

Artigo original



## Grupo centrado: experiência com mulheres na vivência do ciclo gravídico puerperal

## Centered group: a study with women experiencing pregnancy-puerperal cycle

## Grupo focal: experiencia con mujeres en la vivencia del ciclo de embarazo puerperal

Adriana Mendes Barbalho<sup>1</sup>   
Fernanda Cândido Magalhães<sup>2</sup> 

<sup>1</sup>Autora para correspondência. Universidade Federal de Mato Grosso (Cuiabá). Mato Grosso, Brasil. [adrianambarbalho@gmail.com](mailto:adrianambarbalho@gmail.com)

<sup>2</sup>Universidade Federal de Mato Grosso (Cuiabá). Mato Grosso, Brasil.

**RESUMO | OBJETIVO:** Compreender experiência de grupo orientado pela Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) com mulheres que vivenciam o ciclo gravídico puerperal, no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS). **MÉTODO:** Pesquisa qualitativa, de inspiração fenomenológica, e utilização do referencial da ACP como norteador do estudo. As informações foram coletadas por meio de grupo, em quatro encontros presenciais nos meses de maio e junho de 2022, utilizando-se dos instrumentos Versão de Sentido (VS's) e Entrevista Fenomenológica (EF), sendo as informações organizadas em Eixos de Sentido e compreendidas a partir das premissas da ACP em diálogo com estudos vinculados às temáticas emergidas. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Os Eixos elaborados a partir das VS's evidenciaram aspectos e tendências típicas do desenvolvimento de grupo fundamentado pela ACP; descreveram o grupo como espaço de acolhimento e liberdade experiencial, no qual se facilitou a expressão de vivências significativas relacionadas à gestação, parto e puerpério; apresentaram, ainda, o sentido de que a experiência grupal constituiu-se como promotora de trocas e apoio mútuo, de desenvolvimento e aprendizagens significativas. Os Eixos formulados com base na EF revelaram que as mulheres compreenderam a participação no grupo como uma experiência positiva, que propiciou cuidado aos aspectos emocionais, impulsionando autoconhecimento e desenvolvimento; e facilitadora de mudanças construtivas na vivência da maternidade. **CONCLUSÃO:** O estudo demonstrou a viabilidade de grupo centrado na assistência integral à saúde da mulher no período gravídico puerperal, e as convergências entre os princípios da ACP e os que orientam a prática na assistência do SUS.

**PALAVRAS-CHAVE:** Parto Humanizado. Sistema Único de Saúde. Psicologia Humanista. Abordagem Centrada na Pessoa. Grupo Centrado.

**ABSTRACT | OBJECTIVE:** Understanding the group guided by the Person-Centered Approach (PCA) with women who experience the pregnancy-puerperal cycle, in the Sistema Único de Saúde – SUS (Brazilian National Health System) context. **METHOD:** Qualitative research of phenomenological inspiration using the PCA framework as a guide for the study. Information was collected through groups, in four face-to-face meetings between May and June 2022, using the Sense's Version (SV's) and Phenomenological Interview (PI), with the information organized in Sense Axes and understood from the premises of the PCA in dialogue with studies linked to emerging themes. **RESULTS AND DISCUSSION:** The Axes created from the SV's showed aspects and tendencies which are typical of the development of a group based on the PCA; described the group as a welcoming space and experiential freedom, in which the expression of significant experiences related to pregnancy, childbirth and puerperium was facilitated; they also presented, the sense that the group experience was constituted as a promoter of exchanges and mutual support, of development and significant learning. The Axes formulated based on the PI, revealed that the women understood participation in the group as a positive experience, which provided care for emotional aspects, boosting self-knowledge and development; and a facilitator of constructive changes in the experience of motherhood. **CONCLUSION:** The study demonstrated the viability of a group centered on comprehensive care for women's health in the pregnancy-puerperal period between the PCA principles and those that guide the SUS care practice.

**KEYWORDS:** Humanized Delivery. Brazilian National Health System. Humanistic Psychology. Person-Centered Approach. Centered Group.



**RESUMEN | OBJETIVO:** Comprender la experiencia de grupo orientado por el Enfoque Centrado en la Persona (ACP) con mujeres que vivenciaron el ciclo de embarazo puerperal, en el contexto del Sistema Único de Saúde – SUS (Sistema Único de Salud). **MÉTODO:** Pesquisa cualitativa de inspiración fenomenológica e utilización del referencial de la ACP como guía de estudio. Las informaciones fueron colectadas por medio de un grupo, en cuatro encuentros presenciales en los meses de mayo y junio del 2022, utilizando-se de los instrumentos Versiones del Sentido (VS's) e Entrevista Fenomenológica (EF), siendo las informaciones organizadas en Ejes del Sentido y comprendidas a partir de las premisas de la ACP en dialogo con estudios vinculados a las temáticas emergidas. **RESULTADOS Y DISCUSIONES:** Los Ejes elaborados a partir de las VS's evidenciaron aspectos y tendencias típicas del desarrollo del grupo fundamentado por la ACP, describieron el grupo como espacio de acogimiento y libertad experimental en lo cual se facilitó expresar las vivencias significativas relacionadas a la gestación, el parto y el puerperio, presentaron todavía, el sentido de que la experiencia grupal e constituyó como promotora de cambios y apoyos mutuos, de desarrollo y aprendizajes significativos. Los Ejes formulados con base en la EF, revelaron que las mujeres comprendieron la participación en el grupo como una experiencia positiva que les proporcionó cuidados a los aspectos emocionales aumentando el autoconocimiento y desarrollo; y facilitadora de cambios constructivos en la vivencia de la maternidad. **CONCLUSIÓN:** El estudio demostró la viabilidad del grupo enfocado en la asistencia integral a la salud de la mujer en el período del embarazo puerperal, y las convergencias entre los principios de la ACP y los que orientan la practica en la asistencia del SUS.

**PALABRAS CLAVE:** Parto Humanizado. Sistema Único de Salud. Psicología Humanizada. Abordaje Enfocado en la Persona. Grupo Focal.

## Introdução

As Políticas públicas e normas governamentais brasileiras foram criadas, por meio do Ministério da Saúde (MS), incorporando um paradigma humanista de assistência à saúde. Quanto aos cuidados em saúde na gestação, parto, nascimento e puerpério, preconiza-se a assistência integral e humanizada, em contraposição a uma assistência intervencionista e medicalizante, tendo como marco inicial a criação do Programa de Humanização do Pré-Natal e Nascimento (PHPN), em 2000, com o objetivo de fortalecer a assistência obstétrica, através da melhoria do acesso, cobertura e da qualidade do acompanhamento pré-natal, da assistência ao parto e puerpério, às gestantes e ao recém-nascido (Keunecke et al., 2021; Ministério da Saúde, 2002; Reis & Conterno, 2020).

O pré-natal constitui-se como período propício para efetivação da assistência humanizada à mulher na vivência do ciclo gravídico puerperal, compreendido como biopsicossocial - em que mudanças e adaptações são permeadas de alterações fisiológicas, psicológicas e sociais. Considerando o princípio da integralidade, se faz pertinente o desenvolvimento de atividades educativas, informativas e preventivas, que proporcionem à mulher espaço de acolhimento, de escuta e cuidado, e assim, contemple aspectos psicológicos e emocionais, indissociado dos aspectos físicos, de seu contexto familiar e comunitário e de suas relações sociais (Lorenzo & Olza, 2020; Maldonado, 2013; Ministério da Saúde, 2012).

As atividades em grupo são destacadas e recomendadas pelo Ministério da Saúde (2006) e Organização Mundial da Saúde (OMS) (2016), como uma intervenção complementar adequada para aperfeiçoar os cuidados pré-natais, atendendo as demandas das gestantes de forma integral, incluindo todos os processos desse momento do ciclo vital. Organizado enquanto espaço dialógico, o grupo possibilita a abordagem de diversos assuntos, a socialização de saberes, troca de experiências e conhecimentos. A interação favorece a exposição de necessidades, dúvidas e curiosidades, e de questões que são importantes para as participantes, sendo vistas para além das suas demandas clínicas, atuando na promoção da saúde e prevenção de adoecimentos (Matos et al., 2017).

Tanto a OMS, em recomendação sobre cuidados pré-natais para uma experiência positiva na gravidez, quanto os programas e políticas públicas brasileiras, destacam, ainda, a importância do papel e da experiência da mulher, sendo o fortalecimento da sua autonomia e protagonismo na gestação e parto, entendidos como elementos fundamentais para a concretização de modelos de assistência humanizados (Ministério da Saúde, 2006, 2014; Organização Mundial da Saúde, 2016).

Evidencia-se a necessidade de que as práticas ofertadas no pré-natal sejam promotoras de autonomia e protagonismo da mulher, buscando favorecer uma experiência positiva, e que, portanto, contemplem não somente aspectos fisiológicos, mas também as transformações sociais, emocionais, entre outras que a mulher vivencia no ciclo gravídico puerperal. As intervenções psicológicas em complemento ao pré-natal tradicional buscam contemplar os diversos aspectos vivenciados nesse período, mediante escuta qualificada e integral, que propicie um

ambiente facilitador no qual as mulheres possam ter livre expressão para suas ansiedades, medos, descobertas, e serem favorecidas por meio da troca de experiências e de informações (Arrais et al., 2014).

