

EDITORIAL

- EDITORIAL 2
Por Angela Schillings

DEBATE

- SUPERVISÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA NA GRADUAÇÃO - UMA EXPERIÊNCIA ENTRE A DOCÊNCIA E A PSICOTERAPIA 3
Por Célia Cristina Bandeira
- SUPERVISÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA NA GRADUAÇÃO - UMA EXPERIÊNCIA ENTRE A DOCÊNCIA E A PSICOTERAPIA 4
Por Ana Maria Veiga Lima
- SUPERVISÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA NA GRADUAÇÃO - UMA EXPERIÊNCIA ENTRE A DOCÊNCIA E A PSICOTERAPIA 6
Por Luciana Rosa

OPINIÃO

- A SUPERVISÃO COMO EXPERIÊNCIA TRANSFORMADORA: UM ALICERCE PARA ALUNOS EM FORMAÇÃO NA ABORDAGEM GESTÁLTICA 7
Por Fabíola Mansur Polito Gaspar

ENTREVISTA

- SUPERVISÃO DE ALUNOS DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA 11
Por Angela Schillings

ARTIGOS

- TERAPEUTA SUPERVISOR: ACOMPANHANDO DESCOBERTAS 14
Por Ana Maria Justo
- O ATENDIMENTO INFANTIL NA CLÍNICA GESTALT: UM RELATO DE CASO 23
Por Leonardo Pereira de Lima
- INICIANDO OS ATENDIMENTOS: A FORMAÇÃO PROFISSIONAL E O CONFRONTO COM A FRUSTRAÇÃO. DESCREVENDO O PROCESSO DE UMA PSICOTERAPEUTA INICIANTE EM GESTALT TERAPIA 33
Por Sarah Hermes Reguse
- VIVER, PRECISAR, AJUSTAR: UMA COMPREENSÃO GESTÁLTICA DOS AJUSTAMENTOS CRIATIVOS NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL. 40
Por Mariane Comelli dos Santos
- PROCESSO E ELABORAÇÃO DE PERDAS SOB A PERSPECTIVA DA GESTALT TERAPIA 47
Por Caroline Schmitz Cardoso
- “LEVANTA, SACODE A POEIRA E DÁ A VOLTA POR CIMA”: UM DIÁLOGO ENTRE CONCEITOS DA GESTALTTERAPIA E DE RESILIÊNCIA 53
Por Luciane Pereira dos Santos Santana
- EXPRESSÃO LIVRE
- APRENDER A APRENDER: OS PRIMEIROS PASSOS DE UM PSICOTERAPEUTA 61
Por Elise Haas

EDITORIAL

Por Angela Schillings

Caros colegas, estamos lançando mais uma edição da nossa Revista Eletrônica Aw@re e neste número, optamos por dedicarmo-nos ao tema "Supervisão e seus desdobramentos com terapeutas iniciantes". Esta temática possui um caráter fundamental no desenvolvimento da formação dos psicólogos clínicos e dos psicoterapeutas, já que ao iniciarmos nossa trajetória somos invariavelmente acompanhados por um supervisor. Esta atividade de supervisão possui peculiaridades diversas - do lugar de quem supervisiona e do lugar de quem está aprendendo a se desenvolver no papel de terapeuta, formando um campo rico em seus entrelaçamentos.

Nesta edição, contamos com a participação das gestalt terapeutas Célia Cristina Bandeira, Ana Maria Veiga Lima e Luciana Rosa, que se disponibilizaram a discutir a experiência de supervisão de estagiários de curso de graduação em psicologia, na seção Debate. Fabíola Polito Gaspar, na seção Opinião, nos convida a ter contato com sua perspectiva como supervisora de

alunos do curso de especialização em Gestalt-terapia no acompanhamento de psicólogos já graduados. A Entrevista foi feita com nosso colega Georges Boris, professor e supervisor da Universidade de Fortaleza (UNIFOR) que nos traz, através de sua larga experiência, pontos significativos e necessários à reflexão deste lugar de supervisor. Abrimos a seção Artigos com o trabalho de Ana Maria Justo, gestalt terapeuta e supervisora de alunos de graduação, que descreve a vivência da autora refletida teoricamente à luz da Gestalt-terapia. Os artigos de Leonardo Pereira Lima e Sarah Hermes Reguse nos mostram a importância que os estágios possuem na vida dos alunos e como a partir das supervisões é possível uma compreensão dos fenômenos do campo, possibilitando lidar com as dificuldades iniciais neste processo. Mariane Comelli dos Santos, Caroline Schmitz Cardoso e Luciane Pereira dos Santos Santana escrevem sobre temáticas que foram mobilizadas durante a sua relação com seus primeiros clientes que, mesmo não estando descritas em primeira pessoa,

demonstram como alguns temas que foram figuras no trabalho terapêutico com seus clientes, tais como os ajustamentos criativos na infância, elaboração de perdas e resiliência, podem desencadear a necessidade de uma maior compreensão teórica por parte do aluno. E, finalizando esta edição, apresentamos na seção Expressão Livre a poesia de uma jovem supervisora que faz da arte da escrita sua forma de expressar a arte de ser supervisor.

Como temos poucas publicações sobre esta temática, esperamos que as experiências aqui relatadas possam ser de valia aos supervisores que já possuem experiência nesta tarefa (pois, sem dúvida, se identificarão), aos profissionais que desejam iniciá-la, bem como aos alunos que buscam saber um pouco mais sobre este início de jornada como terapeutas principiantes na prática profissional.

Um grande abraço,

Angela Schillings

Editora Geral



Angela Schillings é Mestre em Psicologia; Especialista em Psicologia Clínica; Gestalt Terapeuta há 28 anos; Professora do Departamento de Psicologia da UFSC há 32 anos; Formadora de Gestalt Terapeutas há 24 anos; Diretora do Centro Comunidade Gestáltica – Clínica e Escola de Psicoterapia em Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

DEBATE

SUPERVISÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA NA GRADUAÇÃO - UMA EXPERIÊNCIA ENTRE A DOCÊNCIA E A PSICOTERAPIA



Por Célia Cristina Bandeira

Célia Cristina Bandeira tem Graduação em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina (1988). Mestrado em Engenharia de Produção pela Universidade Federal de Santa Catarina (2002) com o tema: Interferência das vivências de desenvolvimento pessoal no empreendedorismo interno. Especialização em Gestalt Terapia e Especialista em Psicologia Clínica pelo CFP (2003). Psicoterapeuta da Clínica do Comunidade Gestáltica efetuando atendimentos nas modalidades: adulto, casal e família; pacientes oncológicos e enlutados. Professora e supervisora do Curso de Especialização de Gestalt Terapia na Escola do Comunidade Gestáltica. Docente e orientadora nas áreas de: Psicologia Clínica e Organizacional. Consultora de empresas na área de Gestão de Pessoas.

O início do meu trabalho como supervisora de alunos de graduação em psicologia foi um grande desafio, pois minha experiência até então era como professora, consultora e terapeuta. Senti o peso e a alegria de experienciar com esses alunos principiantes o meu iniciar de supervisora. Sentia também a responsabilidade de contribuir com meu conhecimento e experiência para a formação de futuros profissionais. Essa nova fase me envolvia de tal modo que a minha expressão era de total excitação, de muita instigação e também de medo de não dar conta deste novo papel.

A Gestalt-terapia é a minha linha de trabalho e de vida. Essa metodologia destaca que o meio onde a pessoa está inserida é fundamental para sua compreensão, e também estuda o que ocorre e como ocorre na fronteira entre Eu e Outro, e como um influencia o outro.

É baseado nesta abordagem que o trabalho de supervisora aconteceu.

Dividir a celebração desse processo de supervisão neste momento era algo especial para mim e para eles, porém a figura "responsabilidade" era muito forte para o grupo. Procurei criar um campo aberto onde eles pudessem se experimentar, se sentir à vontade para perguntar, criar, questionar, vivenciar suas angústias nesse novo, então cada etapa para eles era também uma nova etapa para mim. A supervisão era um encontro, era um processo de crescimento e desenvolvimento no campo. Era também um acontecimento de busca de recursos para dissolução de confluências, introjetos, projeções, retroflexões e egotismos, pois as interrupções do contato eram evidentes tanto no cliente quanto no estagiário. Esse olhar permitiu que os alunos dialogassem com suas interrupções

de contato e assumissem sua autoria, transformando conhecimento em experiência de vida. Esse processo de aprendizagem grupal proporcionou uma exploração de todos os tipos de diversidade e provocou ricas experiências de troca.

Para o atendimento clínico, precisamos dos ensinamentos de Buber, pois é necessário muito cuidado, presença, inclusão e confirmação porque estamos lidando com a vida de outra pessoa. O processo dialógico é a exploração do "entre", logo o foco encontra-se neste relacionamento que é horizontal, enfatizando o vivenciar de dois participantes. Cada grupo que chegava era cheio de ansiedade e questionamentos por parte dos estagiários: "Será que vou conseguir ser terapeuta?". "Será que vou saber o que fazer diante do cliente?". E da minha parte como supervisora: "Quem eram esses alunos?" "Será que fiz a escolha certa?" "Será

que vamos conseguir desenvolver um bom trabalho?" "Será que vou conseguir passar minha experiência, meu conhecimento para eles?". Como coloca Zinker (2007, p.19): "Deixamos que o outro seja. Não queremos violar sua integridade impar."

Agora olhando para traz vejo o caminho trilhado como um processo de assimilação e crescimento meu enquanto profissional, pois cada insegurança, cada questionamento, cada duvida dos alunos me fortaleciam e me faziam pensar e repensar cada parte do trabalho. Sentir e ver o crescimento deles nesses encontros provocou um

movimento de ajustamento criativo em cada etapa do processo.

Hoje o frio da barriga mudou, não é mais medo de não dar conta e sim por esse novo que se inicia a cada ano. Cada ano tem um novo grupo e cada grupo sua dinâmica, seus limites, sua capacidade de awareness, suas fronteiras de contato e seu comprometimento com o trabalho. Sinto também orgulho ao ver a transformação de cada aluno - a forma insegura, medrosa que chegam e que, aos poucos, no desenvolvimento do processo, os possibilita tornarem-se mais seguros, com menos fantasias e com muita vontade de continuar

esse caminho de ser terapeuta.

Cada grupo de estagiários que se forma leva uma parte minha e meu fundo vai se enriquecendo com essas experiências ímpares. E eles deixam marcas em meu crescimento como psicóloga, como supervisora e como ser humano. Vê-los seguindo em frente me enche de emoção e de um sentido ético para continuar e, mais do que tudo, sei que contribuo para a formação deles serem quem eles são e não como que deveriam ser.

Referência:

ZINKER, J. Processo criativo em Gestalt-terapia. São Paulo: Summus, 2007.

SUPERVISÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA NA GRADUAÇÃO - UMA EXPERIÊNCIA ENTRE A DOCÊNCIA E A PSICOTERAPIA



Por Ana Maria Veiga Lima

Ana Maria Veiga Lima é psicóloga, graduada pela Universidade Federal de Santa Catarina. Atua como psicoterapeuta de crianças, adolescentes e adultos e também como supervisora de estágios em Psicologia. Além disso, trabalha com Orientação Profissional e Projetos de Vida para jovens e adultos.

