidad en el contexto dramático.

Palabras-clave: pensamiento, espontaneidad, envejecimiento, interpretación psicoanalítica, psicoterapia de grupo

ÓCIO, CULTURA E TEMPORALIDADE

Na contemporaneidade, o poder do conhecimento foi sequestrado pelo controle político, criando-se uma nova ordem econômica. A mundialização de um grupo hegemônico tem definido o desenvolvimento de programas em políticas públicas, o que interfere na qualidade de vida dos cidadãos (Baptista, 2013; Baptista & Souza, 2015; Kim, 2009, 2013; Pinto de Almeida, 2015).

Habermas (1968/1994) propôs a intervenção social como uma possibilidade utópica de criar “espaços de locução” (p. 88) em diferentes instâncias, tendo o Estado como coparticipante, para a organização da temporalidade dos cidadãos em dimensões de maior profundidade e autenticidade.

Moreno (1993) demonstrou a eficácia do método psicodramático, que, pela sua forma afetiva e cognitiva, “apreende e catalisa em ação e interação as tensões latentes *in vivo*” (Naffah Neto, 1979, p. 133), contribuindo com as resistências políticas no ETHOS grupal (Kim, 2009, p. 31). Kim (2008; 2011; 2012; 2013; no prelo) propõe um método de intervenção sociopsicodramática articulada à psicanálise que confirma que a participação só é possível em comunicação bidimensional, em que o ambiente físico interage com o ambiente psicológico e cultural. O procedimento nele utilizado

favorece o desenvolvimento da capacidade crítica de reflexão sobre o próprio pensamento e as próprias ações em um espaço interno psíquico, que permite a construção do conhecimento de aspectos inconscientes, que o líder desconhece sobre as bases profundas de conflitos, situações-problema e suas soluções (Kim, 2013, p. 29).

Com isso, possibilita o desenvolvimento da espontaneidade: capacidade de dar respostas renovadas ou transformadoras diante de situações preestabelecidas, bem como de agir de modo adequado perante situações novas, transformando seus aspectos insatisfatórios.

Baptista (2013), fundamentada em Heidegger, considera que “só a recuperação da linguagem própria e daquilo que ela oculta como o ainda não pensado, o ainda-a-vir pode permitir a recuperação desse tempo que, ociosamente, deixa vir até si a verdade” (p. 178).

Bion (1966; 1994) afirma que o ser humano repete padrões de respostas inadequadas para comunicar algo que ele precisa lembrar. Para ele, a interpretação psicanalítica é um

instrumento que transforma a atuação (agir sem pensar) naquilo que o sujeito precisa lembrar. No entanto, para garantir a emissão de um novo padrão de respostas, as palavras utilizadas na interpretação precisam expressar adequadamente a experiência emocional vivida e que foi “segurada no tempo” pelo sujeito, porque muitas vezes está associada a uma frustração insuportável. Contudo, afirma que o Ego que pensa é capaz de aguentar a frustração. Assim entendido, o terapeuta representaria uma confirmação da cultura, que precisa ser desvelada a partir da atualização na transferência dos primeiros vínculos estabelecidos na relação mãe-bebê, para que o “não pensado” possa se manifestar.

Bion, fundamentado em Klein (1952, citada por Kim, 2006, p. 97, 98), considera que o bebê que tem em si a sensação de presença da mãe “suficiente boa” (aquela que oferece um continente afetivo satisfatório) pode “aguentar” este tempo de espera: espaço onde emerge pela primeira vez a capacidade de pensar. No entanto, o bebê insatisfeito pela ausência desta presença (mãe má) fica frustrado e a “ataca” impulsivamente, ficando assim impregnado de objetos maus que o amedrontam e lhe causam o sentimento de solidão. Assim entendido, podemos supor que existe uma relação diretamente proporcional entre o vínculo afetivo atualizado entre coordenador de grupo-participantes e capacidade do Ego dos sujeitos de: suportar a tensão, conter a ação e sentir a falta de gratificação: espaço da emissão do pensamento para a construção da espontaneidade.

Para Baptista e Souza (2015),

o ócio é uma experiência de vivência plena da cultura, em íntima relação com o tempo... na realidade, um espaço de infinitas possibilidades... um recurso essencial para o desenvolvimento pessoal, social, econômico e um aspecto imprescindível à saúde e ao bem estar. (p. 278)

Neste artigo, pressupomos que o ócio criativo experimentado no “momento” do contexto dramático (que transcende o tempo passado, presente e futuro), na intervenção grupal, possa “promover a existência para um outro nível de conhecimento, desenvolvimento e de aproximação do ser humano de si próprio, na escuta do que lhe é mais íntimo e próprio” (Baptista, 2013, p. 175).