Para a realização desse estudo utilizamos de uma perspectiva teórica da Psicologia humanista, a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), desenvolvida pelo psicólogo norte americano Carl Rogers, abordando aproximações dos seus princípios com os adotados no Sistema Único de Saúde (SUS), especialmente na Atenção Primária (AP), vislumbrando a sua aplicação como intervenção nos cuidados em saúde, de modo a colaborar na construção de conhecimentos e práticas humanizadas de cuidados, especialmente no que se refere à assistência à mulher na vivência do ciclo gravídico puerperal, considerando que a AP, especificamente a Unidade Básica de Saúde (UBS), é o principal acesso das mulheres à assistência pré-natal (Ministério da Saúde, 2012).

Este artigo é oriundo de pesquisa de mestrado, desenvolvida com o objetivo de compreender a experiência de grupo orientado pela Abordagem Centrada na Pessoa com mulheres que vivenciam o ciclo gravídico puerperal, no contexto da Atenção Primária do SUS no interior do estado de Mato Grosso. Para tanto, como objetivos específicos buscou-se: descrever os sentidos da experiência de grupo fundamentado na ACP; identificar, em contexto de grupo, as vivências das participantes acerca da gestação, parto, nascimento e puerpério; além de apresentar os sentidos da experiência das mulheres em relação à participação em grupo centrado durante a vivência do ciclo gravídico-puerperal.

## Fundamentação teórica

### Grupos na perspectiva da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP)

A ACP tem como pressuposto basilar o princípio da *tendência realizadora* ou *atualizante*, que consiste na crença de que todos os indivíduos possuem uma tendência inerente para o desenvolvimento mais integral e complexo, uma orientação positiva, e a capacidade de se reorganizarem em direção ao crescimento e à autorrealização. Ou seja, um olhar para as potencialidades e aspectos saudáveis do ser humano e que

são ainda mais favorecidos por relações que facilitem essa tendência a se manifestar (Rogers, 1983).

As atitudes facilitadoras são apresentadas por Rogers (1983) como condições necessárias e suficientes para estabelecer um clima facilitador nas relações que potencializam o crescimento. A primeira atitude é a *congruência*; nesta, o terapeuta mostra-se de forma autêntica e transparente, sendo ele mesmo na relação, sem barreiras ou resistências, o que possibilita que o cliente também reconheça e respeite seus sentimentos, tornando consciente suas vivências. A segunda atitude é a *consideração positiva incondicional*, que consiste em uma atitude positiva, de aceitação e acolhimento integral para com o que o cliente esteja vivenciando no momento, possibilitando que ele expresse seus sentimentos, sejam eles positivos ou negativos. E a terceira atitude facilitadora é a *compreensão empática*, em que o terapeuta consegue captar, de maneira precisa, sentimentos e significados pessoais que o cliente está vivendo e faz a comunicação dessa compreensão ao cliente.

Os fundamentos da ACP foram desenvolvidos e aplicados inicialmente na prática psicoterápica, e posteriormente ampliados a outros campos como a educação, grupos de encontro, na compreensão de aspectos sociais e culturais, sendo concebida por Rogers a terminologia Abordagem Centrada na Pessoa, por refletir essa ampliação da aplicabilidade a todos os formatos de relações humanas (Moreira, 2010; Rogers, 1983).

Referente a aplicabilidade dos pressupostos da ACP com grupos, os primeiros trabalhos realizados por Rogers e seus colaboradores destinavam-se à preparação de conselheiros para a Administração dos Veteranos de Guerra, com o objetivo de atuarem como conselheiros pessoais. Porém, perceberam que um treino intelectual não seria efetivo para o objetivo, e propuseram, então, uma experiência de grupo intensiva que possibilitasse conexão entre aprendizagem experiencial e cognitiva, utilizando-se das condições facilitadoras até então empregadas na psicoterapia individual. Durante os encontros que duravam várias horas, os participantes buscavam uma compreensão de si mesmos e o desenvolvimento de atitudes na relação grupal que pudessem ser utilizadas no trabalho de aconselhamento, concentrando maior interesse pelas interações interpessoais, pelo caráter terapêutico e orientação para a mudança e

crescimento pessoal da experiência de grupo (Belém, 2000; Rogers, 1970; Yalom & Leszcz, 2007).

No trabalho com grupos, Rogers abarcou diversos formatos, tamanhos, interesses e campos de aplicação destes; facilitou pequenos grupos de encontro com até 15 pessoas, grupos de treinamento de facilitadores compostos de 50 a 150 pessoas, comunidades de aprendizagem com cerca de 100 a 200 pessoas, bem como *workshops* de grandes grupos dos quais participavam de 500 a 800 pessoas (Wood, 1983).

O conceito fundamental da ACP, tendência atualizante, também se estabelece como a base para a facilitação de atividades de grupo centrado na pessoa. Nesse sentido, Rogers afirma que um dos aspectos fundamentais para o funcionamento do grupo é um ambiente de clima psicológico adequado, para o qual o facilitador busca proporcionar um clima de segurança ao grupo, com vistas a reduzir barreiras defensivas, possibilitando aos membros a expressão criativa, abertura para contato direto com sua experiência e liberdade para expressarem pensamentos e sentimentos. Essa dinâmica favorece com que a pessoa possa explorar seus próprios sentimentos e conhecer aspectos de si mesmo e dos outros, de forma mais profunda que em qualquer outro tipo de relação (Rogers, 1970; Wood, 1983).

A tendência atualizante se evidencia quando os membros trazem uma certa *disposição* para o encontro. Na pessoa que facilita o grupo, a *disposição* caracteriza-se, em grande medida, na vivência das atitudes facilitadoras de congruência, consideração positiva incondicional e compreensão empática, na confiança intuitiva das expressões, na crença na tendência atualizante como organizadora do experienciar do outro e na abertura ao seu próprio experienciar, permitindo-se ser modificado nesse processo. No participante, a *disposição* configura-se como abertura para a mudança através da experiência e para apreender seu mundo interior e o do outro, possibilitando a ação da tendência atualizante e a percepção das atitudes facilitadoras (Wood, 1983).

Na facilitação de grupos centrados, o facilitador, essencialmente, renuncia ao papel ou posição de especialista, de dirigir o grupo, colocando-se no grupo como pessoa. Busca-se evitar o planejamento de processos e direcionamento por meio de atividades e exercícios pré-estabelecidos. Na maioria dos grupos, a preferência dos terapeutas centrados é pela realização de intervenções verbais, mas não há uma especificação de recursos ou materiais para serem utilizados, nem a proibição de sua utilização. O que prevalece é a espontaneidade, sendo os recursos utilizados uma manifestação do que se vivencia no momento e que facilite a expressão grupal. Também é importante que o próprio grupo decida se quer ou não a utilização de algum recurso ou atividade. Em diversos grupos se utilizam vídeos, arte, dança, representação de papéis, psicodrama, entre outros recursos pertinentes na facilitação do processo grupal (Wood, 1983).

Dessa forma, um grupo em que estejam presentes a crença na tendência atualizante e atitudes facilitadoras possibilita, por meio de um processo experiencial, a vivência de relações interpessoais profundas, que viabiliza crescimento pessoal, e também que a comunicação e as relações interpessoais sejam desenvolvidas e aperfeiçoadas. A pessoa relaciona-se melhor no grupo, e tende a transportar essa vivência para as outras relações, seja com a família, amigos, com colegas de trabalho e demais situações cotidianas (Rogers, 1970).

Face à potencialidade do trabalho com grupos fundamentados na ACP, sua aplicabilidade nos mais diferentes contextos e para diversos públicos, este estudo utilizou-se de grupo centrado como dispositivo para oferta de cuidados a mulheres que vivenciavam o ciclo gravídico puerperal no contexto da assistência à saúde do SUS, considerando como modalidade capaz de contribuir para o crescimento positivo e desenvolvimento contínuo das potencialidades que cada ser humano possui e na crença de que a vivência de grupo pode ser propiciadora de mudanças construtivas, de liberdade e autonomia, e potente espaço para expressão, trocas e reflexões sobre as vivências da maternidade.

## Método

Para a realização da presente pesquisa foi adotada a proposta metodológica de natureza qualitativa, considerando que, conforme destacado por [Minayo \(2009\)](#), essa forma de pesquisa objetiva compreender e explicar como se dá a dinâmica das relações sociais e, para isso, se interessa pelos significados, motivações, aspirações, crenças, valores e pelas atitudes humanas. Pesquisas qualitativas ocupam-se com aspectos que não podem ser mensurados, utilizando-se, pois, das vivências, das experiências e do cotidiano vivido para compreensão da realidade.