A proposta de discutir a vivência de ser supervisora em psicologia clínica na graduação é instigante na medida em que esta é uma vivência que considero em construção, visto que estou me descobrindo neste papel. Muitas das sensações descritas por Célia Cristina Bandeira estão sendo experienciadas de forma semelhante por mim neste momento, porém outros aspectos que ainda não foram descritos também me chamam atenção e serão discutidos neste relato.

O frio na barriga descrito por Célia Cristina Bandeira permanece em mim. Talvez não relacionado ao "não dar conta", mas ao excitamento presente nos estagiários neste momento que é de finalização de uma etapa para dar início a outra. Sinto o calor do excitamento ao escutar perguntas sinceras, puras e profundas totalmente diferentes das perguntas feitas pelos teóricos da Gestalt, uma vez que os alunos estão "fora" deste contexto, estão entrando para a Gestalt

Terapia. Talvez o fato de estarmos mais familiarizados com a teoria nos tire um pouco do estranhamento daqueles que estão vendo tudo pela primeira vez. O contato com o novo transforma, sendo assim, a curiosidade deles se une a minha disponibilidade para pensarmos juntos.

Acompanhar o início da experiência em psicologia clínica na abordagem gestáltica exige a compreensão do significado desse momento para cada aprendiz de terapeuta, pois seus primeiros atendimentos acontecem no seguinte contexto: término da faculdade e início da vida profissional, com todas as reflexões profundas que um processo de mudança pode proporcionar.

A supervisão em psicologia clínica na graduação se diferencia da maioria dos outros cursos por mesclar uma atitude docente e terapêutica. Não basta dar um "Ok", verificar se o trabalho foi realizado de forma satisfatória ou não. O supervisor precisa auxiliar o estagiário a enxergar as suas potencialidades e suas interrupções, afinal a supervisão é do terapeuta e não do cliente.

No caminho para se tornarem psicólogos, os estagiários vêm de uma vivência em grande parte teórica na faculdade. No momento do estágio, muda a figura, pois é hora de deixar para fundo todo aparato teórico preparado nos últimos anos e viver a experiência presente de "estar com" o cliente. Para isso, é necessário que o supervisor "esteja com" os estagiários durante a supervisão, para que eles aprendam através da experiência o que é disponibilidade. Esta é uma mudança de perspectiva complexa para a maioria dos alunos, pois até este momento o domínio teórico garantia o sucesso. Nesse caminho percorrido, aprenderam a se basear em autores para poder expressar algo que fosse válido no ambiente acadêmico e agora chegou a hora de escutar o que o cliente traz e se expressar a partir das suas percepções e dos seus sentimentos. Algumas perguntas comuns no início das supervisões são: "o que eu faço na próxima sessão?", "o que eu faço se ele não falar mais sobre esse tema?". Um caminho conhecido pelos alunos é o

de procurar respostas nos livros e no professor, porém na supervisão surge a possibilidade de eles procurarem respostas neles mesmos e esse é um processo que necessita de suporte, demanda muita energia e pode ser dolorido. Como é bonito, ao final do estágio, o terapeuta em formação relatar que esses momentos sem respostas prontas lhe ensinaram a pensar e a se conhecer, que agora ele sabe o que ele tem a oferecer e quais são as suas dificuldades, pelo menos as que apareceram até o momento atual. Dessa forma, percebe que a perfeição não está em você copiar um estilo de alguém que admira ou decorar citações de autores e sim que, conforme Clarkson (2004), a única coisa na qual você realmente pode alcançar a perfeição é em ser você mesmo.

Compreendo a supervisão como um caminho de autopercepção com o suporte necessário. Através do desenvolvimento de awareness, o estagiário pode cada vez mais se aproximar da sua própria natureza e, de acordo com Nietzsche (2006), tornar-se o que se é, ou seja, se transformar naquilo que verdadeiramente é. O objetivo não é que o estudante finalize o estágio dispondo de todo saber sobre a GT, ou sobre si próprio, mas que tenha percorrido um caminho experiencial que lhe possibilite dar sentido à experiência de ser terapeuta e que lhe permita ser espontâneo nos seus atendimentos, podendo fluir entre a relação Eu-Tu e Eu-Isso, descrita por Martin Buber (2001) no contato com seus clientes.

Através das intervenções bem sucedidas do supervisor, o estagiário se dá conta do que acontece com ele e o que o impede nos atendimentos, possibilitando que ele encontre uma compreensão e possível saída de forma criativa e singular.

A parte teórica da GT também se faz necessária e é inserida através do interesse e necessidade daqueles que estão atendendo. É importante salientar que a teoria não é o objetivo fim do estágio e sim o meio, ou o método, pelo qual o estagiário vai compreender seus clientes e a si mesmo. O método é essencial para qualquer tipo de compreensão e

intervenção em GT, porém ele nunca poderá ser maior do que a relação entre dois seres humanos e o que surge dessa.

O trabalho de supervisora em psicologia clínica na graduação me possibilita um crescimento indescritível, visto que a cada relato ou necessidade apresentados por um estagiário revejo a minha prática como psicóloga clínica e como alguém que inicia neste processo de ensinar. Durante o andamento do estágio, vou conhecendo um terapeuta que nasce e se transforma na relação com o grupo pelo qual sou responsável. Acredito que este seja um trabalho de grande responsabilidade, pois assim como na psicoterapia não vislumbro que o cliente tome decisões parecidas com as minhas, na supervisão o meu maior desejo é que o estudante do fim do curso de psicologia possa se tornar o terapeuta que ele é, com o seu estilo e sua natureza. Sublinho a afirmação de Juliano (1999, p.21) de que "este terapeuta precisa ser fundamentalmente um homem de fé", pois é a fé que, em última instância, impulsiona as intervenções na supervisão. Fé no processo terapêutico, fé na autogestão psicológica, fé na possibilidade de aprendizagem de cada um, sabendo que sempre pode surgir algo criativo e singular de cada ser humano.

Compartilho a sensação da Célia Cristina Bandeira de que ao término do estágio sinto que algo de mim segue com os estagiários e que algo deles fica comigo... Saio com a certeza de que houve um encontro, existiu troca entre eu e não eu, fenômeno de grande importância dentro da GT e denominado como contato.

Referências:

- BUBER, M. *Eu e Tu*. São Paulo: Centauro, 2001.
- JULIANO, J. C. *A arte de restaurar histórias*. São Paulo: Summus, 1999.
- NIETZSCHE, F. *Assim falou Zaratustra*. Rio de Janeiro: Editora Record, 2006.
- CLARKSON, P. *Gestalt Counselling in Action*. Londres: Sage Publications, 2004.

SUPERVISÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA NA GRADUAÇÃO - UMA EXPERIÊNCIA ENTRE A DOCÊNCIA E A PSICOTERAPIA



Por Luciana Rosa

Luciana Rosa é Psicóloga, graduada pela Universidade Federal de Santa Catarina e Arte Educadora, graduada pela Universidade do Estado de Santa Catarina / CEART. Gestalt-terapeuta, Psicoterapeuta de crianças, adolescentes e adultos. Especialista clínica em Gestalt terapia pelo CRP/ Comunidade Gestáltica. Aperfeiçoamento em Gestalt-terapia com crianças e adolescentes com Felícia Carroll fundadora do West Coast Institute for Gestalt Play Therapy, divulgadora do método Oaklander e membro da equipe do Violet Solomon Oaklander Foundation. Aperfeiçoamento em Gestalt-terapia com crianças com Luciana Aguiar/RJ. Especialização em Arte e Ciências Humanas pela Universidade do Estado de Santa Catarina e Formação clínica em Psicodrama pelo DRAN/SC. Desenvolve palestras, oficinas, cursos e assessoria pedagógica em parceria com escolas do ensino fundamental e médio.

O exercício profissional como supervisora surgiu como mais um desafio no meu desenvolvimento como psicóloga clínica, pois entendo que a formação clínica em Gestalt-terapia envolve entre outras coisas: o alinhamento com a abordagem escolhida, aprofundamento de leitura e teoria, psicoterapia, e muita, muita disponibilidade para a prática. Mas nesse caminho, o aprendizado como supervisora abriu novos desafios e conhecimentos.

Ainda como aluna da Especialização Clínica em Gestalt-terapia, descobri através dos supervisores que tive essa possibilidade do exercício da psicologia e psicoterapia, e sonhei em um "dia chegar lá" também. Durante toda a Especialização, especialmente no último ano dedicado as práticas clínicas, ansiava a cada encontro pelo momento da supervisão! Momento difícil, de exposição das dúvidas e inseguranças, mas que traziam tanto crescimento e amadurecimento do meu "ser terapeuta" que valia tudo, sempre no caminho da awareness, da certeza de estar amadurecendo profissionalmente com responsabilidade!

Até esse ponto, havia no meu horizonte futuro aprender a ser supervisora de psicólogos. Mas foi com a surpresa do convite para ser supervisora local de estágio da UFSC que outro desafio se abriu: supervisionar alunos que estão terminando a Psicologia e acompanhá-los nessa passagem para a vida profissional. Esse desafio me instigou ainda mais e abriu meu fundo para a minha própria experiência como estagiária e como esse momento de fim de curso, foi determinante para mim e para minhas escolhas como Gestalt-terapeuta.

Movida por essa lembrança, aceitei o desafio com sorriso no rosto, mas ciente do quanto gostaria de construir com meus estagiários algo semelhante àquela experiência tão marcante que tive.

O desafio estava lançado!

Hoje, passado algum tempo dessa experiência, posso fazer algumas reflexões dessa prática e de quais desafios e demandas recebi dos meus estagiários, parceiros de trabalho.

Destaco como o mais marcante para mim, a particularidade do campo de estágio, campo da prática psicológica, tão esperado pelos alunos no fechamento da graduação. Um momento da consolidação da postura clínica em psicologia, do exercício diagnóstico agora vivenciado na prática, do treinamento das primeiras intervenções com foco na relação de trabalho, e principalmente momento do encontro com o outro, o cliente.

Nesse sentido, entendo que o desafio que um campo de estágio apresenta tanto para o supervisor quanto para o aluno, é o de aprendermos a nos encontrarmos. Aprendermos a estabelecer a parceria de trabalho na tríade supervisor/aluno/cliente. Pra mim é aqui que encontramos toda a dificuldade e, paradoxalmente, toda a riqueza do campo de estágio. É o trabalho de desenvolvimento para todos os envolvidos, da capacidade de escuta, de compreensão e parceria.

E esse encontro trás outro desafio: construir com os alunos outros referenciais de trabalho e avaliação. Destaco esse outro ponto, pois os alunos chegam ao campo de estágio após quatro anos de graduação imbuídos do formato de avaliação de desempenho construídos em relação às disciplinas e trabalhos acadêmicos. No início do nosso trabalho e das nossas avaliações, as diferenças tornam-se evidentes. Estar com um cliente e avaliar o quanto isso é "bom" ou "suficiente" trazem novos parâmetros. Não há mais um domínio de conteúdo a ser assimilado. Não há mais

uma nota ou conceito que possa definir ou guiar tal experiência. E como ainda assim podemos avaliar e construir um bom trabalho? Essa é uma questão constantemente presente.

São esses para mim, como supervisora, os maiores desafios. Abrir um campo para deixar os alunos expressarem as primeiras ansiedades em relação ao contato com um cliente. Abrir espaço para pensar sobre a responsabilidade do trabalho, do contato inicial nas triagens, das primeiras sessões, do trabalho psicoterapêutico e das finalizações. Acompanhar, guiar e compartilhar cada uma dessas etapas é o que considero a arte do trabalho supervisivo. Nessas etapas, supervisor e alunos aprendem, exercem o pensamento clínico, compartilham saberes e angústias, estudam a teoria, relacionam teoria e prática, falam de si, dos outros, das experiências e do trabalho com as pessoas e suas existências.