Para Anzieu (1982), o contexto dramático possibilita uma transição entre a ação e a palavra, em que o vínculo entre o coordenador e os participantes do grupo serve de continente afetivo para ampliar a percepção dos limites entre o dentro e o fora, o meu e o não meu, o Eu e os outros. Desse modo, nos jogos entre a pulsão e o pensamento, os participantes desenvolvem suas capacidades de simbolização e criatividade, para entrar no domínio da experimentação cultural (pp. 60-61).

INTERVENÇÃO GRUPAL TEMATIZADA COM TEMPO DETERMINADO COM IDOSAS, NA CONTEMPORANEIDADE

Nas sociedades contemporâneas, as pessoas têm sido coisificadas e as coisas estão sendo personalizadas. O novo é valorizado como bem de consumo, que precisa ser constantemente renovado. O ser humano aliena-se de si mesmo na medida em que “gasta” seu tempo de vida como força de trabalho. Portanto, a aposentadoria, na perspectiva hegemônica, é um sinal da velhice caracterizada por sujeitos que não produzem e que são discriminados como encargo social. O poder econômico encontra significação no poder político e influencia a gestão de programas públicos, que desconhecem o papel da velhice na sociedade atual. No entanto, o poder do conhecimento que emerge das disciplinas biológicas, psicológicas e sociais indica

uma mudança de paradigma no que se refere à velhice.

Segundo Silva (2008, citado por Argimon, Dallagnol & Schmidt, 2014):

O envelhecimento pensado na contemporaneidade, e enredado por manifestações culturais, é repercutido por mudanças que vão além da quietude, do descanso e da inatividade até então representativos deste processo para compreender novas práticas que caracterizam a atividade, a aprendizagem, a flexibilidade, a satisfação pessoal e a vinculação amorosa e afetiva.

Então, o envelhecimento pode ser experimentado de forma saudável (Argimon et al., 2014). Todavia, é um período difícil de ser enfrentado, pois desencadeia mudanças e ansiedades vinculadas ao medo de perdas, solidão, dependência, sentimento de incapacidade e preocupação com o futuro.

A Organização Mundial da Saúde - OMS (2005) enfatiza que os governos, as organizações internacionais e a sociedade civil devem programar políticas de “envelhecimento ativo” com o objetivo de melhorar a saúde, a atividade, a segurança e a qualidade de vida dos idosos. No Brasil, a população idosa cresceu, e estima-se que até 2025 será o sexto país do mundo em número de idosos (34 milhões). Sene-Costa (2006) considera que a psicoterapia psicodramática com idosos tem favorecido para que eles se sintam mais abertos às constantes mudanças do mundo e mais capazes de viver uma vida harmônica com seus desejos, medos, restrições e contingências vitais.

Os dispositivos de grupo podem ser considerados uma “extensão” da psicanálise, com manejos clínicos mais adequados para atender às necessidades dos idosos na contemporaneidade. Eles permitem teorização e análise clínica e abrem caminhos para novos aprendizados sobre o inconsciente.

No trabalho com idosas, partimos da suposição de que a sua noção de experimentação no *setting* terapêutico está intimamente ligada ao caráter abstrato de sua capacidade de pensar, pelo qual elas podem superar a vivência do “aqui e agora”: tornar-se capaz de lembrar a ação feita no passado, corrigir suas respostas inadequadas e projetar ações mais adequadas para o futuro. O contexto dramático amplia as possibilidades de novos desfechos em suas histórias pessoais e profissionais, em um “espaço de experimentação no *como se fosse*”. Desse modo, o momento presente dessas mulheres se define pelo lançar-se no futuro, antecipando sua ação consciente sobre o mundo por meio de um projeto, escrevendo, assim, a sua própria história. No entanto, o contexto sociocultural em que vivem é que vai garantir-lhes a condição de realização desse projeto, com maior ou menor liberdade.

Uma experiência com grupo de idosas

A seguir sintetizamos o procedimento utilizado em uma intervenção grupal tematizada com tempo determinado, realizada com três idosas, em nove encontros quinzenais, com noventa minutos de duração cada um (vejam o estudo completo em Kim, no prelo).

Esta experimentação fundamentou-se na proposta de Simon (2005) de que é possível trabalhar profundamente, em poucas sessões pontuais, se focarmos o trabalho psicoterápico na situação-problema central que mantém a repetição de padrões repetitivos de respostas inadequadas, no momento atual da vida do paciente. A análise dos conteúdos obtidos na aplicação desse procedimento foi pensada por meio da teoria psicanalítica, considerando-se os

movimentos internos e externos das idosas, em seu processo de vida e morte, com síntese adaptada a seguir (Kim, no prelo).

Inicialmente, por meio de sessão individual, confirmamos a indicação deste trabalho grupal com cada uma das três idosas (nomes fictícios): Márcia (67 anos) e Inês (70 anos) são viúvas e educadoras. Tiana (62 anos), desquitada, e Inês moram sozinhas. Todas têm em comum a “solidão existencial” decorrente da situação de aposentadoria e outras situações de perda e morte.