Adotou-se ainda, uma perspectiva fenomenológica de orientação humanista, que conforme [Amatuzzi \(2009, 2019\)](#) caracteriza-se como descritiva de vivências subjetivas, um tipo de pesquisa que se volta para a experiência, para o estudo do vivido, buscando explicitar seus significados potenciais em relação a algum contexto.

### Cuidados éticos

Por se tratar de investigação que envolve a participação de seres humanos no seu desenvolvimento, o projeto foi encaminhado para avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos da Universidade Federal de Mato Grosso (CEP Humanidades), atendendo ao que estabelecem as Resoluções CNS nº [466/2012](#) e nº [510/2016](#). A pesquisa obteve aprovação por meio do parecer nº 5.289.086 e CAAE 55218222.9.0000.5690, e Emenda aprovada pelo parecer nº 6.102.507.

O aceite das participantes para fazer parte da pesquisa foi registrado mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), por meio do qual foi comunicado a respeito do caráter voluntário da participação, sobre a garantia do sigilo e anonimato, sobre os riscos e benefícios da participação, e da liberdade de desistir de participar da pesquisa, entre outros aspectos pertinentes para decisão livre e consciente.

### Participantes

A pesquisa foi divulgada através de cartazes fixados na UBS e por meio do contato presencial com as possíveis participantes, na recepção da UBS enquanto aguardavam, ou após a saída das consultas, nos meses de março e abril de 2022, durante cinco segundas-feiras, dia da semana no qual o período vespertino era exclusivamente disponibilizado para o atendimento de pré-natal.

Participaram do estudo três mulheres, Mayla, Francisca e Larissa, sendo duas gestantes e uma puérpera. Foram consideradas como participantes as mulheres que efetivaram a presença em pelo menos um encontro do grupo. Destaca-se que, cumprindo com os compromissos éticos e garantindo o sigilo e anonimato das participantes, os nomes utilizados são fictícios e foram escolhidos pelas próprias mulheres.

Caracterização das participantes: Mayla, 24 anos, parda, casada, gestante, primigesta, possuía Ensino Superior incompleto e exercia atividade remunerada; Francisca, 25 anos, parda, casada, gestante, múltipara, possuía Ensino Fundamental incompleto e se declarou do lar; Larissa, 30 anos, parda, casada, puérpera, múltipara, cursou Ensino Médio completo e declarou do lar.

### Coleta das informações

A coleta das informações foi realizada por meio de grupo, proposto como modalidade de atenção psicológica, e facilitado pela pesquisadora a partir dos pressupostos teóricos da ACP. Os grupos ocorreram nos meses de maio e junho de 2022, às segundas-feiras, com duração média de uma hora e trinta minutos cada, totalizando quatro encontros.

Os encontros do grupo foram realizados de maneira presencial, em uma Unidade Básica de Saúde (UBS), na cidade de Sinop, Mato Grosso, em sala climatizada, na qual as cadeiras eram organizadas em círculo, possibilitando contato visual entre todas. Foram respeitadas distância de segurança entre as participantes e disponibilizado álcool 70% para a higienização das mãos e objetos utilizados, em virtude das medidas de biossegurança, considerando que os grupos foram realizados ainda em período de Pandemia do Corona vírus Sars-Cov-2 (COVID-19), porém em momento de menor gravidade, em que algumas medidas de biossegurança para o combate ao vírus já haviam sido flexibilizadas no município de Sinop como, por exemplo, a não obrigatoriedade do uso de máscaras.

Condizente com a proposta de grupo fundamentado pela ACP, durante todos os encontros buscou-se proporcionar um clima facilitativo, sem direcionamento de conteúdo, temas ou atividades ou exercícios pré-estabelecidos, promovendo um espaço propício ao compartilhamento de experiências acerca do que elas compreendessem como significativo, seja a

expressão dos seus sentimentos, emoções, expectativas ou qualquer conteúdo ou aspecto que se sentissem confortáveis em partilhar com o grupo.

### Instrumentos da pesquisa

As informações da experiência de grupo foram registradas por dois instrumentos: Versão de Sentido (VS's) e Entrevista Fenomenológica (EF). A produção das VS's pela pesquisadora/ facilitadora ocorreu após o encerramento de cada encontro, por meio da gravação de áudio e/ou de forma escrita.

Para [Amatuzzi](#) (2019), a Versão de Sentido é um método de aproximação do vivido, que se caracteriza como um indicador o mais direto possível do sentido do encontro, da experiência vivenciada, uma expressão autêntica referente a um encontro vivido, preferida imediatamente após esse encontro. Um relato livre, que não objetiva um registro de detalhes e fatos, e sim de um sentido essencial.

No último encontro foi realizada EF em grupo com o intuito de apreender como foi para as mulheres a experiência de participar do grupo durante a vivência do ciclo gravídico puerperal, considerando que, de acordo com [Giorgi](#) e Sousa (2010), o objetivo principal desse instrumento é obter uma descrição, de maneira mais integral possível, da experiência dos participantes sobre o fenômeno estudado, a partir de um contexto dialético que privilegia a empatia e a intersubjetividade. A EF em grupo foi gravada em áudio com o consentimento de todas as participantes por meio da assinatura do CLE.

A EF comumente tem início com uma questão aberta e exploratória orientada pelos objetivos da investigação, sendo a entrevista iniciada com a seguinte pergunta

disparadora: *gostaria que me falassem como foi para vocês a experiência de participar do grupo. Como se sentem em relação a terem participado do grupo?*

### Procedimentos para compreensão da experiência de grupo

Para a compreensão da experiência de grupo foi utilizada uma perspectiva fenomenológica, inspirada na proposta de [Amatuzzi](#) (2009). Seguindo a proposta do autor sobre a condução desse modo de pesquisa, foram realizadas, inicialmente, leituras do material obtendo uma visão global e buscando captar o essencial da experiência. O próximo passo foi a busca no material produzido/coletado, de elementos significativos da experiência.

Realizou-se, portanto, a transcrição das VS's que foram registradas em áudio obtendo-se a materialização textual de todas as VS's dos encontros, e a transcrição da gravação em áudio da EF, realizando sua textualização, de modo a estabelecer a descrição das narrativas e experiências das participantes do grupo. Após realizadas as leituras, o material foi sistematizado em Eixos de Sentido representativos da experiência grupal.

A apresentação dos resultados e compreensões da experiência grupal emergiu do atravessamento dos instrumentos utilizados, buscando contemplar a perspectiva da pesquisadora e facilitadora do grupo através das VS's, assim como a perspectiva das mulheres, por meio da EF. A compreensão da experiência de grupo ocorreu à luz do referencial teórico da ACP, assim como no diálogo com outros pesquisadores e estudos sobre a temática, favorecendo uma compreensão mais ampla dos achados da pesquisa.

## Resultados e discussão

Nesta seção, apresentam-se os Eixos de Sentido obtidos do material oriundo das Versões de Sentido e da Entrevista Fenomenológica.

### Compreendendo as experiências no grupo

As compreensões das VS's foram realizadas por meio de Eixos de Sentido, nos quais os registros das VS's são trazidos incorporados ao texto com a intenção de transmitir o olhar imbricado da pesquisadora/facilitadora para a experiência de grupo e vivência das participantes.

### Eixo: aspectos e tendências de desenvolvimento grupal

Neste eixo, são destacados elementos significativos da dinâmica das relações intersubjetivas dos encontros. São apresentados aspectos identificados na vivência de grupo que se aproximam do processo de desenvolvimento grupal sugerido por [Rogers \(1970\)](#), assim como outros característicos de grupos facilitados pelos pressupostos da ACP.

[Rogers \(1970\)](#) destaca quinze tendências que se evidenciam no desenvolvimento do processo de grupo, porém ressalta que não há um movimento linear ou sequência ordenada de progressão desse desenvolvimento, e essas tendências poderão ser diferentes de um grupo para outro, assim como podem não ocorrer em sua totalidade em todos os grupos.

A partir dessa compreensão, observou-se que, no desenvolvimento do grupo, algumas dessas tendências se revelaram. De maneira espontânea, desde os momentos iniciais as mulheres expressaram abertura para compartilhar com o grupo. Essa disponibilidade para expressão pareceu ser eliciada por alguns fatores: o contato presencial anterior com as participantes, a própria configuração do grupo com apenas três participantes, o interesse e *disposição* das partes para estar no grupo. A *disposição* para o encontro é apontada por [Wood \(1983\)](#) como facilitativa para a criação de um clima psicológico adequado que possibilite a expressão da tendência atualizante.

Essa *disposição* fez-se presente tanto nas participantes quanto na pesquisadora/facilitadora. Os registros das VS's demonstram que havia o desejo inerente de fazer o grupo acontecer e estar totalmente conectada ao grupo, às mulheres presentes. A *disposição* para estar e facilitar o grupo foi expressa por uma focalização no momento presente, no desejo de estar inteiramente disponível para criação de um clima psicologicamente seguro para livre expressão, no qual cada participante do grupo se sentisse acolhida e acompanhada, como propõe [Rogers \(1970\)](#), que o facilitador deve proporcionar ao participante desde o princípio, que se sinta seguro para se expressar, com a certeza que terá alguém para ouvi-lo verdadeiramente.