Seguindo os passos deixados por Perls, espero no trabalho como supervisora estar construindo com meus estagiários a compreensão de que: "A Gestalt-Terapia é estar em contato com o óbvio" (1977:82).

Referência:

PERLS, F. Gestalt-Terapia Explicada. São Paulo: Summus, 1977.

OPINIÃO

A SUPERVISÃO COMO EXPERIÊNCIA TRANSFORMADORA: UM ALICERCE PARA ALUNOS EM FORMAÇÃO NA ABORDAGEM GESTÁLTICA

Por Fabíola Mansur Polito Gaspar

“Empresença do Outro, nos damos conta de que formamos agora um sistema diferente daquele que éramos quando estávamos sós. Formamos um novo todo, maior do que a soma de suas partes. Forma-se uma nova rede, um novo conjunto inter-relacionado em que o movimento de um interfere no movimento do outro. Daí decorre a impossibilidade de se sair ileso desta aventura conjunta. A transformação de um implica também na transformação do outro”(grifo meu)(Juliano,1995, p. 78).

Essa é a visão do processo terapêutico, tão poeticamente descrita por uma das pioneiras e mais respeitada gestalt-terapeuta no Brasil – Jean Clark Juliano. Tomo a liberdade de transportar essa metáfora também para a relação de supervisão, pois, a partir do momento em que, tanto os alunos dos cursos de Especialização em Gestalt-terapia, que já são profissionais, quanto aqueles que já têm uma trajetória mais longa estão diante de outro colega -o supervisor - é inevitável que uma transformação aconteça!

A Gestalt-terapia, com base em seus fundamentos filosóficos, pressupõe uma Abordagem que preconiza o encontro. Encontro este pautado por aquilo que se apresenta no campo – o fenômeno – a partir do momento em que cliente e terapeuta estão frente a frente. Diria que o campo formado por cliente e terapeuta contempla alguns diferenciais em

relação a outros campos como, por exemplo, o campo formado por um casal de namorados ou por um grupo de amigos. Essas diferenças se estendem, principalmente, para os objetivos e propósitos que o campo da supervisão contempla.

E eu diria que aquela transformação, a que se referiu Jean, vai muito além de referenciais teóricos e de profundos estudos acerca da Gestalt-terapia, uma vez que o “encontro”, que pode acontecer tanto na psicoterapia quanto na supervisão, guarda uma grande oportunidade de facilitar com que o supervisionando possa restaurar, repensar, reconfigurar suas visões acerca de seu trabalho clínico. Ressalto que esse “encontro” a que me refiro é entendido a partir dos pressupostos de Martin Buber, na medida em que, da mesma forma que, entre o terapeuta e seu cliente podem acontecer encontros Eu-Tu e Eu-Isso, assim também entre supervisor e supervisionando, essas duas formas podem ocorrer.

Na supervisão, o aluno estabelece com seu supervisor uma relação de confiança, de cumplicidade. A empatia é imprescindível para que esse vínculo se forme, favorecendo momentos Eu-Tu. Ao mesmo tempo, o supervisor precisa estar atento para os aspectos teóricos, uma vez que uma das finalidades para as quais está sendo solicitado é justamente auxiliar o terapeuta a reconhecer a dinâmica de funcionamento do seu cliente, seja

nos modos saudáveis como nos não-saudáveis – ajustamentos funcionais e disfuncionais.

No contexto psicoterapêutico, o campo cliente-terapeuta abarca um estar na presença do outro, com suas historicidades e singularidades, definidas por um fluxo figura-fundo que, sem dúvida, afeta esse encontro de maneira ímpar. Aqui, a suspensão fenomenológica é fundamental, uma vez que o terapeuta deve, verdadeiramente, deixar entre parênteses seus julgamentos, a fim de se colocar a serviço daquele a quem escuta e que está diante de si.

Vale a pena ressaltar que a formação do gestalt-terapeuta implica não somente no embasamento teórico da Abordagem escolhida, mas também em uma formação ética e uma orientação que envolve o estar com o outro, respeitando sua singularidade. E a supervisão tem um papel fundamental nesta perspectiva, pois além de visar um esclarecimento do pensar clínico, prioriza uma orientação aos alunos acerca de questões éticas e didático-vivenciais.

As supervisões que ocorrem durante os cursos de Especialização em Gestalt-terapia têm como dois dos principais objetivos serem um terreno fértil para os alunos no que se refere à construção e lapidação de cada um como terapeuta, especialmente no sentido da postura ética e do manejo clínico, quanto do aprendizado

que favorece o sedimentar de uma compreensão mais ampla e, ao mesmo tempo, competente em termos de visão diagnóstica processual.

Abro um parêntese para enfatizar que, por mais que nos cursos de graduação em Psicologia existam os estágios em clínica, não há, como nos cursos de Especialização, tamanha gama de oportunidades no que se refere ao desenvolvimento do olhar clínico, como são oferecidas nas supervisões. Estas, sem dúvida, contribuem imensamente para melhor instrumentalizar o aluno para as demandas de sua vida profissional!

Nesses anos em que tive a oportunidade de supervisionar alunos dos cursos de Especialização em Gestalt-terapia e também profissionais recém-formados e ainda aqueles que já tinham certa experiência, um dos meus principais focos de atenção recaía mais na pessoa desses profissionais e, menos, na pessoa do cliente propriamente dito. Isto porque era notório, especialmente por parte dos alunos em formação, uma grande sensação de ansiedade e angústia ao perceberem uma mistura entre suas histórias e as histórias trazidas por seus clientes por exemplo. Como consequência, o "momento terapêutico" acabava ocasionando em ambos os envolvidos, sensações de estarem "perdidos", em um beco sem saída, como se não soubessem mais por onde ir, o que investigar, quais emoções trabalhar.

Utilizo o termo "momento terapêutico" para significar as vivências de role playing, que fazem parte do currículo dos alunos em formação na Abordagem Gestáltica. Entendo o role playing como um experimento de cunho didático-vivencial, em que os alunos ora são clientes e ora terapeutas, com vistas a ampliar seu aprendizado acerca do manejo clínico e da construção de um estilo pessoal de ser terapeuta. "...o aspecto didático da supervisão é uma das características que a diferencia fundamentalmente da psicoterapia" (Buys, 1987, p. 18).

Além disso, a preocupação inicial de dar conta tanto da teoria quanto das sensações que apareciam no contato com os clientes por parte dos

alunos os deixavam extremamente inseguros, com dificuldades de lançar mão de suas habilidades intuitivas e/ou já apreendidas em termos de conhecimento para dar seguimento a um bom atendimento.

Como, na Gestalt-terapia, as expressões corporais, gestos, postura, enfim, o que o cliente transmite de maneira não-verbal é muito valorizado, enfatizamos, no decorrer das supervisões, que a forma deve ser tão ou mais considerada que o conteúdo. Geralmente, a forma guarda riquezas que a palavra "esconde" ou não consegue abarcar. O trabalho acerca da forma possibilita uma ampliação de consciência por parte do cliente que é muito importante na restauração de ajustamentos saudáveis. Como nos ensinou Perls (1977, p. 81), "...não escutem as palavras, escutem apenas o que a voz lhes conta, o que os movimentos contam, o que a postura conta, o que a imagem conta".

Outro ponto essencial é o terapeuta estar atento às emoções que seu cliente lhe causa, como é impactado por este, pois isso pode ser muito útil na construção do pensamento diagnóstico e, conseqüentemente, do melhor caminho de condução clínica que o terapeuta poderá optar.

"...na situação de supervisão (...) o supervisando vai desenvolver, no aqui e agora, sua capacidade de refletir a relação na relação. A supervisão é o contexto próprio e único ao aperfeiçoamento desta habilidade fundamental do psicoterapeuta, que não coloca em risco nem o próprio psicoterapeuta nem o seu cliente" (Buys, 1987, p. 17).

Mais um aspecto bastante recorrente nas supervisões diz respeito à dificuldade de os alunos lidarem tanto com clientes muito falantes quanto com aqueles em que o silêncio toma conta do setting. No primeiro caso, as sessões costumam passar do tempo adequado e o terapeuta costuma revelar enorme dificuldade em colocar um limite apropriado, que também chamo de um "limite terapêutico". Isso porque, a forma como o cliente funciona e se relaciona no seu dia-a-dia, sem dúvida, irá se repetir e aparecer, de maneira

semelhante, em como ele vai se relacionar com seu terapeuta. Então, o aprendizado do limite (tanto para o terapeuta quanto para o cliente) é crucial como uma nova possibilidade de crescimento e transformação de um comportamento, provavelmente, mais nutritivo.

Essa mesma dificuldade acerca do limite pode se estender também para a forma como o contrato acaba sendo construído, o que eu chamo de contrato "às avessas", no sentido de que, muitas vezes, o próprio cliente é quem coloca as condições, controlando e manipulando o terapeuta a seu bel prazer. Os alunos e, especialmente, os profissionais iniciantes costumam "cair" nessas manipulações, com vistas a não se sentirem inadequados perante seus colegas (por exemplo, em situações de aprendizado no transcorrer das supervisões dentro dos cursos); a não "perderem" o cliente (especialmente, se estiver em início de carreira) ou, ainda, a não serem vistos por estes como terapeutas muito "durões", sem flexibilidade.

É muito conhecida entre os profissionais da Abordagem Gestáltica uma frase de Perls, que diz que o ideal é que os Gestalt-terapeutas sejam habilidosos frustradores. Isso significa equilibrar acolhimento e limite, sensibilidade e firmeza.

No segundo caso, o de clientes mais silenciosos, geralmente, os alunos costumam reconhecer e manifestar suas dificuldades em lidar com o seu próprio silêncio; o que culmina em uma intensa sensação de angústia ao lidar com o silêncio do outro. Quando estamos em silêncio, geralmente ficamos mais susceptíveis a entrar em contato com nossas emoções, nossos medos, pensamentos que até então desejaríamos manter distantes, por exemplo. Como o silêncio geralmente acarreta grande ansiedade ao terapeuta, ele acaba acreditando que tem que tirar o cliente desse estado ou, ainda, que precisa "preencher" esse espaço que parece "vazio", com palavras, com convites para utilizarem outros recursos ou instrumentos terapêuticos. É nesse momento que, muitas vezes, a utilização da técnica pela técnica entra em ação, questão que contribuiu e ainda contribui para

uma visão totalmente distorcida e preconceituosa da Abordagem Gestáltica.

Outra questão que, constantemente, angustia os alunos no momento da supervisão diz respeito aos relatos de como temem a exposição de sua atuação perante os demais colegas. Como serão vistos? E se "der um branco"? Serão julgados como incompetentes, fracos, profissionais sem base prático-teórica? Um grande sentimento de vergonha costuma tomar conta e, sem dúvida, isso acaba interferindo e prejudicando o desenrolar do atendimento e, principalmente, um contato de boa qualidade entre terapeuta e cliente. Tentamos, na maioria das vezes, mostrar para os alunos que esse é o momento de aprendizagem e que os "erros" são muito bem vindos, justamente, para aprimorar a prática.

Nestes momentos, a forma como o/a supervisor/a conduz a situação é essencial para o encorajamento do aluno e para que este consiga ultrapassar seus medos e encontrar uma espontaneidade que o ajude a construir sua forma peculiar e singular de ser terapeuta.