Tiana aposentou-se como bibliotecária quando se divorciou. Desde então está deprimida e passa os dias comendo em frente à televisão. Ela diz que não “*tem forças*” para trabalhar, mesmo com uma demanda de clientes que querem “*fazer mapa astral*” com ela. Por outro lado, Inês, diretora escolar, está “*aterrorizada*” com a aposentadoria compulsória. Sente-se “*à beira de um abismo*”. Márcia trabalha como professora universitária, bem-sucedida, desde que se aposentou como gestora de um órgão público. Entretanto, ela se sente muito angustiada pelo medo de sua tia, saudável, morrer. Ela está cada vez mais recusando compromissos sociais “*porque tem de cuidar da tia*” e está com medos infundados de “*perder as aulas da faculdade e o namorado*”, que ela não assume publicamente.

Em seguida, utilizamos a EDAO - Escala Diagnóstica Adaptativa Operacionalizada (Simon, 2005), em Diagnóstico Grupal, que serviu para levantar os temas no planejamento do trabalho da intervenção. Com base nos dados obtidos, concluímos que as cenas contidas no setor *afetivo-relacional* denunciavam o sentimento de exclusão na terceira idade como situação problema-central. As idosas sentiam-se insatisfeitas e em conflito com as soluções dadas por elas para resolver esse sentimento, que interferia e sofria interferência dos setores: *Produtividade*, porque elas se sentiam impotentes diante da situação de aposentadoria/perda do vigor físico, apesar de continuarem lutando para serem produtivas. *Orgânico*, porque ficavam “doentes” diante da aposentadoria/velhice/medo/perda afetiva.

Após a primeira sessão de diagnóstico, nas oito sessões da intervenção grupal, as idosas se “aqueciam” para a dramatização por meio de jogos/brincadeiras. Em seguida, representavam os personagens “criados”, com os objetivos de tomar ciência de seus conflitos, esclarecer suas situações-problema e experimentar soluções mais satisfatórias, no contexto dramático (ensaiavam a realização). O fato de terem idade e experiências semelhantes ajudou na melhora das suas inter-relações afetivas. Após a dramatização, havia o compartilhamento de suas sensações e das experiências emocionais experimentadas afetivamente em suas cenas atuais, que eram associadas às cenas do passado, representadas no contexto dramático.

A interpretação feita pela terapeuta as ajudava a pensar sobre o que estava “por detrás” da pulsão de morte (padrões repetitivos de respostas inadequadas) e de seu desejo de vida (respostas inovadas). Assim, seus projetos existenciais iam “ganhando forma” (contexto dramático) e mais consistência na medida em que os testavam na realidade externa objetiva (contexto sociocultural). Desse modo, as idosas foram se sentindo mais seguras, satisfeitas e com menos conflitos enquanto davam novas soluções para os seus problemas do dia a dia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O suporte afetivo recebido pelas idosas no grupo permitiu-lhes que se apropriassem de sua potência e a colocassem em ação direcionada para o seu futuro imediato e também para o mais distante. Contudo, foi a vivência do “tempo do ócio” no contexto dramático que possibilitou a emergência do pensar o “não pensado” associado a cenas pregressas que eram

transferenciadas nas cenas atuais, por meio da interpretação da terapeuta. Com isso, encontraram o significado de sua exclusão social e “ensaiaram” respostas novas no contexto dramático.

A identificação e a diferenciação grupal lhes permitiram ampliar sua capacidade perceptiva e direcionar suas respostas mais adequadas no contexto sociocultural. Para isso, as participantes se apropriaram de pulsão de vida presente em seu mundo interno e puderam lutar contra as forças de morte que as aprisionavam. Foi necessário entrar em contato com suas frustrações de perdas para lidar melhor com os seus impulsos agressivos e sexuais, o que derivou maior capacidade para pensar. A experimentação de “poções de prazer” gerou ampliação de suas possibilidades de produtividade e cuidados com a saúde. Portanto, podemos afirmar que os jogos dramáticos possibilitaram um clima afetivo relaxado que facilitou as lembranças de situações dolorosas do passado.

As interpretações da terapeuta ajudaram as idosas a separar o que era consciente do que era inconsciente, em suas experiências emocionais representadas no contexto dramático. Com isso, as idosas puderam organizar as sensações vividas e compreendê-las. E o desenvolvimento emocional pôde integrar movimentos de vida e de morte, por meio dos objetos amados e odiados, permitindo maior qualidade na concepção, o que interferiu diretamente na reorganização de relações amorosas atuais.