O clima de abertura e liberdade vivenciado no grupo possibilitou à Mayla sentir-se à vontade para falar de si, visualizando o grupo como um lugar possível de ser ela mesma, ser congruente com sua experiência, podendo expressar até mesmo quando não se sentisse feliz, sem receios de julgamentos, diferente do vivenciado em outras relações e ambientes, inclusive nas relações familiares. Percebeu-se que o espaço grupal proporcionou um ambiente no qual essas mulheres puderam se sentir livres para expressar abertamente suas emoções e sentimentos, incluindo aqueles considerados negativos, e que antes não se sentiam à vontade para expor. Mayla permite-se, então, falar de sentimentos como ansiedade e medos em relação à vivência gestacional, demonstrando que quando a pessoa se sente compreendida, sem julgamentos, experimenta liberdade para se desenvolver.

Também foi possível observar, desde o princípio no grupo, uma abertura para *expressão e exploração de material com significado pessoal*, dada a percepção de liberdade e segurança para exporem vivências e sentimentos tão íntimos. Percebe-se que um clima de liberdade permite ao indivíduo expressar aspectos de sua vivência, como pensamentos e emoções, mesmo quando são divergentes das regras morais e sociais ([Rogers & Kinget, 1977](#)). Isso mostra a importância de se ter propiciado uma atmosfera relacional permeada pelas atitudes facilitadoras em que as participantes pudessem perceber e vivenciar essas atitudes.

Outro aspecto vivenciado no grupo foi a *capacidade facilitativa/terapêutica do grupo*, considerada ainda mais expressiva pelo pequeno número de participantes, promovendo um ambiente de maior intimidade e comunicação direta e fluída. Rogers (1970) diz dessa capacidade como presente em todos os indivíduos, mas que necessita de liberdade para ser exercida, liberdade essa que pode ser vivenciada no clima permissivo do grupo, concretizando-se em recursos de ajuda mútua para o crescimento em que os membros demonstram uma capacidade espontânea para acolher a dor, o sofrimento e as dificuldades do outro.

Essa capacidade facilitativa esteve presente desde o primeiro encontro, como demonstrado por Maylla através de uma abertura, de um interesse genuíno para ouvir Larissa direcionando sua atenção, buscando compreendê-la e expressando seu ponto de vista. E foi sendo evidenciada em diversos momentos do grupo, como ao final de um dos encontros, com uma pergunta a mim, se gostaria de compartilhar algo com elas também. E foi possível sentir que não era uma pergunta de curiosidade, para ter uma informação, mas de interesse: “*você nos ouviu até agora, queremos te ouvir também, se você quiser*”. Essa vivência reflete também a tendência à *Expressão de sentimentos positivos e intimidade*, na qual “[...] atitudes positivas e terapêuticas do grupo para com o seu próprio líder constituem um exemplo de intimidade e tom pessoal nas relações” (Rogers, 1970, p. 40). Foi um momento significativo que gerou a sensação de que elas tinham compreendido a proposta, de que eu estava ali também como participante do grupo, e houve vontade de agradecê-las por elas estarem presentes, fazendo ser possível, e pela confiança em compartilharem suas experiências no grupo.

Essa vivência simboliza os vínculos criados durante os encontros, permeados por um sentimento de acolhimento e fluidez no grupo ao se reunir. Vínculos propiciados por um clima promotor de trocas significativas, interesse e apoio mútuos, que remetem à tendência de *Expressão de sentimentos interpessoais imediatos no grupo*, evidenciando que, em um clima facilitativo e de liberdade, as pessoas vivenciam uma maior espontaneidade e flexibilidade, e abertura à experiência, estabelecendo relações interpessoais mais íntimas (Rogers, 1970).

A intensidade das vivências e vínculos construídos diz de um novo sentido ao tempo, ecoando a sensação de que se vivenciou mais tempo juntas que as poucas horas de quatro encontros. Diz também sobre a composição do grupo não ter sido assimilada como um aspecto negativo, ao contrário, como expresso por Larissa, ao referir que, por ser um grupo pequeno, se sentiu mais à vontade e segura para se expressar. Diz ainda de um desejo de continuidade, expressando a tendência de *Relações de ajuda fora das sessões de grupo*, de que os vividos experienciados no grupo permaneçam de alguma forma presentes em nossas vidas. Ao final dos encontros, Maylla e Larissa trocaram contatos, expressando interesse para continuarem se relacionando, uma demonstração simbólica do desejo de vivenciar relações interpessoais significativas.

### **Eixo: movimentos e aprendizagens significativas emergidas do processo grupal**

Neste eixo, são apresentados aspectos das vivências do grupo que demonstraram movimentos e aprendizagens possíveis nas participantes no decorrer dos encontros. A vivência grupal propiciou às participantes uma dinâmica de aprendizagem frente aos seus próprios sentimentos e especialmente na maneira que essas se expressam diante deles. No primeiro encontro, Maylla falou de suas dificuldades para expor, com pessoas de seu convívio, como realmente se sentia, enfatizando que quando perguntam como está se sentindo, sempre responde demonstrando que está bem e feliz, pois é o que as pessoas querem ouvir, e que nunca se sente à vontade para dizer quando não está bem, receando, ainda, causar algum constrangimento e julgamento, demonstrando que ali estava muito à vontade para falar de si, que viu no grupo um lugar para ser ela mesma, em que poderia dizer a verdade quando não estivesse bem.

Larissa também, desde o primeiro encontro, conseguiu acessar o clima facilitativo do grupo e sentiu-se muito à vontade para falar das dificuldades que está passando na vivência do puerpério, expressando seus medos, angústias, ansiedades, raiva, as dificuldades com a amamentação, cansaço e sobrecarga por ter que “dar conta de tudo”. Revisitou as experiências de sua última gestação, dizendo com angústia sobre as diversas vezes que passou mal e que em uma delas

precisou ser hospitalizada, deixando seu filho pela primeira vez sem seus cuidados, e também expressou vivências mais recentes desse puerpério. Larissa percebeu que a relação com sua mãe, permeada por experiências de abandono, fez com que ela experenciasse e se desse conta do quanto essas vivências e sentimentos ainda a afetam, reverberando em medo e culpa de que não esteja sendo uma boa mãe, e que seus filhos, em algum momento, também se sintam abandonados por ela.

No segundo encontro, Mayla relatou como estava se sentindo cansada, e expôs no grupo seu medo de sentir esse cansaço e sobrecarga quando sua filha nascer, acessando muitos sentimentos e emoções que estão mais presentes na gestação, como a ansiedade; e ao mesmo tempo, acolhe esses sentimentos, tentando entender que isso faz parte desse momento novo que está vivendo. Foi perceptível que Mayla estava mais à vontade para olhar, acolher e expor seus sentimentos não só no espaço grupal, mas também nas relações de seu cotidiano. Larissa trouxe sobre suas dificuldades em lidar com as diferenças desse puerpério, totalmente diferente do anterior, e que por mais que se prepare, as situações são diferentes, e que às vezes é difícil lidar com as dificuldades que tem agora e que não teve antes. Apesar das dificuldades, diz que está se sentindo mais disposta e dormindo melhor, e que foi a conversa do encontro anterior que a fez lembrar de um período que fez meditação e o quanto lhe fazia bem e que voltou a fazer toda noite e está ajudando-a a dormir melhor.

Destaca-se a importância da liberdade experiencial, que possibilitou a elas sentirem-se livres de ameaças, críticas e julgamentos. Oportunizando que deixassem de se sentirem intimidadas de expor seus sentimentos e opiniões, com receios de serem julgadas ou perder o apreço de outras pessoas (Rogers & Kinget, 1977). O clima de liberdade experiencial possibilitou espaço para se aproximarem do que são, distanciando-as de papéis e máscaras, sentindo-se livres para explorarem suas experiências, espaço que não encontram, na maioria das vezes, nas relações familiares e cotidianas (Rogers, 1970, 2009), como destacado de forma entusiasmada por Larissa ao dizer o quanto estava surpresa consigo mesma, pois sempre teve vergonha de se expor, de falar de si e, no grupo, estava conseguindo, e se sentia muito bem por isso.

Mayla, em sua primeira gestação, por exemplo, permitiu-se explorar e aprofundar os sentimentos envolvidos nesse processo, aceitando-os e modificando-os de forma condizente com seu movimento de atualização. No quarto encontro, diz que passou a perceber que sempre se sentia mais ansiosa quando tinha alguma situação nova, que precisava se preparar, quando tinha alguma coisa nova para fazer, permitindo-se acolher seus sentimentos de medo, insegurança, dando-se conta de que faz parte do processo, é normal ter dúvidas, porque é “um mundo novo”.