Para alguns profissionais, no caso de supervisões solicitadas no âmbito do consultório particular, muitas vezes elas são vistas com certo constrangimento, por serem consideradas um recurso utilizado pelo terapeuta para tentar sanar sua insegurança pessoal diante da história do cliente que está acompanhando. Acontece que a supervisão não é uma atividade desprovida de embasamento, como se fosse um recorte, um retalho que tapa uma "falha" na atuação do aluno ou do profissional. Ao contrário, "...a supervisão de psicoterapia é atividade específica, com uma estrutura própria, com um processo peculiar e diferente da psicoterapia. Para ser eficiente, a supervisão deve fundamentar-se numa rica experiência psicoterapêutica, mas não é essa experiência. O aperfeiçoamento da supervisão é o aperfeiçoamento dos psicoterapeutas" (Buys, 1987, p. 12). E, ainda é através dela que o aluno e/ou profissional podem "... avaliar, corrigir e refletir sobre sua

experiência" (Buys, 1987, p. 16). Esse mesmo autor enfatiza que "a ausência das intervenções didáticas teóricas ou o descaso em relação a elas leva a uma prática de baixo nível no sentido da compreensão do processo como um todo: não favorece a visão crítica da atuação psicoterapêutica nem a sua constante renovação e aprofundamento" (Buys, 1987, p. 26).

Ressalto ainda que, para grande parte dos alunos, os supervisores são tidos como pessoas extremamente preparadas, com um grande conhecimento teórico e um excelente manejo clínico, como se nunca tivessem dúvidas. Esse lugar que, particularmente, me lembra uma expressão psicanalítica do "sujeito supostoser" não deve ser fomentado por parte do supervisor. Pois, por mais que estes, verdadeiramente, tenham mais experiência e, por conseguinte, uma percepção mais apurada e, provavelmente, uma maior instrumentalização em termos de atuação, não devem alimentar esse lugar com vistas a minimizar os conhecimentos, o aprendizado e a construção do ser terapeuta dos alunos.

Aqui, cabe fazer a seguinte pergunta: como um profissional se prepara para ser supervisor? Como ele sabe ou sente que está pronto, preparado para realizar essa atividade?

Não poderia deixar de fazer esse questionamento nesse artigo que, da mesma forma como alunos e profissionais buscam a supervisão para aprimoramento de suas intervenções e compreensões clínicas, aqueles que se propõem a serem supervisores, sem dúvida, também precisam buscar respaldo em cursos que os instrumentalize e também lhes forneça maiores recursos para exercer essa atividade específica.

Ser supervisor requer verdadeira disponibilidade, atenção redobrada, vasto conhecimento e uma capacidade de abrangência teórico-vivencial tanto em relação ao terapeuta-supervisionando quanto em relação ao cliente deste que está sendo acompanhado. No que diz respeito ao vínculo estabelecido entre supervisor e supervisionando,

concordo com as palavras de "... Amatuzzi: 'É preciso que seja um falar-ao-outro, e não simplesmente um falar voltado para o outro (...). Uma fala só será verdadeiramente fala se nela se descobrir o outro, se nela os pólos da relação estiverem constituídos ou confirmados'" (Holanda, 1998, p. 159). Neste sentido, a fala do supervisor ganha uma importância crucial, podendo ser transformadora para ambos os envolvidos nessa relação.

É importante também que o supervisor tenha humildade e consciência para reconhecer se está apto ou não para dar supervisão. A experiência profissional, em termos de tempo de atuação clínica, muitas vezes não é garantia e não significa estar aberto ou ter habilidades para a atividade de supervisão.

Aproveito esse momento para dizer que, particularmente, supervisão é uma palavra que denota um sentido de arrogância para mim, pois parece que alguém tem uma "super visão", enquanto o outro não a tem ou tem uma visão precária daquilo que acontece no campo psicoterapêutico. A diferença pode estar em um manejo mais lapidado que os profissionais mais experientes podem ter; mas isso também não impede que os alunos ou um profissional iniciante também estabeleçam um contato enriquecedor, ou ainda que o caminho escolhido pelo aluno na condução e apontamento de determinada questão trazida pelo cliente seja pertinente e brilhante! Então, gostaria de registrar que o nome supervisão é entendido por mim como uma visão mais ampliada, em função da experiência profissional e das habilidades potencializadas para o exercício dessa função, sem, absolutamente, minimizar ou denegrir os caminhos escolhidos pelos alunos.

Tomo a liberdade de compartilhar uma passagem que vivi há algumas semanas quando, após proferir uma palestra para alunos de uma universidade em uma cidade do interior do estado de Santa Catarina, uma aluna me perguntou o que eu havia aprendido sobre mim no decorrer de minhas experiências profissionais até então? Por incrível que pareça, nunca havia pensado profundamente sobre isso e aquela

pergunta me pegara de surpresa, deixando-me bastante emocionada. Muito intuitivamente, sentindo-me em contato com o que meu corpo e minhas emoções sinalizavam, respondi: aprendi a reconhecer que, mesmo errando (no sentido clínico mesmo), eu não preciso me sentir incompetente por isso.

É essa a mensagem que gostaria de deixar para os alunos e profissionais que lerem esse trabalho! Não desanimem diante dos obstáculos que a construção do ser terapeuta lhes apresentar. Experimentem, usem, com responsabilidade, com dignidade e respeito ao outro.

Assim como Juliano (1995, p.38) diz que "...o cliente precisa dos olhos do terapeuta, não por serem o 'olhar certo', mas sim, porque se constituem 'num olhar diferente', e a própria condição de diversidade já possibilita 'oxigenar' seus temas", assim também eu diria que o aluno precisa dos olhos do supervisor, não por serem o olhar mais experiente

ou daquele que, a princípio, teria um maior conhecimento, mas sim, por ser um olhar que acrescenta e que pode "...facilitar o processo de construção do estilo pessoal (e único) de seu supervisando" (Buys, 1987, p. 19).

Da mesma forma que a psicoterapia "não se trata de um trabalho sem rumo" (Buys, 1987, p. 43), a supervisão também tem propósitos, finalidades e objetivos importantes que demandam uma organização singular. Ela também é diferente de uma "troca de experiências" acerca de casos clínicos, muito conhecida pelos colegas da área "psi" como "intervisão".

Por fim, a ideia é a de mostrar que a supervisão, além de um alicerce essencial na formação do gestalt-terapeuta, pode, com certeza, ser uma experiência transformadora para supervisor e supervisionando, cuja imagem caberá em mais uma descrição poética de nossa mestre Juliano (1995, p. 77):

"...dois trapezistas habilidosos só

se lançam no espaço se confiarem na força do parceiro, na solidez dos trapézios e principalmente na rede que os amparará se houver o momento da queda"

Referências:

- BUYS, R. C. (1987). Supervisão de Psicoterapia na Abordagem Humanista Centrada na Pessoa. São Paulo: Summus.
- HOLANDA, A. F. (1998). Diálogo e Psicoterapia: Correlações entre Carl Rogers e Martin Buber. São Paulo: Summus.
- JULIANO, J. C. (1999) A Arte de Restaurar Histórias: libertando o diálogo. São Paulo: Summus.
- PERLS, F. S. Gestalt-terapia Explicada. São Paulo: Summus, 1977.
- SOARES, L. L. M. (2009). A Gestalt-terapia na Universidade: da f(ô)rma à boa forma. Recuperado em 05 de junho, 2013, de <http://www.revispsi.uerj.br/v9n1/artigos/pdf/v9n1a12.pdf>



Fabíola Mansur Polito Gaspar é psicóloga; Especialista em Psicologia Clínica pelo Hospital do Servidor Público Estadual São Paulo; Gestalt-terapeuta pelo Instituto Sedes Sapientiae; Professora e Supervisora de curso de Especialização em Gestalt-terapia do Comunidade Gestáltica – Clínica e Escola de Psicoterapia.

ENTREVISTA

Com Prof. Dr. Georges Daniel Janja Bloc Boris

SUPERVISÃO DE ALUNOS DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA

Por Angela Schillings

Angela: Como você iniciou a atividade de supervisão de alunos de graduação em psicologia clínica?

Georges: Tornei-me professor da Universidade de Fortaleza, por meio de seleção, em 1985, sendo responsável por disciplinas de cunho humanista, fenomenológico e/ou existencial. Após alguns semestres, quando os primeiros alunos chegaram ao período de estágio na área clínica, foi uma consequência que eu me tornasse supervisor em gestalt-terapia, já que tinha formação nesta abordagem. Desde esta época, tenho acompanhado estagiários de clínica em gestalt-terapia.

Angela: Quais são os fatores mais importantes no processo de escolha na seleção dos estagiários?

Georges: Já há algum tempo, na UNIFOR, os professores, infelizmente, não selecionam seus estagiários, pois os alunos apenas optam pelo referencial clínico (humanista, psicanalítico, comportamental etc.) em que preferem estagiar, sendo direcionados a um professor que os orientará. Anteriormente, os alunos se inscreviam para estagiar com um determinado professor, conforme seu contato prévio com ele e com o referencial. Geralmente, eu escolhia alunos que já tinham contato prévio com a gestalt-terapia ou com as abordagens humanistas, a partir de grupos de estudo ou de sua própria psicoterapia, mas, de fato, poucos faziam um investimento prévio, o que gera(va) algumas dificuldades, que descreverei adiante.

Angela: Qual é o seu “estilo” de ser supervisor?

Georges: Creio que a supervisão se configura como uma atividade situada entre o ensino da teoria e a própria psicoterapia. Assim, busco que as orientações incluam sempre a articulação entre a fundamentação teórica e a discussão dos casos clínicos. Com este objetivo, tento utilizar o método das versões de sentido, conforme proposto por Mauro AmatuZZi, por meio do qual o estagiário, logo após as sessões, registra sua experiência vivida. Não se trata de um registro nem mesmo um resumo da sessão, mas breves apontamentos sobre sua vivência pessoal (sentimentos, sensações, impressões, temores, expectativas). Acredito que este é um material importante para a supervisão, indo além da discussão das sessões e dos casos, focando o principal instrumento do processo psicoterapêutico: a (inter)subjetividade do próprio psicoterapeuta. Também peço que o estagiário faça registros semelhantes com os textos lidos e com a própria supervisão. Desta forma, busco ter acesso à experiência vivida dos estagiários, bem como lhes proporciono um instrumento rico de reflexão e de acesso à sua própria vivência com cada paciente.

Angela: Quais as dificuldades mais frequentes com que os alunos se deparam no estágio em psicologia clínica?