Portanto, o método de trabalho aqui sintetizado permitiu que, ao mesmo tempo, as cenas pudessem ser vivenciadas, reorganizadas e pensadas. A evolução grupal foi avaliada pela incorporação do conhecimento e sua relação com a capacidade de dar respostas novas e mais adequadas (mais satisfatórias e com menos conflitos).

Consideramos o dispositivo grupal psicodramático pensado pela psicanálise um manejo clínico adequado para explicar as necessidades desse grupo de participantes. Ele permitiu teorização e análise clínica e abriu caminho para novos aprendizados sobre o inconsciente dessas idosas, no momento atual. Se viver é recriar-se, é preciso construir um sentido, no qual o ambiente sociocultural possa “amparar” as idosas para constituí-las como agentes de sua própria história, por meio da gestão de políticas públicas em programas que revejam o tempo do ócio e o espaço do pensamento do idoso na contemporaneidade.

REFERÊNCIAS

- Anzieu, D. (1982). El Análisis transicional: métodos para La formación individual y del grupo em um mundo em crisis. In Marti y Tusquets, J. L. & Satne, L. (Orgs.). *Desarrollos em Psicoterapia de Grupo y Psicodrama*. (pp. 51-68). Barcelona, Espanha: GEDISA, S.A.
- Argimon, I. L., Dollagnol, C. & Schmidt, E. B. (2014). Estudos emocionais de idosas a partir do teste de apercepção temática. *Psico*, 45(1), 73-82. Doi: 10.15448/1980-8623.2014.112788
- Baptista, M. M. (2013). Ócio, temporalidade e existência: uma leitura à luz da fenomenologia e hermenêutica heideggerianas. *Revista Lusófona de Estudos Culturais/Lusophone Journal of Cultural Studies*, Universidades do Minho e de Aveiro, 1(2), 173-182.
- Baptista, M. M. & Souza, J. G. (2015). Ócio e cultura na (re)construção identitária de pessoas idosas institucionalizadas. *Revista Subjetividades*, Fortaleza, 15(2), 274-285.

- Bion, W. R. (1966). *Os elementos da psicanálise (inclui o aprender com a experiência)*. (J. Salomão & P. D. Corrêa, Trad.). Rio de Janeiro: Zahar.
- Bion, W. R. (1994). *Sobre a arrogância*. (Secondthoughts, Trad.). Rio de Janeiro: Imago.
- Organização Mundial da Saúde. (2005). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. Brasília: Organização Pan-Americana de Saúde. 60 p.
- Habermas, J. (1968/1994). *Tecnologia e ciência como "ideologia"*. Lisboa: Edições 70.
- Kim, L. M. V. (2006). Tele e transferência na terapia psicodramática. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 14(2), 89-101.
- Kim, L. M. V. (2008). *Estudo da contratransferência do professor na inter-relação com o grupo de alunos* (Tese de Doutorado). Instituto de Psicologia da USP, São Paulo.
- Kim, L. M. V. (2009). Psicodrama e intervenção social. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 17(2), 25-32.
- Kim, L. M. V. (2011). *Liderança afetiva e produtividade grupal*. VII Congresso Ibero-Americano de Psicodrama, Cuba.
- Kim, L. M. V. (2012). Intervenção sociopsicodramática breve operacionalizada. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 20(1), 93-114.
- Kim, L. M. V. (2013). Intervenção sociopsicodramática: forma particular de exercício do poder político. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 21(1), 25-38.
- Kim, L. M. V. (no prelo). Pensamento e relações amorosas. Uma experiência com grupo de idosas. In Freitas, D. C. (Org.). *Por trás dos fatos: a psicanálise explica!* São Paulo: Vetor.
- Moreno, J. L. (1993). *Psicodrama*. São Paulo: Cultrix.
- Naffah Neto, A. (1979). *Psicodrama: descolonizando o imaginário*. São Paulo: Brasiliense.
- Pinto de Almeida, R. C. (2015). *El ocio como ámbito de integración de los inmigrantes. Representaciones y vivencias de mujeres brasileñas en el País Vasco* (Tese de Doutorado). Universidad de Deusto, Bilbao, Espanha.
- Sene-Costa, E. (2006). O resgate da espontaneidade na terceira idade é possível? In *Universo da depressão. Histórias e tratamentos pela psiquiatria e pelo psicodrama*. São Paulo: Ágora.
- Simon, R. (2005). *Psicoterapia breve operacionalizada*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Recebido: 07/09/2016

Aceito: 08/10/2016

Leila Maria Vieira Kim. Mestre em Psicologia da Educação pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP). Doutora em Psicologia Clínica pela Universidade de São Paulo (USP). Especialista em Psicodrama Níveis I, II e III e Psicanálise. Coautora de livros e artigos científicos. Rua Roger Zmekhol, 184, Jardim Colombo, CEP 05629 030. São Paulo, SP. Tel.: (11) 3746-5597 e (11) 99553-9925.