Em vista disso, no último encontro Larissa compartilhou, com satisfação, todas as mudanças que ela experimentou desde que começou a participar do grupo. Expressando que a rotina de autocuidados, com meditação e principalmente atividade física em grupo, tem sido um momento muito bom de cuidar de si, de interagir com outras pessoas e poder vivenciar um lado seu que existe para além da maternidade, momento esse que representa as suas forças renovadas. Revelou que fazer atividade física é algo muito significativo, pois para ir se exercitar, deixava a filha aos cuidados da vizinha, situação que considerava inconcebível no primeiro filho, momento de sua vida que, totalmente envolvida com a maternidade, carregava o pensamento de que deveria se dedicar exclusivamente a cuidar do filho e nunca tirou um tempo para cuidar de si mesma. Mas agora estava buscando ser mais flexível consigo mesma, e tentando não pensar no julgamento dos outros.

Em um clima facilitador, de liberdade experiencial, Larissa pode refletir sobre sua própria experiência, alterando seu modo de olhar acerca do que lhe trazia sofrimento e incômodos, voltando agora para o que desejava ser mudado, num movimento de abertura das percepções rígidas a respeito de si mesma (Rogers, 2009).

Nesse movimento de mudanças, Larissa autorizou-se a olhar de maneira diferente e dar novos significados para as ideias e valores que concebia sobre ser uma boa mãe, de que como mulher e mãe sua vida não se resume somente a ser responsável por dar conta de tudo, inclusive casa e filhos, percebendo que viver é bem mais que cumprir compromissos e exercer papéis e que, apesar de tudo que o mundo lhe impõe, sua mente não lhe aprisiona mais.

A experientiação de aprendizagens significativas, a partir das relações estabelecidas no grupo, propiciaram autoconhecimento, envolvendo uma aprendizagem afetiva e cognitiva, com conseqüente influência no comportamento. Desse modo, é um aprendizado que se alicerça na própria experiência do indivíduo possibilitando modificar seu comportamento, e orientar suas ações e atitudes (Rogers, 2009).

Os movimentos sinalizaram que puderam experimentar no grupo condições em que a tendência atualizante pode ser expressada, sendo perceptível a abertura para se construir e reconstruir face ao movimento de tornar-se e ser mães.

### **Eixo: vivências significativas para o contexto da gestação, parto e puerpério**

Este eixo busca contemplar experiências, conteúdos e assuntos compartilhados no grupo acerca da vivência do ciclo gravídico puerperal. São apresentadas as vivências das três participantes, Mayla, Francisca e Larissa. As mulheres compartilharam a gestação como uma fase permeada de alterações em diversos aspectos, incluindo as mudanças corporais e os intensos incômodos físicos que as acompanham. A intensidade foi tamanha que passou a representar, para elas, estágios difíceis ou complicados.

Francisca, por exemplo, expressou sua frustração e incompreensão com o mal-estar físico que, por muitas vezes, exigiu intervenções medicamentosas. Ela que na época vivia a terceira gestação, esperava vivenciar uma gravidez tranquila, por essa ter sido planejada e estar esperando um menino que, aliás, tanto desejava. Concomitantemente, Larissa também apontou o paralelo gestação e dificuldade, tendo em vista que, em sua última gravidez, ela precisou ser hospitalizada. Em seu relato, foi possível perceber como essa ocasião fez com que ela se sentisse culpada por ter precisado deixar seu primeiro filho sem seus cuidados. No caso de Maylla, primigesta, o incômodo e mal-estar estavam presentes em seu relato como sensação rotineira, gerando complexidade por conta dos enjoos e alterações físicas, que dificultavam o cumprimento de outros afazeres, como o trabalho remunerado e cuidados da casa.

As vivências expressas pelas participantes apresentam em comum sentimentos de ambivalência em relação à gestação, em sua maioria originados nos incômodos físicos. Em Francisca e Larissa, há incompreensão por se sentirem assim, por suas gestações terem sido planejadas e desejadas. Com Mayla, essa incompreensão parece se fazer menos presente e o que a incomodava era que nem sempre podia expressar esses sentimentos, não tinha liberdade para falar quando não se sentia bem, pois as pessoas próximas não compreendiam, demonstrando expectativas de que uma mulher gestante esteja sempre feliz, sendo aceitáveis que tenha apenas sentimentos positivos, e esteja sempre plena, seguindo a lógica contemporânea, a qual estabelece o controle sobre quais sentimentos são aceitáveis para ser uma boa mãe, não havendo espaço e aceitação para sentimentos em desacordo com o padrão (Vasconcelos, 2019).

Arrais e Araújo (2016) evidenciam que as vivências do ciclo gravídico puerperal são revestidas de sentimentos intensos e, muitas vezes, contraditórios, que se sustentam em crenças de ordem pessoal, familiar, social e cultural. As vivências das participantes tornam evidente como o processo gravídico envolve mudanças em diversos aspectos da vida da mulher, independentemente de ser primigesta ou multigesta, cada gestação e parto constitui-se como evento único e singular (Maldonado, 2013). E também indicam como as alterações físicas e sintomas comuns do primeiro trimestre como os enjoos, vômitos e náuseas podem contribuir com sentimentos ambivalentes, em que a mulher vivencia, ao mesmo tempo, o gostar e não gostar de estar grávida. É bastante comum temores em relação às alterações corporais, incluindo o medo de que elas sejam irreversíveis, de não terem mais os corpos de antes da gestação, sendo as mudanças corpóreas um dos principais fatores de insatisfação na vivência do tornar-se mãe (Ministério da Saúde, 2012; Zanatta et al., 2017).

Em relação à vivência do parto, Francisca compartilhou seus receios e medos, visto que vivenciava uma gestação difícil, temia que o parto também fosse assim, tão custoso quanto. Mencionou que seus medos e preocupações decorriam das imprevisibilidades que poderiam acontecer quando ela precisasse ir para o

hospital, pois em seu último parto não gostou da forma como foi tratada em alguns momentos, principalmente quando as enfermeiras a fizeram caminhar para a sala de parto com o bebê já nascendo. Diz que não conseguiu ter outra reação e obedeceu às enfermeiras, mas não compreendia por que tinha que ir para outra sala se já estava parindo. Suas falas traduziam o medo de que o desfecho da gestação atual fosse de um parto complicado e de assistência desumanizada.

Quanto aos estudos referentes a esse processo, [Sales e Magalhães \(2018\)](#) apresentam que o parto é um momento de muita expectativa e de sentimento de medo, principalmente para as primigestas. As expectativas e medos não são referentes somente ao parto em si, mas especialmente em relação ao atendimento que receberão dos profissionais durante o processo de trabalho de parto, medo de serem desassistidas e incompreendidas, tratadas com descaso nos momentos de dor. Esses aspectos também foram evidenciados no estudo de [Tostes e Seidl \(2016\)](#) cujos resultados mostraram que as gestantes vivenciavam expectativas negativas em relação ao parto, associadas a um momento permeado por medos, dor, sofrimento e de riscos para si e para o bebê. As expectativas de uma experiência negativa de parto também se associavam a sentimentos de falta de preparo e confiança para vivenciar o parto.

As vivências de parto de Larissa a fizeram associar a assistência recebida com aspectos negativos. Relata que quando teve seu primeiro filho, não estava conseguindo amamentar e a enfermeira foi muito grossa e insensível com ela, sentindo-se na liberdade de apertar seu peito com força, para lhe mostrar como deveria fazer, dizendo que tinha que ser assim. A participante exprimiu esse momento como muito doloroso, que a fez chorar de tanta dor. Sua expressão, em tom de desamparo, evidenciou que o choro não foi apenas pela intensa dor física, mas que carregava principalmente a dor de ser humilhada e subestimada em um momento tão significativo.

As experiências de parto trazidas por Francisca e Larissa evidenciam a relevância de uma assistência humanizada ao parto e nascimento, que preze pela autonomia da mulher, livrando-a de qualquer violência, discriminação, tratamento indigno e desrespeitoso. Seus relatos denunciaram a lógica de uma assistência hospitalar que prioriza o cumprimento de

normas e rotinas rígidas em detrimento do bem-estar da mulher, impondo a essas uma lógica que padroniza e desconsidera sua individualidade e capacidades, produzindo experiências negativas em um momento tão significativo.

O cenário de medicalização da assistência ao parto e nascimento é apontado por [Sena \(2016\)](#) como porta e palco para produção da violência obstétrica, visto que legitima procedimentos e intervenções desnecessárias e prejudiciais, que retiram da mulher o livre exercício de sua autonomia, produzindo impactos negativos tanto físicos quanto emocionais e uma experiência negativa do processo gestacional parturitivo. [Barros \(2015\)](#) também destaca a assistência medicalizada ao ciclo gravídico puerperal como potencializadora de sentimentos de medo e insegurança nas mulheres e que reforçam o poder médico, sendo um dispositivo de violência e de controle de suas existências.

Consoante com a relevância de uma experiência parturitiva positiva, [Santos et al. \(2022\)](#) evidenciam impactos que uma experiência contrária pode causar à mulher, verificando a relação entre a avaliação do parto pelas mulheres como uma experiência negativa, com o aumento das sintomatologias de ansiedade e depressão pós-parto.