Georges: Há vários anos, elaborei um artigo em que trato desta questão. Creio que muitos alunos chegam ao final do curso sem conhecimentos



Prof. Dr.
Georges Daniel Janja Bloc Boris

básicos ou experiência mínima quanto ao universo clínico, muitas vezes nem mesmo tendo se submetido a seu próprio processo psicoterápico, como se o estágio fosse apenas mais uma disciplina, que, cumprida, lhes proporcionaria o suficiente para se tornarem psicoterapeutas. Também observo que, terminado o estágio, apenas alguns psicoterapeutas iniciantes buscam formações específicas nas linhas teóricas que escolheram, e, infelizmente, quando elas terminam, a maioria deixa de acreditar que a supervisão de um psicoterapeuta mais experiente seja um recurso valioso e imprescindível na trajetória de qualquer psicoterapeuta. A formação de um psicoterapeuta é contínua e sistemática, persistindo ao longo de sua vida profissional e devendo ser sempre condizente com sua vida pessoal e as diversas opções e experiências que ele faz e vivencia. Não é, portanto, pontual e circunstancial, uma situação que se resolve apenas num único momento difícil, mesmo que determinante,

como o dos últimos semestres de curso de psicologia. É comum que os psicoterapeutas iniciantes tenham uma parca apreensão dos conceitos e dos temas dos enfoques teóricos que adotam, bem como de seus recursos técnicos e de seu manejo. Uma das possíveis razões deste limite é que, no caso das psicoterapias humanistas, elas surgiram, em grande parte, como uma reação ao positivismo, adotando, em muitas situações, posturas irracionais, anti-intelectuais ou intuitivistas. Entretanto, se o psicoterapeuta deve estar plenamente presente no processo psicoterápico, aí deve estar incluída, certamente, a sua racionalidade, sem excluir as vivências emocionais e intuitivas propiciadas por um enfoque de psicoterapia que se propõe a lidar com indivíduos plenos e sem dicotomias e com seu sofrimento psíquico. A omissão da realização de seu próprio processo psicoterápico pessoal é um sério agravante da situação do psicoterapeuta iniciante, com repercussões preocupantes no acompanhamento dos pacientes, como o mau manejo de sentimentos negativos, tanto do psicoterapeuta quanto do paciente. Pouca disponibilidade e descompromisso com a pessoa do paciente são bastante corriqueiros, voltando-se mais o psicoterapeuta iniciante a seus interesses ou a seu vínculo com a tarefa ou com a instituição. Desta forma, é razoavelmente comum que psicoterapeutas iniciantes estejam tão preocupados consigo mesmos que, lamentavelmente, podem mesmo esquecer seu compromisso com seus pacientes e/ou com suas tarefas.

Angela: Como supervisor quais são as possibilidades e os limites mais claros da supervisão?

Georges: Creio que boa parte das dificuldades do processo da supervisão se deva a seu caráter intermediário entre a psicoterapia do próprio aprendiz de psicoterapeuta e o estudo teórico da abordagem. De um lado, precisamos acessar a subjetividade do estagiário para poder compreender a sensibilidade e a percepção dele sobre os pacientes e a relação e os processos psicoterápicos que desenvolvem. A precariedade de seu auto-suporte interno pode levar o psicoterapeuta iniciante a buscar apoio excessivo no uso de técnicas ou mesmo na adesão rígida à teoria que fundamenta seu referencial psicoterápico em detrimento do desenvolvimento de uma atitude

compreensiva, escamoteando sua própria insegurança. Assim, o psicoterapeuta iniciante se percebe diante de uma lacuna angustiante: ao mesmo tempo em que se percebe limitado a respeito do manejo adequado do referencial teórico-técnico que fundamenta a sua prática, é inexperiente em vivências pessoais e profissionais que possam lhe proporcionar maior confiança em si mesmo. É comum que se enfatize a importância do embasamento teórico do psicoterapeuta, mas é menos freqüente que se discutam os riscos de um apego à teoria, ou seja, a tendência de muitos psicoterapeutas iniciantes a servir à teoria como uma defesa contra suas próprias dúvidas, adotando

Creio que boa parte das dificuldades do processo da supervisão se deva a seu caráter intermediário entre a psicoterapia do próprio aprendiz de psicoterapeuta e o estudo teórico da abordagem.

uma atitude formal, intelectual ou perfeccionista. A auto-idealização pode conduzir o psicoterapeuta iniciante a um encantamento com seu próprio poder, ou a tentativas de sedução ou de punição do paciente, por exemplo. A postura onipotente pode se apresentar através de arrogância (que busca aparentar eficiência) ou de uma excessiva disponibilidade (que visa a atender a qualquer expectativa, necessidade ou exigência do paciente com o objetivo de ser reconhecido e admirado), escamoteando aparentemente a insegurança e a inexperiência do psicoterapeuta iniciante. Em alguns casos, ao adotar uma postura onipotente, o psicoterapeuta iniciante pode assumir uma atitude invasiva, desconsiderando a capacidade de o próprio paciente encontrar seus caminhos e suas alternativas de conduta. Na polaridade oposta ao psicoterapeuta onipotente, encontramos, com mais freqüência, o aprendiz que assume uma atitude impotente, se mostrando inoperante por se sentir incapaz de lidar com emoções, experiências ou conteúdos

– particularmente os negativos – do paciente, que lhe parecem acima das suas possibilidades de continência. O psicoterapeuta iniciante mostra-se, nestes casos, compreensivo, atencioso e disponível, mas não consegue intervir, propor ou aprofundar as questões reveladas pelo paciente, pois tal risco sugere uma situação excessivamente perigosa. Assim, ambas as posturas – onipotente e impotente – escamoteiam os limites e a real “potência” do psicoterapeuta iniciante, trazendo à tona seu dilema entre a técnica e a pessoa do técnico. O uso da técnica deve ser cauteloso e fundamentado numa estratégia clínica que sintetize a teoria e a prática do psicoterapeuta e o vínculo entre vivência, compreensão, pensamento e ação entre psicoterapeuta e paciente. A técnica jamais deve ser proposta como um truque para resolver problemas, mas como um recurso facilitador da conscientização do paciente, utilizado quando ele já se dirige a algum tipo de ação determinada a partir de sua necessidade e de sua disponibilidade. Muitos psicoterapeutas iniciantes vivenciam sintomas semelhantes aos de seus pacientes, o que gera dificuldade de contato ou envolvimento extremo, numa tentativa de resolver seus próprios problemas através do outro, ou inadequação das intervenções, levando, frequentemente, o paciente à desistência do processo psicoterápico, ou, por vezes, ao abandono (concreto ou por meio de atitude de distanciamento) como um artifício por parte do psicoterapeuta iniciante. Especialmente nestas situações, é essencial que o psicoterapeuta busque suporte no seu próprio processo psicoterápico, na supervisão de profissionais experientes e competentes, bem como no necessário envolvimento com o estudo teórico. Como disse o Abel Guedes, “ser terapeuta é um privilégio. [...] [Sua]... arte é ‘tocar’ as pessoas. ‘Tocar’ pela palavra, gesto, afeto, expressão, olhar, movimentos, etc., nos seus pontos sensíveis, adormecidos, cristalizados, encantados. Eu consigo ‘tocar’ quando fui ou estou sendo tocado por essa mesma pessoa”. A possibilidade de tocar e de ser tocado – no sentido de sensibilizar e de se envolver com o mundo existencial do paciente – gera, muitas vezes, no psicoterapeuta iniciante, temor da relação psicoterapêutica ou encantamento com seu próprio poder, encobrendo a sua polaridade oposta, ou seja, o fato de que, frequentemente, pode ser

tocado por seus pacientes. Acredito que grande parte das dificuldades dos psicoterapeutas iniciantes diga respeito a um desconhecimento e a uma confusão quanto a como lidar com os sentimentos gerados pelos e nos pacientes, bem como à parca conscientização das tarefas da psicoterapia e do psicoterapeuta. A tarefa da psicoterapia inclui o conhecimento teórico, a vivência técnica, o vínculo autêntico com o paciente, a satisfação com o trabalho, além do desenvolvimento pessoal do outro e de si mesmo como seres humanos. Portanto, requer do psicoterapeuta uma síntese pessoal da teoria e da técnica, de forma a não escravizá-lo nem a uma nem à outra. Neste sentido, podemos definir a psicoterapia como um processo interpessoal que envolve psicoterapeuta e paciente por meio de contatos verbais e não verbais, com objetivo definido de auxílio às dificuldades emocionais do paciente, visando à sua própria integração à vida. A definição dos objetivos específicos do processo psicoterápico é uma variável importante, na medida em que o cont(r)ato terapêutico, se mal definido, mal estruturado ou mal esclarecido, pode levar a fracassos consideráveis. A integração e a vinculação do processo psicoterápico com a vida pessoal do paciente, por sua vez, é uma meta básica, pois, de outra forma, corre-se o risco de criar uma vivência dicotômica, na qual a teoria não se coaduna com a prática, as sessões são incongruentes com as

experiências "fora" da psicoterapia e o espaço psicoterápico equivale a um "paraíso" ilusório e idealizado ou a um "depósito" seguro, mas inócuo, e a vida do paciente a um "inferno" ameaçador e insuportável. Creio que a grande dificuldade dos processos de supervisão, particularmente na clínica-escola, se deve à sua semelhança e, ao mesmo tempo, à sua diferença em relação à própria psicoterapia. Se, por um lado, a supervisão não se propõe a ser um espaço de intervenção do supervisor nas questões pessoais e íntimas dos psicoterapeutas iniciantes, por outro lado, sem uma real compreensão do vínculo entre seus temas existenciais e os processos que ele acompanha, a supervisão corre o risco de se tornar um mero estudo teórico-técnico distanciado. O grande desafio é, portanto, como articular estes dois polos, sem confundi-los. Creio que as versões de sentido constituem uma ferramenta enriquecedora da supervisão de psicoterapeutas iniciantes. Concluo, descrevendo as várias fases que costumam perceber nos processos de supervisão e o uso das versões de sentido em cada uma delas:

1. Num primeiro momento, os psicoterapeutas iniciantes têm necessidade de descrever e de discutir todas as sessões de seus diversos pacientes, o que torna a supervisão freqüentemente mecânica, numa alternância entre "o paciente disse isso" e "eu respondi aquilo", conferindo com o supervisor se

agiram "corretamente". Nesta fase, as versões de sentido podem constituir um importante recurso de acesso e de exploração do mundo existencial do psicoterapeuta e de sua relação com os pacientes;

2. Mais adiante e aos poucos, os psicoterapeutas iniciantes passam a selecionar as situações e os momentos psicoterapêuticos mais significativos, levando à supervisão não mais todas as sessões de todos os pacientes, mas a situação geral daqueles pacientes que acompanham ou, mais especificamente, dos que os preocupam mais. Neste estágio, as versões de sentido acrescentam aos psicoterapeutas iniciantes mais versatilidade e flexibilidade diante de pacientes que os tocam mais significativamente ou que mais absorvem sua atenção;

3. Finalmente, se o processo avança, o foco da supervisão deixa de ser unicamente o paciente e seus problemas, passando a se constituir num contexto mais amplo, no qual o psicoterapeuta iniciante está, de fato, diante de um referido paciente, que provoca tais ou quais repercussões nele. É nesta fase que as versões de sentido podem ser mais ricamente exploradas, pois elas podem incluir mais expressivamente as vivências da pessoa do psicoterapeuta iniciante, que pode analisar e discutir melhor, na supervisão, sua atuação nos processos psicoterápicos que acompanha.



Georges Boris é psicólogo, mestre em educação e doutor em sociologia pela Universidade Federal do Ceará (UFC). É professor titular da graduação e do Programa de Pós-Graduação (Mestrado e Doutorado) em Psicologia da Universidade de Fortaleza (UNIFOR). É um dos coordenadores do APHETO – Laboratório de Psicopatologia e Psicoterapia Humanista-Fenomenológica Crítica. Traduziu para o português o primeiro livro de Fritz Perls, *Ego, Fome e Agressão: Uma Revisão da Teoria e do Método de Freud*. É psicoterapeuta, supervisor de estágios em psicologia clínica e formador de psicoterapeutas em Gestalt-Terapia. Autor de *Falas de Homens: A Construção da Subjetividade Masculina* e de *Grupos Vivenciais e Cooperação: Uma Perspectiva Gestáltica*, desenvolve estudos acerca dos temas existenciais, das práticas psicoterápicas e das relações de gênero, baseado na fenomenologia existencial de Jean-Paul Sartre.

ARTIGOS

TERAPEUTA SUPERVISOR: ACOMPANHANDO DESCOBERTAS

Por Ana Maria Justo

RESUMO

O presente trabalho discorre acerca da experiência de supervisão de estágio vivenciada pela autora e refletida teoricamente a luz da Gestalt-terapia. A atuação de um supervisor encontra-se na fronteira entre o trabalho do professor e o do psicoterapeuta. A Gestalt-terapia caracteriza-se como uma abordagem fenomenológica existencial dialógica e, portanto, a formação de um psicoterapeuta não pode ocorrer de modo puramente técnico e sistemático. Assim como nas sessões terapêuticas, também durante a formação dos psicoterapeutas são priorizadas as intervenções experiências facilitadoras do desenvolvimento de awareness. Entende-se que o psicoterapeuta é mais importante que qualquer técnica e nesse sentido ele precisa conhecer seus limites e possibilidades. É papel da supervisão proporcionar o suporte necessário aos estagiários nesse momento de transição do papel de estudantes ao de profissionais em psicologia. A supervisão, desse modo, tem a finalidade de trabalhar reflexões sobre as situações terapêuticas vivenciadas pelos alunos, habilidade a ser desenvolvida pelos estagiários ao longo do tempo. O supervisor em psicologia clínica é alguém que acompanha a experiência dos alunos, fornecendo o suporte necessário e propiciando o desenvolvimento de awareness e do poder criativo dos mesmos frente às situações terapêuticas. Tanto estagiários quanto supervisor saem dessa experiência profundamente modificados, uma vez que para "ensinar" aos estagiários sobre o encontro dialógico não há outro modo que não seja promover junto deles encontros desse tipo, os quais são transformadores.

Palavras-chave: Gestalt-terapia; Psicoterapeuta; Supervisão; Estágio em Psicologia Clínica.

ABSTRACT

This paper discusses the experience of supervision lived by the author and thought of in light of Gestalt Therapy Theory. The role of a supervisor is on the frontier, between the work of a professor and the work of a psychotherapist. Gestalt Therapy is characterized by an existential, phenomenological and dialogic approach, and becoming a psychotherapist cannot occur in a purely technical and systematic training. Just as in psychotherapy sessions, during the training of psychotherapists we prioritize interventions aiming to develop awareness. We think that the therapist, as a person, is more important than any technique. Because of this they need to know their limits and possibilities. The role of supervision is to provide the necessary support to interns in this moment of transition from a student role to a psychologist. The supervision aims to work with reflections about the therapeutic situations experienced by students, an ability that has to be developed by the interns over time. The supervisor in clinical psychology is someone who accompanies the experience of students, providing the necessary support and promoting the development and awareness of the creative strength of the interns for therapeutic situations. Both, interns and supervisor, end this experience profoundly modified, because to "teach" the interns about the dialogic meeting, there is no other way than to promote this kind of meeting, which causes ripples of transformation on everyone involved.

Keywords: Gestalt Therapy Psychotherapist; Supervision; Internship in Clinical Psychology.

INTRODUÇÃO

Este trabalho monográfico tem por objetivo explorar teórica e reflexivamente a experiência de ser supervisor em Gestalt-terapia. Tem como base as experiências de atividade de supervisão de estágio em psicologia clínica, ocorridas semanalmente, durante os cinco semestres nos quais atuei como professora do curso de psicologia

em uma universidade do interior do estado de Santa Catarina. A atividade de supervisão de grupos de estagiários de graduação em psicologia ocorreu concomitantemente com a maior parte da especialização em Gestalt-terapia, e nesse sentido foi um espaço de reflexões e vivências importantes relativas aos temas que eram trabalhados durante o curso, possibilitando a sedimentação da experiência clínica, para além dos

papeis já vivenciados de cliente e de terapeuta, os quais também fizeram parte de minha formação como terapeuta na abordagem gestáltica.

A atuação de um supervisor encontra-se na fronteira entre o trabalho do professor e o do psicoterapeuta. O supervisor é um professor, na medida em que sua função envolve processos pedagógicos e a atividade supervisiva

tem, em teoria, o papel de “ensinar” um aluno a trabalhar como terapeuta. Entretanto, este ensino se dá de modo diferenciado, já que vai muito além de assimilar um conteúdo. Cabe propiciar meios para que os alunos possam experimentar-se e, sobretudo, criarem as suas próprias formas enquanto terapeutas. Esta modalidade de ensino caracteriza-se como um tipo de “experimentação” que se dá com o acompanhamento do supervisor. Neste sentido, o fazer do supervisor se aproxima de uma atuação terapêutica, já que ele se torna facilitador e testemunho de uma experiência de desenvolvimento de awareness e de contato no campo.

O supervisor, diferentemente de um professor, não tem junto aos seus alunos um “plano de ensino”, um script, ou uma meta específica a atingir. O trabalho se desenvolve na medida em que cada um dos alunos vai adquirindo suporte para seguir adiante, atender o primeiro cliente, atender o segundo, experimentar diferentes formas de atendimento, e assim por diante. Enfim, experimentar-se como terapeuta. O trabalho de supervisão se dá, assim como o de psicoterapeuta, por meio da redução fenomenológica, deixando de lado os *à priori*s e facilitando o contato com a experiência. É preciso “estar com” os alunos, numa experiência de troca, de respeito e de confiança mútua.

O papel e os fazeres do supervisor ainda são pouco abordados na literatura gestáltica no Brasil. No entanto, salienta-se que tal temática apresenta relevância considerável, na medida em que é experiência vital na formação da maior parte dos psicólogos, e certamente marcante na experiência dos terapeutas que seguem a abordagem da Gestalt-terapia.

O presente trabalho inicialmente apresenta uma contextualização da Gestalt-terapia enquanto abordagem fenomenológico existencial dialógica, o que repercute em uma postura terapêutica diferenciada. Em seguida, será abordado o papel da supervisão ao psicoterapeuta iniciante. E por fim, será explorada a experiência da autora enquanto supervisora, também discutida à luz da Gestalt-terapia.

REQUISITOS A UM GESTALT-TERAPEUTA

A Gestalt é principalmente uma postura diante da vida, que implica um contato vivo com o mundo, com a pessoa do outro, na sua singularidade, sem pré-concepção de qualquer ordem. Esse contato apoia-se sobre a vivência, na experiência de primeira mão, no aqui e agora, o que estimula uma presença constante e atenta, com ênfase na percepção sensorial; focaliza o fluxo e a direção da energia corporal. (Jean Clark Juliano, 1999: 26).

Conforme descrito graciosamente por Jean Clark Juliano (1999), a Gestalt-terapia fundamenta-se na experiência humana. Numa experiência com o mundo como ele é e com as pessoas como elas são, no momento presente. Isso implica em reduzir expectativas e ampliar a percepção. Enquanto abordagem psicoterapêutica, a Gestalt-terapia caracteriza-se como uma abordagem fenomenológica existencial dialógica. Trata-se de uma abordagem fenomenológica, por seu caráter descritivo, muito mais que explicativo ou prescritivo; existencial, pois trabalha diretamente com a existência humana, mais do que com o problema apresentado; e dialógica, pois preconiza o contato humano num diálogo dialético, onde cada uma das partes envolvidas interfere na vivência do outro. O dialógico refere à experiência do “entre”, de acolhimento ao outro, na valorização de sua humanidade, sendo a filosofia dialógica foi criada por Martin Buber a partir da sua definição das palavras princípio EU-TU e EU-ISSO.

A palavra-princípio EU-TU refere-se a uma interação (relação) que é atemporal e não localizada no espaço. É uma vivência intensa, viva e pulsante; é recíproca, envolve presença, totalidade. Há uma entrega ao outro (seja pessoa, situação ou coisa) sem esperar nada em troca, sem um objetivo, sem um lugar a chegar. A vivência EU-ISSO, por sua vez, consiste num relacionamento onde o outro não é encontrado em sua alteridade. O relacionamento tem um objetivo, um lugar a chegar e o outro é um instrumento para se

chegar a este objetivo. Consiste em uma forma objetiva de experienciar as situações; diferente da relação EU-TU, que é do domínio da emoção e da entrega, o relacionamento EU-ISSO implica num distanciamento reflexivo (Buber, 2006).

A riqueza da experiência humana e terapêutica está justamente na capacidade e na possibilidade de intercalar as duas atitudes, pois ambas são importantes à vida. Conforme Buber (2006), não se consegue manter sempre uma atitude EU-TU, pois o homem é incapaz de habitar permanentemente nesse encontro. “Se o homem não pode viver sem o ISSO, não se pode esquecer que aquele que vive só com o ISSO não é homem”. (Buber, 1923; apud Von Zuben, 2006, p. 37). Assim, verifica-se que o encontro verdadeiro (EU-TU) é uma vivência necessária ao homem, embora, infelizmente, um encontro sem expectativas seja pouco ocorrente na sociedade atual.

Dentro da prática psicoterápica, conforme Luczinski e Ancona-Lopez (2010), o encontro (EU-TU) não é o objetivo final da terapia, mas parte desta, ou seja, o encontro não é a resposta, mas o início da caminhada. Há um impulso inerente do homem em singularizar-se e colocar-se em movimento na presença do outro, e é este potencial que pode ser alavancado a partir da relação terapêutica. Segundo as autoras, “Entregar-se ao encontro é exercer o que de mais humano se faz em psicologia: interesse genuíno pelo outro, buscando compreendê-lo” (2010, pg. 82). Trata-se de uma postura terapêutica de coexistência, onde o terapeuta é levado aos caminhos que o cliente abre. O terapeuta sente, percebe, reflete e retorna através dos seus sentimentos e suas percepções, possibilitando que o cliente sinta, perceba e reflita sobre as ocorrências consigo a partir dessa relação (Schillings, 2012).

A relação terapêutica é pautada na abordagem dialógica, que prioriza o encontro. A Gestalt-terapia, focaliza o que precisa ser explorado, e não o que precisa ser mudado. Trabalha-se com o foco na ampliação da awareness. Conforme Ribeiro (2006), awareness trata-se de uma

palavra cujo significado abrange complexidade e é de difícil tradução. Pode ser entendida, segundo este autor, por consciência da própria consciência, no aqui-e-agora. Não é puramente cognitiva, mas a expressão vivenciada, percepção integrada de todas as partes do organismo. A awareness é um caminho de mudança, um processo de integração harmoniosa entre pessoa e mundo.

“O momento da awareness é um acontecimento, não pode ser encomendado; todavia, sem procurá-lo, dificilmente o atingiremos – ainda que, quando ele acontecer, terá sido sempre por acaso.” (Ribeiro, 2006, p. 77).

Assim, o terapeuta observa o que é importante para a regulação do cliente, partindo do pressuposto que a awareness aumentada e o contato pleno levarão ao crescimento. A pessoa, em sua totalidade é acolhida, observada e aceita, e este é o suporte elementar para o início do diálogo (Yontef, 1998).