[Delmondes \(2020\)](#) abordou o contraste da vivência de uma assistência ao parto centrada na mulher, baseada em relações facilitadoras, nas quais haja consideração, respeito às necessidades e particularidades, frente a vivências permeadas com alguma forma de violência, destacando que o tratamento ofertado a mulher pode ser facilitativo do desenvolvimento de suas potencialidades e capacidades, ou ser prejudicial, caso haja violência na assistência obstétrica.

Baseadas nas experiências anteriores de partos vaginais, tanto Larissa quanto Francisca trouxeram, em seus relatos, a preferência pelo parto normal, principalmente pela recuperação mais rápida. Mayla, primigesta, também manifestou seu desejo pelo parto normal, relacionando-o com os benefícios da dor ser apenas no momento e pelo tempo de recuperação, pois todas as mulheres que conhecia que fizeram cesárea relataram mais dificuldade para a recuperação ou ainda outros problemas.

Essas preferências e motivações para a escolha da via de parto também foram identificadas no estudo de [Abreu](#) (2019) em que, nas múltiparas, a escolha pelo parto normal se baseava nas experiências anteriores e, nas primigestas, nas experiências relatadas por outras mulheres, como mães e amigas. [Tostes](#) e [Seidl](#) (2016) apresentam motivações semelhantes das gestantes pelo parto normal, em que apontaram como principal motivo a recuperação mais rápida e tranquila no pós-parto, sendo outras justificativas para a escolha, considerarem que o corpo da mulher está preparado para o parto normal, e que seja sem riscos e mais saudável para o bebê, e ainda, por medo da cesárea, devido ao corte e cicatriz e que pode ter riscos.

Em relação ao contexto apresentado nas vivências das participantes sobre suas gestações, e especialmente seus partos, fica evidente a relevância de uma assistência integral no pré-natal que contemple aspectos informativos e educativos, e também emocionais, possibilitando o desenvolvimento da autonomia e protagonismo da mulher em sua sua vivência.

### **Sentidos da vivência grupal: o olhar das participantes**

Os resultados referentes à compreensão das mulheres sobre a experiência de participação em grupo durante a vivência do ciclo gravídico puerperal, oriundos da EF realizada em grupo com as participantes presentes no último encontro, Larissa e Mayla, são apresentados em três Eixos de Sentido.

#### **Eixo: espaço onde posso falar e ser ouvida**

Nesse eixo as mulheres abordam sobre terem encontrado, no espaço grupal, um ambiente em que se sentiram acolhidas e livres para compartilhar suas vivências da gestação e da maternidade, espaço em que se sentiram ouvidas e compreendidas. Demonstraram o sentimento de confiança no grupo como espaço que precisavam para expressar suas emoções e experiências da gestação e da maternidade.

*"[...] essa descoberta de gestação, de como que vai ser, e de ter alguém pra gente compartilhar, conversar e saber que vai ouvir e que também vai ter alguma coisa pra falar também, então isso foi algo bem positivo e que ajudou muito" (Mayla).*

*"[...] no início mesmo da gestação a gente fica mais frágil, mais sensível e tem muitas outras coisas que a gente precisa de alguém pra conversar, que nem no meu caso, eu fiquei, tipo eu não tinha ninguém pra conversar, e as pessoas que eu tinha às vezes era só por mensagem" (Mayla).*

A participação no grupo foi compreendida como uma experiência proveitosa, em que associaram o acolhimento e o fato de sentirem-se ouvidas, como abertura para também se ouvirem e se perceberem em diversos aspectos, como expresso por Larissa: *"E foi bem válido, porque a gente reflete, conversando a gente acaba, como você já tinha falado, se ouvindo, né"*. Esse aspecto também foi observado no estudo de [Correia](#) e [Moreira](#) (2016) no qual as participantes ao se sentirem ouvidas no contexto grupal, puderam acessar e explorar suas experiências, perceberem suas dores e entrarem em contato com sentimentos e emoções, possibilitando a percepção de seu organismo e modos de funcionamento.

As falas das participantes revelam que o grupo, constituído por um clima facilitado pela compreensão empática, consideração positiva incondicional e congruência, possibilitou a vivência de um espaço de cuidado e escuta genuínos. [Rogers](#) (1983) atribuiu grande potencialidade ao ouvir, constatando que, quando ouvimos completa e efetivamente uma pessoa, para além do que se expressa por palavras, quando ouvimos seus significados e transmitimos que escutamos o que é importante para ela, esse ouvir provoca consequências positivas na pessoa, que se sente mais segura para falar de si, bem como livre e aberta para mudar e se desenvolver.

[Coppe](#) (2001), em seu estudo sobre Grupo de Encontro, buscou compreender os alcances dessa vivência a partir de seus participantes, identificando que eles atribuem expressivo valor ao fato de se sentirem ouvidos no grupo, referindo como contributivo para as mudanças que ocorreram em suas vidas, sobretudo em suas relações, sejam intra ou interpessoais.

As mulheres destacaram a troca de experiências como um dos aspectos positivos da vivência grupal, contribuindo para que se sentissem acolhidas, tendo proporcionado identificação e empatia entre as participantes, como expresso por Larissa.

*“Outra coisa muito positiva também é que a gente ouviu relatos parecidos com os da gente, a gente sente mais acolhida, se identifica, e vê que não é só você que tá passando por aquilo sozinha, e isso é muito bom” (Larissa).*

A respeito do processo de identificação, [Coppe](#) (2001) observou que ela se dá por meio do reconhecimento de si através do outro, em que se percebe no outro uma aproximação de experiências, proporcionando que a pessoa se sinta vinculada e pertencente.

### **Eixo: espaço de autoconhecimento, reflexão e mudanças**

As mulheres abordaram que a experiência facilitou o desenvolvimento expressivo delas, possibilitando autoconhecimento, autoconfiança, autonomia e expressão das emoções, compreensão de seu funcionamento diante das situações da vida, e da vivência do período gravídico puerperal, como traz a fala de Mayla.

*“[...] foi algo que ajudou bastante para tanto conhecer um lado meu, que nem o fato que a gente falou agora na questão de organização, de poder enxergar algumas coisas que já passaram que a gente não pudesse ver antes” (Mayla).*

As vivências no grupo foram destacadas pelas mulheres como propiciadoras de reflexões e mudanças na percepção de si, que refletiram em mudanças de comportamento, tornando possível encontrar soluções para seus problemas de modo a provocar mudanças nas relações e em situações de suas vidas.

*“[...] a gente se ouvindo, a gente acha soluções pro nosso dia a dia, muitas coisas eu pensei e tudo e tô tentando fazer de maneiras diferentes sabe, o que eu venho falando aqui eu fico pensando o que eu posso fazer pra mudar, pra melhorar, e isso tem sido muito bom” (Larissa).*

Percebe-se, que o espaço grupal, através das relações desenvolvidas em um clima de liberdade, proporcionou às mulheres maior percepção de seus processos internos, compreensão e aceitação de si mesmas. Conforme delineado por [Rogers](#) (1977), esse processo se dá a partir de relações facilitadoras, em um clima que propicie ter seus sentimentos ouvidos e aceitos, a pessoa aprende a ouvir a si mesmo, e assim aceitar-se mais, permitindo-se adentrar sua

intimidade, ouvir e reconhecer sentimentos e aspectos de si mesma até então não explorados. Uma vez que a compreensão e aceitação incondicional são acessadas na relação com o outro, a pessoa tende a desenvolver atitude semelhante consigo mesma, de modo a se aceitar, se respeitar e se responsabilizar em seu processo de mudança.

Em seu estudo, [Correia](#) e Moreira (2016) apresentam a percepção de que o espaço do grupo possibilitou as participantes serem elas mesmas, abandonarem as fachadas, reconhecerem suas fragilidades e explorarem suas histórias, revelando os sentidos do grupo como espaço que facilita o aprendizado e possibilita a renovação e a criação de possibilidades de vivências mais congruentes. Nesse mesmo sentido, [Coppe](#) (2001) destaca que a profundidade das mudanças varia de uma pessoa para outra, mas que a experiência grupal proporciona que tenham mais consciência de seu funcionamento, que se torna mais pleno, e em conformidade com sua realidade.

### **Eixo: espaço de cuidados aos aspectos emocionais**

As participantes tiveram a percepção do grupo como um espaço propiciador de atenção e cuidados aos aspectos emocionais e psicológicos que auxiliam na vivência do período gravídico puerperal, como é possível perceber na fala de Mayla: “eu acho que seria uma coisa que ajudaria bastante, principalmente no início (da gestação), [...] mas é uma coisa que iria te ajudar até o final, e até depois”.

Na concepção das mulheres, a atenção e cuidados aos aspectos emocionais e psicológicos na gestação são importantes, devido às alterações emocionais que ocorrem nesse período, e que essa atenção e cuidados emocionais possibilitariam a prevenção de adoecimentos que podem surgir nesse período.