Ao considerar que o fazer psicoterápico do Gestalt-terapeuta se dá a partir de uma relação dialógica, salienta-se que a Gestalt-terapia não pode ser uma teoria que o indivíduo aprende e dela passa a fazer uso como um instrumento (Pinheiro, 2006). O desenvolvimento de um Gestalt-terapeuta envolve um processo que é vivencial e que extrapola consideravelmente os limites de uma aprendizagem teórica ou de domínio de qualquer tipo de técnicas.

Aponta Boris (SD) que é bastante comum salientar, nos cursos de formação, a importância do embasamento teórico do terapeuta. De fato, espera-se que um terapeuta deva conhecer a teoria sob a qual se fundamenta em seu fazer clínico. Entretanto, esse autor chama também atenção para o fato de que menos frequentemente são discutidos os riscos de um apego do terapeuta à teoria, quando esta serve como uma defesa do terapeuta contra a própria insegurança, adotando uma atitude formal, intelectual ou perfeccionista (Boris, SD).

Considera-se que um apego excessivo à teoria pode ser tão ou

mais prejudicial que a falta de domínio da mesma, já que este apego pode cumprir a função de um afastamento da experiência no campo, distanciando o terapeuta da possibilidade de uma relação EU-TU. Nesse caso, pode haver a interrupção de contato que se configura como o egotismo disfuncional, ou ajustamento egotista, o qual é um mecanismo de evitação de contato. No ajustamento egotista, a ansiedade aparece no momento da ação no meio e o indivíduo tenta controlar o meio, visando não envolvimento (PHG, 1997). O controle do meio é realizado pelo isolamento, pois o indivíduo prioriza sua parte no campo, tendo sensação de estar no controle, mantendo o meio ao seu serviço. Assim, o indivíduo procura controlar o meio, acumulando uma série de conhecimentos, achando que o meio está sob o seu domínio. Entretanto, se não inclui a novidade e a espontaneidade, não pode crescer, ficando fixado. Não permite que o envolvimento aconteça, para evitar a emoção. Mas como esse controle nunca é suficiente, o indivíduo busca constantemente mais informações para sua proteção. Procura elaborações objetivas para proteger sua fragilidade. Protege-se então do vínculo, do envolvimento espontâneo, pelo medo do abandono (PHG, 1997).

Segundo Erthal (2004), esse tipo de apego teórico ou técnico é bastante comum aos terapeutas quando iniciam seu trabalho. O profissional iniciante costuma se apoiar em regras, ou roteiros. Procura seguir um script que abafa sua espontaneidade e capacidade criativa. A insegurança e a inexperiência o fazem buscar fórmulas mágicas, para buscar reduzir a ansiedade que é natural nesse momento inicial. Essa ansiedade, todavia, parece estar ligada às expectativas relativas ao ser terapeuta e de uma postura ou intervenção adequada, o que os distancia de uma possibilidade de vivência espontânea e criativa, objetivo fundamental da Gestalt-terapia.

Ressalta-se que dentro das abordagens fenomenológico-existenciais o psicoterapeuta é mais importante como pessoa que o método ou técnica que utiliza (Ribeiro, 1986). A partir dessa premissa básica, considera-se que sua instrumentação

perpassa por um processo de autoconstrução, no qual a pessoa aprende a ser ela mesma, se apropria de sua forma e de suas habilidades (Pinheiro, 2006).

Quanto mais nos conhecemos, melhor podemos entender avaliar e controlar nosso comportamento e melhor compreender e apreciar o comportamento dos outros. Quanto mais familiarizados conosco mesmos, menor a ameaça que sentimos diante do que encontramos (Benjamin, 1978: 23).

Tais reflexões, apontadas por Pinheiro (2006) e Benjamin (1978), atentam ao fato de que um terapeuta precisa, além de conhecer teórica e tecnicamente sua abordagem, estar disponível para si mesmo, o que engloba estar consciente e potente a partir da identificação de suas habilidades e suas interrupções. Assim, é necessário ao aluno de psicologia abandonar a ideia de ser terapeuta (ideal) e acolher a noção de ser o terapeuta real (o terapeuta “João”, a terapeuta “Maria”, ou quem quer que seja). Trata-se de ser terapeuta dentro de sua pessoa real, com todas as suas possibilidades e limites reais, a partir de experiências de contato.

Contato configura-se um conceito central à Gestalt-terapia, na medida em que o indivíduo está em constante troca com o meio. Considera-se que entre o organismo e meio existe uma relação indissociável. A partir deste olhar, o comportamento humano deixa de ser compreendido a partir da realidade interna do indivíduo e passa a ser entendido a partir do campo existente no aqui-e-agora. Assim, qualquer ação é entendida a partir da relação entre a pessoa e o campo em que esta se insere; não existe ação descontextualizada (Perls, 1988). E essa fundamental troca entre o indivíduo e o meio que o circunda, quando fluida e com disponibilidade de awareness, se dá por meio de experiências de contato.

Polster e Polster (1979) falam do contato enquanto função que sintetiza união e separação, envolvendo o senso de eu e não-eu. Yontef (1993) conceitua contato enquanto um processo de união e afastamento. Robine (2006) complementa com a

noção de que para que haja contato é necessário um objeto exterior, uma vez que não se pode falar em contato consigo mesmo. Dentre todas estas definições, no entanto, verifica-se que há em comum a noção de troca entre o eu e o não-eu. Ou seja, o contato diz respeito à interação entre a pessoa e o meio, de maneira fluida, ou seja, saudável. Entretanto, nem toda forma de interagir com o meio é contato. O contato pressupõe a awareness.

Awareness é definida por Yontef (1998) como estar em contato com a própria existência, com aquilo que é. Ou seja, é estar em contato vigilante com os eventos mais importantes do campo, com apoio sensoriomotor, emocional, cognitivo e energético. Laura Perls (1977) aponta que em Gestalt-terapia o único objetivo é a awareness (ampliação desta) e, conforme Yontef (1998) ela é ao mesmo tempo o meio e o fim da psicoterapia. Para além de desenvolvimento e ampliação no cliente, a awareness é essencial à experiência de terapeuta e fundamental como "guia" do seu trabalho clínico.

A awareness do terapeuta é seu suporte de trabalho clínico e deve se realizar, conjuntamente com esse "dar-se conta", uma suspensão fenomenológica. A suspensão, ou redução fenomenológica, propõe que se volte aos fenômenos (ou àquilo que surge). Consiste em inibir as tomadas de posição ou os julgamentos frente ao mundo objetivo – colocá-los entre parênteses – e encontrar-se com o mundo como ele é. (Husserl, 1929). Não é preciso se abster de todas as crenças e conhecimentos que fazem parte da sua história, mas é colocar tudo isso "entre parênteses" e estar aberto a perceber o mundo como ele é. Esta redução fenomenológica é justamente o que possibilita ao terapeuta estar aberto e disponível ao encontro com o outro da maneira como ele é.

Assim, busca-se uma sintonia disponível à experiência do cliente, respeita-se sua singularidade existencial, lembra-se que a cada experiência é individual e não generalizável. É importante o terapeuta confirmar a existência do cliente, numa posição de humildade. A humildade é essencial ao psicoterapeuta, pois é preciso admitir que nosso

conhecimento é sempre limitado, referindo-se a uma parte dentro da totalidade. E é preciso confiar na sabedoria intuitiva do cliente, que sabe o que é bom para ele, inclusive naquilo que deve ser expresso ao terapeuta. Assim, ao receber o cliente, é importante ser curioso de maneira respeitosa: "Se a porta está fechada é porque não é para vermos" (Frazão, 2012).

Considera-se que estar disponível para o contato é a intervenção primeira do Gestalt-terapeuta. Na relação com o cliente é ele mesmo o instrumento capaz de criar um contexto propício ao desenvolvimento humano (Pinheiro, 2006). E cabe ao terapeuta a ação de observar o cliente com atenção, deixando fluir a sua percepção de modo que possa se capturar pelas coisas (Frazão, 2012).

O cliente sempre chega à terapia por conta de um sofrimento, que pode não aparecer diretamente como uma queixa. Ele procura terapia numa espécie de "última esperança", de que algo melhor está por vir. E cabe ao terapeuta em primeiro lugar ouvir, com ouvidos e olhos, também aquilo que não consegue ser verbalmente expresso. Inclusive as fantasias e impressões que se passam com o terapeuta, sendo que o mesmo deve sempre se manter aware de si mesmo. A escuta deve ser acompanhada de um acolhimento amoroso, humano. E as reflexões mais racionais (o pensar sobre, ou pensar pelo cliente) não devem ocorrer durante a sessão, mas nos intervalos entre elas (Frazão, 2012). O terapeuta visa compreender o cliente, que é diferente de entender. O foco de trabalho está em desvelar como o cliente experiencia suas vivências, e estar junto dele nesse processo. Sofrimento é algo que precisa ser honrado e o campo terapêutico traz aquilo que o terapeuta proporciona para ele. Destaca-se que a experiência que o cliente tem de "ser visto" é fundamental (Frazão, 2012).

Considerando-se os autores abordados até então, evidencia-se que a intervenção experiencial é o instrumento básico do terapeuta (Buys, 1987). Ou seja, sua atuação se dá a partir de sua sensorialidade, que possibilita uma ação espontânea e criativa, aware e facilitadora de awareness no

cliente. Não há roteiros, intervenções específicas recomendadas, prescrições. Há um encontro humano, único, com um cliente que busca terapia, pois está num sofrimento com o qual não está conseguindo lidar sozinho.

Soares (2009) aponta algumas habilidades mínimas necessárias ao trabalho clínico: estar com o outro, disponibilidade, aceitação das diferenças, conhecer o que potencializa e o que despotencializa cada um. Isso implica em experienciar a fronteira de contato, correndo os riscos do vir-a-ser.

Disponibilidade para correr riscos... eis algo fundamental a qualquer terapeuta. Abandonar a necessidade de controle constante sobre si mesmo e principalmente sobre o outro. Entregar-se à experiência de contato, modificar-se e sair dela modificado. Conforme Thérèse Tellegen, "está apto a ser Gestalt-terapeuta aquele que apresente a disponibilidade para a mudança" (Soares, 2009, p.157).

O trabalho do Gestalt-terapeuta, uma vez que não se limita à aplicação de técnicas específicas, mas compreende experiências de contato, a partir da sua sensibilidade vivenciada nos encontros humanos, não é algo que se desenvolve rapidamente, a partir de algumas leituras e compreensão teórica do setting terapêutico. A formação de um terapeuta é um processo que abrange certa complexidade, na medida em que extrapola uma formação puramente técnica e inclui o autoconhecimento e desenvolvimento perceptivo e sensorial. Por isso, a formação de um terapeuta precisa ser desenvolvida aos poucos, com o suporte de alguém, que, com experiência e disponibilidade, acompanhe a sua inserção nessas vivências. Este é o papel da supervisão clínica.

É importante salientar que a atividade supervisiva não é exclusividade de estagiários ou psicoterapeutas iniciantes. Um terapeuta poderá requisitar supervisões ao longo de toda sua carreira, as quais costumam ser bastante produtivas para seu desenvolvimento profissional, o qual estará sempre em formação, inacabado e se modificando a cada cliente novo, ou mesmo a cada nova sessão.