*“[...] porque tem muita coisa que fica muito conturbada e tudo mais, e aí é algo fundamental [...] se todas as mulheres conseguissem passar por um psicólogo quando está gestante, muita das vezes, a maioria das mulheres e das crianças não tinha tanto problemas quanto tem hoje” (Mayla).*

Destacando a experiência de participação no grupo como positiva, as mulheres expressaram a compreensão sobre a importância do pré-natal contemplar tanto a assistência física quanto a emocional.

*"[...] que fizesse parte do pré-natal, porque o pré-natal é pra cuidar do corpo, mas precisa realmente de algo pra cuidar da mente também né, é tudo muito novo, por mais que já tenha sido mãe, a gente não vivencia a mesma coisa da gestação anterior, e a gente precisaria realmente ter essa ajuda" (Larissa).*

Suas expressões enfatizam a importância do bem-estar físico e mental para vivência da gestação e de uma maternidade saudável, como destacado por Larissa: "É isso, hoje em dia a gente tem visto a necessidade de não só o corpo tem que estar bem, mas a mente tem que tá bem juntos, não adianta ser um ou outro".

As falas das mulheres apresentam consonância com os apontamentos de [Tostes](#) e [Seidl](#) (2016) que identificaram, além da demanda por maiores informações sobre assuntos relativos à gestação, em especial sobre o parto, que também é necessário no pré-natal, a disponibilização de mais apoio psicoemocional às gestantes. Esses relatos nos comunicam a relevância da assistência integral e comprometida com o ciclo gravídico puerperal numa perspectiva biopsicossocial, que compreenda como significativos os cuidados aos aspectos emocionais vivenciados e oportunize o acesso a uma assistência para além dos cuidados com os aspectos físicos.

A relevância da assistência integral, incluindo a dimensão emocional e psicológica durante o pré-natal, foi demonstrada por [Abreu](#) et al. (2021) ao narrarem sobre as vivências de grupo realizado com gestantes, utilizando-se dos pressupostos da ACP. As autoras destacam o espaço grupal como facilitador de relações interpessoais, vínculos afetivos e de experiências e aprendizagens significativas, atribuindo o sentido de que os cuidados psicológicos contribuíram para o processo de fortalecimento e empoderamento das mulheres, propiciando experiências positivas no gestar e parir.

Sobre o processo de grupo, [Coppe](#) (2001) apresenta uma descrição geral dos alcances dessa vivência, em que destaca que a pessoa vivencia uma experiência de autoconhecimento, com maior percepção de seus sentimentos e emoções, que proporciona desenvolvimento e crescimento pessoal, modificando suas relações consigo mesmo e com os outros.

O próprio [Rogers](#) (1970) buscou compreender as consequências da participação em grupos de encontro, através de um estudo fenomenológico, com a resposta de 481 pessoas após três a seis meses do encerramento dos encontros, constatando que a maioria dos participantes compreendeu a experiência como significativa, propiciou resultados construtivos, como mudanças positivas e contínuas de comportamento.

Portanto, compreende-se que a percepção das mulheres sobre a participação em grupo no período gravídico puerperal, com objetivos de cuidados aos aspectos emocionais, foi de uma experiência impulsionadora de desenvolvimento e facilitadora da autonomia e protagonismo na vivência da maternidade.

## Considerações finais

As compreensões obtidas neste estudo, sobre experiência de grupo com mulheres que vivenciavam o ciclo gravídico puerperal no decorrer da pesquisa, sinalizam que a modalidade de atenção psicológica se constituiu como espaço de acolhimento, de escuta e liberdade experiencial, em que o grupo se configurou como um espaço democrático e de existência de mulheres que, expostas a inúmeros julgamentos, demandas e imposições sociais sobre o materno, encontraram espaço de fala, de expressão e de liberdade para serem elas mesmas e para ressignificarem experiências. O grupo centrado se constituiu como dispositivo potente, espaço de encontros e relações capazes de promover transformações, gerar criatividade, criar possibilidades e novas percepções para as mulheres sobre suas vivências para além do que está previsto socialmente, desdobrando-se em novas atitudes e comportamentos diante das situações da vida e das relações cotidianas.

O cenário atual de assistência à gestação, parto, nascimento e puerpério, não tem sido primordialmente constituído por relações que facilitem experiências positivas e enriquecedoras para as mulheres, consideradas, na maioria das vezes, sujeitos passivos de sua própria vivência. Portanto, possibilitar um ambiente de acolhimento, trocas, autocuidado e promotor de autonomia foi uma aposta na potencialidade do grupo como dispositivo em favor da humanização da assistência, em um movimento contrário às práticas medicalizantes.

O grupo, que se configurou-se pela ênfase na promoção da saúde mental, oportunizou assistência integral às mulheres na vivência do ciclo gravídico puerperal, de maneira a contemplar os aspectos emocionais que, muitas vezes, ainda são negligenciados na assistência às gestantes e puérperas, promovendo o desenvolvimento da autonomia e protagonismo para se construírem e reconstruírem face ao movimento do tornar-se e ser mães.

O estudo possibilitou evidenciar as convergências entre os princípios da ACP e os que orientam a prática na assistência do SUS, bem como a compreensão da viabilidade de grupo fundamentado pela ACP na assistência integral à saúde da mulher no período gravídico puerperal, como prática colaborativa para efetivação de cuidados humanizados. Possibilitou, ainda, a compreensão de que outras configurações de grupos possam e devam ser exploradas nas propostas de inserção e contribuições da ACP na assistência à saúde.

Tendo em vista as convergências da ACP com as Políticas de Humanização, e que a ACP constitui-se como uma abordagem das relações humanas, não restrita à Psicologia, apresenta-se a possibilidade de desenvolver grupos centrados com as equipes, a fim de promover, com os profissionais, o desenvolvimento de habilidades, de atitudes facilitadoras que possam subsidiar o cuidado integral, contemplando os aspectos emocionais, almejando que esses profissionais das equipes possam ser multiplicadores da prática, atuando como facilitadores em grupos centrados. Vislumbra-se as atitudes facilitadoras propostas pela ACP como instrumentalização de relações

intersubjetivas significativas, facilitadoras do vínculo entre profissionais e pessoas atendidas e de desenvolvimento mútuo, e da efetivação de um cuidado humanizado, centrado na pessoa. Desse modo, também se viabiliza a realização de grupos centrados com a facilitação multiprofissional, compartilhada, por exemplo, entre psicólogo e enfermeiro, psicólogo e médico, psicólogo e dentista, entre outras configurações pertinentes.

Observou-se, como uma limitação do estudo, o quantitativo de participantes do grupo, totalizando três mulheres. Refletimos sobre a probabilidade de que a pesquisa se concretizasse com diferentes características, experiências, resultados e compreensões, caso a participação no grupo se desse com maior número de mulheres.

Consideramos que este trabalho seja compreendido como inspirador para investigações futuras com a utilização de grupo fundamentado pela ACP, as quais possam explorar outras configurações de grupo centrado, como as possibilidades apresentadas anteriormente, de grupo centrado com equipes de saúde e grupo centrado com facilitação multiprofissional, com vistas à compreensão da viabilidade dessas práticas, e ampliação das interlocuções entre ACP e assistência integral e humanizada em saúde, especialmente as voltadas ao ciclo gravídico puerperal.

### **Contribuições das autoras**

Este artigo é fruto de uma dissertação de mestrado, na qual Barbalho, A. M. foi orientada por Magalhães, F. C. Barbalho, A. M. participou da concepção da pergunta de pesquisa, delineamento metodológico, coleta das informações, compreensão dos resultados e redação do artigo científico. Magalhães, F. C. participou da revisão do artigo. Todas as autoras revisaram e aprovaram a versão final e estão de acordo com sua publicação.

### **Conflitos de interesses**

Nenhum conflito financeiro, legal ou político envolvendo terceiros (governo, empresas e fundações privadas, etc.) foi declarado para nenhum aspecto do trabalho submetido (incluindo, mas não se limitando a subvenções e financiamentos, participação em conselho consultivo, desenho de estudo, preparação de manuscrito, análise estatística, etc.).

## Indexadores

A Revista Psicologia, Diversidade e Saúde é indexada no [DOAJ](#), [EBSCO](#) e [LILACS](#).



## Referências

- Abreu, C. S. (2019). *Gestar autonomia na preparação para o parto: grupo como estratégia da abordagem centrada na gestante* [Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Mato Grosso]. Repositório da Universidade Federal de Mato Grosso. <http://ri.ufmt.br/handle/1/3776>
- Abreu, C. S., Magalhães, F. C., & Delmondes, P. T. (2021). Narrativas sobre atenção psicológica e humanização do parto e nascimento. *Revista Sociais e Humanas*, 34(2), 9–32. <https://periodicos.ufsm.br/sociaishumanas/article/view/64240>
- Amatuzzi, M. M. (2009). Psicologia fenomenológica: uma aproximação teórica humanista. *Estudos de psicologia*, 26(1), 93–100. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2009000100010>
- Amatuzzi, M. M. (2019). *Por uma psicologia humana* (5a ed.). Alínea.
- Arrais, A. R., & Araújo, T. C. C. F. (2016). Pré-Natal Psicológico: perspectivas para atuação do psicólogo em Saúde Materna no Brasil. *Revista da SBPH*, 19(1), 103–116. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-08582016000100007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582016000100007&lng=pt&nrm=iso)
- Arrais, A. R., Mourão, M. A., Fragalle, B. (2014). O pré-natal psicológico como programa de prevenção à depressão pós-parto. *Saúde e Sociedade*, 23(1), 251–264. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902014000100020>
- Barros, M. N. S. (2015). *Reconfigurando um modo de ver o parto* [Tese de doutorado, Universidade Federal Fluminense]. [http://slab.uff.br/wp-content/uploads/sites/101/2021/06/2015\\_t\\_Monalisa.pdf](http://slab.uff.br/wp-content/uploads/sites/101/2021/06/2015_t_Monalisa.pdf)
- Belém, D. (2000). Abordagem Centrada na Pessoa: Psicoterapia de Grupo, Grupos de Encontro, Grandes Grupos e Comunidades. In D. Belém (Org.), *Carl Rogers: do diagnóstico à abordagem centrada na pessoa* (pp. 155–168). Bagaço.
- Coppe, A. A. F. (2001). *A vivência em grupos de encontro: um estudo fenomenológico de depoimentos* [Dissertação de mestrado, Universidade Federal do Rio de Janeiro]. <https://apacporgbr.wordpress.com/diversos/artigos/a-vivencia-em-grupos-de-encontro-um-estudo-fenomenologico-de-depoimentos/>
- Correia, K. C. R., & Moreira, V. (2016). A experiência vivida por psicoterapeutas e clientes em psicoterapia de grupo na clínica humanista-fenomenológica: uma pesquisa fenomenológica. *Psicologia USP*, 27(3), 531–541. <https://doi.org/10.1590/0103-656420140052>
- Delmondes, P. T. (2020). *Psicologia e humanização do parto e nascimento: processo contínuo do crescimento de gestantes* [Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Mato Grosso]. Repositório da UFMT. <http://ri.ufmt.br/handle/1/2956>
- Giorgi, A., & Sousa, D. (2010). Método Fenomenológico de investigação em psicologia. In A. Giorgi & D. Sousa, *Método Fenomenológico de investigação em psicologia* (pp. 70–135). Fim de Século.
- Keunecke, A. L., Polido, C. A., Rabello Neto, D. L., Rattner, D., Silva, J. A., Horta, J. C. A., Ventura, K., Vilela, M. E. A., Borem, P., Jones, R. H., Diniz, S. G., Venancio, S. I., Lansky, S., & Toma, T. S. (2021). *Assistência ao parto e nascimento: uma agenda para o século 21* (1a ed.). UNICEF, ReHuNa. <https://www.unicef.org/brazil/media/17491/file/assistencia-ao-parto-e-nascimento-uma-agenda-para-o-seculo-21.pdf>
- Lorenzo, P. F., & Olza, I. (2020). *Psicología del embarazo* [Psicología da gravidez] (1a ed.). Editorial Síntesis.
- Maldonado, M. T. (2013). *Psicologia da gravidez*. Editora Jaguatirica Digital.

- Matos, G. C., Demori, C. C., Escobal, A. P. L., Soares, M. C., Meincke, S. M. K., & Gonçalves, K. D. (2017). Grupos de gestantes: espaço para humanização do parto e nascimento. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*, 9(2), 393–400. <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2017.v9i2.393-400>
- Minayo, M. C. S. (2009). O desafio da pesquisa social. In M. C. S. Minayo, & S. F. Deslandes, & R. Gomes (Org.), *Pesquisa social: teoria, método e criatividade* (28a ed.). Vozes.
- Ministério da Saúde. (2002). *Programa de Humanização do Parto: humanização no pré-natal e nascimento*. Secretaria de Atenção à Saúde. <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/parto.pdf>
- Ministério da Saúde. (2006). *Pré-natal e Puerpério: atenção qualificada e humanizada*. Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas, Área Técnica de Saúde da Mulher. [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual\\_pre\\_natal\\_puerperio\\_3ed.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_pre_natal_puerperio_3ed.pdf)
- Ministério da Saúde. (2012). *Atenção ao pré-natal de baixo risco*. Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos\\_atencao\\_basica\\_32\\_prenatal.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos_atencao_basica_32_prenatal.pdf)
- Ministério da Saúde. (2014). *Humanização do parto e do nascimento*. Universidade Estadual do Ceará. [https://www.redehumanizaus.net/sites/default/files/caderno\\_humanizaus\\_v4\\_humanizacao\\_parto.pdf](https://www.redehumanizaus.net/sites/default/files/caderno_humanizaus_v4_humanizacao_parto.pdf)
- Moreira, V. (2010). Revisitando as fases da abordagem centrada na pessoa. *Estudos de Psicologia*, 27(4), 537-544. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2010000400011>
- Organização Mundial da Saúde. (2016). *Recomendações da OMS sobre cuidados pré-natais para uma experiência positiva na gravidez*. Department of Reproductive Health and Research. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/250800/WHO-RHR-16.12-por.pdf>
- Reis, A. C. E., & Conterno, S. F. R. (2020). O cenário do nascimento: desapropriação e dominação do corpo feminino. In A. S. F. Soares, A. C. Martelli, & D. A. Garcia (Org.), *Gêneros e sexualidades: em tempos de (re)existência* (pp. 147–167). Pedro & João Editores.
- Resolução nº 466/2012, de 12 de dezembro de 2012. (2012). Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466\\_12\\_12\\_2012.html](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html)
- Resolução Nº 510, de 7 de abril de 2016. (2016). Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais (CHS). [https://conselho.saude.gov.br/images/comissoes/conep/documentos/NORMAS-RESOLUCOES/Resolucao\\_n\\_510\\_-\\_2016\\_-\\_Cincias\\_Humanas\\_e\\_Sociais.pdf](https://conselho.saude.gov.br/images/comissoes/conep/documentos/NORMAS-RESOLUCOES/Resolucao_n_510_-_2016_-_Cincias_Humanas_e_Sociais.pdf)
- Rogers, C. R. (1977). Aprender a ser livre. In C. R. Rogers, & B. Stevens, *De pessoa para pessoa: O problema do ser humano, uma nova tendência em psicologia* (2a ed.). Pioneira.
- Rogers, C. R. (1970). *Grupos de Encontro*. Martins Fontes.
- Rogers, C. R. (1983). *Um Jeito de Ser*. EPU.
- Rogers, C. R. (2009). *Tornar-se pessoa* (6a ed.) Martins Fontes.
- Rogers, C. R., & Kinget, G. M. (1977). *Psicoterapia e relações humanas: Teoria e prática da terapia não diretiva* (2a ed. Vol. 1.). Interlivros.
- Sales, D. C., & Magalhães, F. C. (2018). Pesquisa Participante na preparação ao parto: Abordagem Centrada na Pessoa e a humanização do parto. *Atas do 7º Congresso Ibero-Americano em Investigação Qualitativa em Saúde*, 2, 906–915. <https://ludomedia.org/publicacoes/livro-de-atas-ciaiq2018-vol-3-ciencias-sociais/>
- Santos, K. O., Aguiar, M. M., Barros, M. N. S., Carvalho, F., Puccia, M. I. R., & Pereira, A. T. (2022). A versão brasileira do Questionário sobre a Experiência de Parto - CEQ-2BR: adaptação, validação e confiabilidade. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 11, Artigo e4464. <http://dx.doi.org/10.17267/2317-3394rpsds.2022.e4464>

- Sena, L. M. (2016). *Ameaçada e sem voz, como num campo de concentração: A medicalização do parto como porta e palco para a violência obstétrica* [Tese de doutorado, Universidade Federal de Santa Catarina]. Repositório Institucional da UFSC. <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/172548>
- Tostes, N. A., & Seidl, E. M. F. (2016). Expectativas de gestantes sobre o parto e suas percepções acerca da preparação para o parto. *Temas em Psicologia*, 24(2), 681–693. <https://dx.doi.org/10.9788/TP2016.2-15>
- Vasconcelos, C. (2019). *O Lebenswelt (mundo vivido) da mulher-mãe na depressão pós-parto* [Dissertação de mestrado, Universidade de Fortaleza]. <https://uol.unifor.br/oul/ObraBdtdSiteTrazer.do?method=trazer&ns=true&obraCodigo=114222>
- Wood, J. K. (1983). Terapia de grupo centrada na pessoa. In C. Rogers, J. K. Wood, M. M. O'hara, & A. H. L. Fonseca (Org.), *Em busca de vida: da terapia centrada no cliente à abordagem centrada na pessoa* (pp. 45–87). Summus.
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2007). *Psicoterapia de grupo: teoria e prática* (R. C. Costa, Trad.). Artmed.
- Zanatta, E., Pereira, C. R. R., & Alves, A. P. (2017). A experiência da maternidade pela primeira vez: as mudanças vivenciadas no tornar-se mãe. *Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 12(3), Artigo e1113. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-89082017000300005&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082017000300005&lng=pt&tlng=pt)