O PAPEL DA SUPERVISÃO DO PSICOTERAPEUTA INICIANTE

As atividades de estágio têm um papel central na vida acadêmica dos alunos, uma vez que marcam a transição do papel de estudante para o papel de profissional (Barreto & Barletta, 2010). O estágio é o momento final da formação acadêmica, no qual se vislumbra a integração entre os conhecimentos teóricos assimilados durante a graduação, com a vivência da prática profissional. Essa inserção profissional é acompanhada por um professor e profissional da área de atuação específica em que se dá o estágio. O estagiário, por sua vez, é o aluno que, já tendo cumprido os necessários pré-requisitos curriculares, insere-se no campo de atuação, passando a exercer seu papel profissional, o qual é supervisionado, ou seja, orientado acompanhado por um professor, ao longo de alguns semestres. Tal experiência visa fornecer aos alunos o suporte necessário durante a transição que estes vivenciam do "ser estudante" ao "ser profissional".

Diferentemente de vários outros tipos de atuações profissionais, o treinamento de um terapeuta requer condições específicas. O estagiário não pode, por exemplo, aprender a atuar como terapeuta por meio do acompanhamento das sessões de um profissional mais experiente. O aprendizado também não se dá pelo domínio de técnicas com um roteiro a seguir, ou apenas por meio de role playings. O aprendizado de um terapeuta e principalmente, Gestalt-terapeuta, somente pode ocorrer a partir da vivência verdadeira e implicada desse papel, junto a um cliente real, que chega a terapia com demandas reais a serem trabalhadas.

Tais características fundamentais à inserção profissional de um psicoterapeuta envolvem responsabilidade considerável. Desde o primeiro contato com o cliente, o terapeuta iniciante é o responsável pelas suas intervenções. A supervisão não ocorre na medida em que o terapeuta intervém, mas sempre depois do término da sessão. E ainda assim, não é feita diretamente sobre o caso, mas sobre o relato do caso, na perspectiva do estagiário.

Nesse sentido, qualquer atividade supervisiva não age diretamente sobre o cliente atendido, mas sim sobre o terapeuta em formação.

O momento da supervisão de um atendimento psicoterápico tem como objetivo transmitir alguns ensinamentos e reflexões teóricas. Mas principalmente, fazer com que os estagiários possam perceber a si mesmos, e terem maior clareza sobre a relação que estabelecem com seus clientes (Tavora, 2002). A supervisão tem a importante finalidade de trabalhar o contexto relacional apropriado à reflexão sobre a situação terapêutica. O supervisor deve ser capaz de refletir junto com o supervisionado, como está a relação terapêutica. Essa reflexão é uma habilidade a ser desenvolvida pelo terapeuta, e no contexto da supervisão, não coloca em risco nem o terapeuta nem o seu cliente, na medida em que ocorre num momento posterior e em ambiente protegido (Buys, 1987).

É evidente que um treinamento técnico, fundamentado teoricamente é parte importante da supervisão. Entretanto, o domínio teórico não é garantia de intervenções terapêuticas proveitosas. E é exatamente essa noção que se concretiza no papel do supervisor, que é alguém que domina teoria e técnica, mas que, principalmente, é capaz de apresentar um olhar que é externo ao que se passa no setting terapêutico, e que focaliza, ora em partes, ora no todo.

Na relação entre supervisor e aluno existe uma terceira pessoa, com importância central: o cliente (Buys, 1987). O cliente é protagonista no momento dos atendimentos, e a supervisão é fundamental no amparo e suporte do terapeuta para intervir junto a este cliente. No momento da supervisão, entretanto, ora o cliente está em foco, ora ele é apenas coadjuvante, na medida em que é o meio pelo qual se torna possível o trabalho junto ao estagiário. Talvez se possa afirmar que os momentos mais ricos de um processo de supervisão sejam justamente aqueles em que o cliente vira fundo, e o terapeuta em formação é o foco, e trabalhado, em seus potenciais e interrupções.

A supervisão é um momento em que se fala sobre a psicoterapia que está sendo realizada pelo aluno, onde a experiência é examinada, questionada, melhor entendida. Estagiário e supervisor refletem juntos sobre a experiência do psicoterapeuta iniciante (Buys, 1987). É um ambiente de troca, de contato.

Todo organismo necessita do ambiente para trocar materiais essenciais (Perls, 1977). E no ambiente do estágio em psicologia clínica, o supervisor é aquele que possibilita ao terapeuta iniciante um espaço de acolhimento e facilitador do seu desenvolvimento de awareness sobre o que acontece com ele mesmo e sobre o campo terapêutico. O supervisor é um importante provedor de suporte ao terapeuta. É um heterossuporte inicial que vai gradualmente se transformando num autossuporte do aluno, que com o passar do tempo, aciona seus próprios recursos, dos mais variados, para criar a direção das suas próprias intervenções e ele mesmo refletir sobre o que acontece no campo, com o cliente.

A experiência de supervisão de estágio é passageira. Embora não seja a única experiência de supervisão de um terapeuta, a supervisão de estágio em psicoterapeutas tem marcada importância, uma vez que é o acompanhamento, por vezes um tanto conturbado, dos seus primeiros passos nessa forma de atuação profissional, a qual, antes de tudo, é uma atuação humana.

SER SUPERVISOR: ACOMPANHAR NOVOS TERAPEUTAS

Amigo, não seja um perfeccionista. Perfeccionismo é uma maldição e uma prisão. Quanto mais você treme, mais erra o alvo. Você é perfeito, se se permitir ser. Amigo, não tenha medo de erros. Erros não são pecados. Erros são formas de fazer algo de maneira diferente, talvez criativamente nova. Amigo, não fique aborrecido por seus erros. Alegre-se por eles. Você teve coragem de dar algo de si (Fritz Perls, 1977, p. 18).

Aprovados em todas as disciplinas obrigatórias do curso

de psicologia. Já se passaram oito semestres. Anatomia e fisiologia humana, processos psicológicos básicos, desenvolvimento humano, gestalt, psicanálise, behaviorismo, cognitivismo, família, processos grupais, psicologia social, comunitária, testes psicológicos, comportamento organizacional, psicopatologias, entrevista, diagnóstico, saídas de campo, trabalhos, relatórios, provas. Livros, cadernos, muita bagagem... Chega a temida e esperada hora de se tornarem terapeutas. Em meio a tantas abordagens e campos abertos ao estágio, a escolha foi pela clínica em Gestalt-terapia. Os sentimentos e as fantasias são contraditórios. Envolvem: medo, desejo, ousadia, sucesso, fracasso, impasses, abandono, choro, rejeições, silêncios, finais felizes, etc... Há um vivo excitação, e a vontade de experimentar como é "ser um Gestalt-terapeuta", com o mesmo brilho no olhar que havia nas aulas de psicologia clínica, em que ao aprender sobre a teoria, também se descobria muito sobre si mesmo.

É chegado o semestre do estágio. Os alunos chegam à universidade mais motivados que nunca. E ao mesmo tempo temerosos... "Nunca atendemos sozinhos!", "O primeiro cliente, pode ser atendido em duplas?", "E se seu não souber o que dizer?", "E se meu cliente não vier, posso ligar pra saber o que houve?", "E se o filho quiser entrar junto com ela na sessão, o que eu faço?". "Não vou conseguir me lembrar de tudo que o cliente disse. Posso gravar a sessão?" Uma série de fantasias chega junto dos estagiários na primeira semana de supervisão. E é natural que seja assim, já que tudo o que eles têm de experiência sobre "ser terapeuta" é na terceira pessoa: a partir das suas leituras, de ver seu próprio terapeuta atuar, ou de ouvir falar. Nesse momento atender clientes ainda é uma experiência que está distante das suas vivências e as projeções, ainda são a única possibilidade.

Com essas inúmeras projeções que chegam no início da supervisão, aparece o medo de errar. O que não surpreende. A maior parte das experiências pedagógicas ao longo da história dos alunos estava pautada

na noção de certo e errado. Se o aluno respondia conforme as expectativas do professor que elaborou a prova ou trabalho: certo; se não: errado. E é aqui que começa a se diferenciar o fazer do supervisor daquele de um professor. O supervisor tem sim um papel que é pedagógico, mas em Gestalt-terapia, não há certo ou errado enquanto polaridades, e o desenvolvimento dos alunos não está vinculado às expectativas de alguém que os conduz no seu aprendizado. O aprendizado, nesse caso, é experiencial, é vivido, sentido, para além da compreensão meramente intelectual. Vem de dentro para fora. E não há como prever exatamente qual será o resultado da experiência.

Assim, considera-se que o estágio em Gestalt-terapia é muito mais do que uma disciplina, e jamais poderia seguir os moldes de uma. A grande vantagem da experiência de supervisão de estágio é esta ser um processo pedagógico "sem moldes". Não há um plano de ensino, um objetivo específico predefinido. Trata-se de um acompanhamento a um grupo de alunos nas suas novas experiências enquanto terapeutas. Um grupo de alunos? Sim. Trabalhar com a supervisão dos estagiários em grupo é uma experiência extremamente proveitosa, tanto na perspectiva do supervisor, quanto dos próprios estudantes.

A Gestalt-terapia concebe o homem como um ser em relação. Em relação consigo mesmo e com o mundo, num constante vir-a-ser, o qual só pode existir num campo circundante. A partir dessa condição, o contato é considerado a matéria-prima da relação humana (Cardoso, 2009). E a proposta é fazer com que no momento do aqui-e-agora o indivíduo possa entrar em contato consigo mesmo, de modo que possa se tornar mais aware, percebendo assim suas sensações, sentimentos, observando a si mesmo (Farah, 2009), e considera-se que o trabalho de supervisão possa ser favorecedor de awareness e de contato, os quais são recursos fundamentais a um terapeuta, como já mencionado.

Percebe-se que cada indivíduo tem maneiras próprias e diferentes de se situar no mundo tendo em vista

a sua própria perspectiva e visão de mundo. Desta forma pode-se dizer que em um grupo não há uma perspectiva que seja certa ou errada, ou uma melhor que a outra, mas sim que existem maneiras diferentes de se perceber uma mesma coisa (Cardoso, 2009). Por isso, pode-se dizer que o trabalho em grupo de supervisão é favorável a movimentos criativos, de acolhimento das diferenças e convívio com as possibilidades e limites de cada indivíduo, de forma um pouco mais distante da noção de certo e errado, ou do supervisor enquanto um modelo a ser seguido.

Temores e contradições são expressos de forma mais ou menos clara durante as supervisões, momento em que os alunos solicitam um "aval" ao mestre, e esperam um sinal do reconhecimento de que estão prontos para os futuros atendimentos (Soares, 2009). Não é incomum que o supervisor tenda a ser idealizado pelos seus alunos e tomado como um modelo absoluto (Erthal, 2004). Assim, considera-se que o grupo de supervisão, ao propiciar a troca direta de experiências entre os estagiários, possa diminuir a idealização sobre o supervisor, uma vez que os alunos fazem mais contato com experiências reais. Treinar em grupo é inserir o terapeuta iniciante em um mundo de relações reais e presentes onde ele pode avaliar-se, espelhar-se e se encontrar com o outro. É prepará-lo para a relação profunda que se estabelece entre terapeuta e cliente (Tavora, 2002).

Ao iniciar o estágio em psicologia clínica como novos terapeutas, os estudantes encontram-se em diferentes estágios de amadurecimento pessoal e profissional. Em contrapartida, deparam-se com semelhantes angústias provocadas pelos primeiros contatos com os clientes (Tavora, 2002). No processo de apropriação de um método de atendimento e definição do seu estilo pessoal de trabalhar, eles necessitam da orientação teórica e do acompanhamento afetivo que possam auxiliar no suporte para os seus primeiros passos como terapeutas.

A formação do terapeuta envolve um processo de transformação,

onde o aluno é retirado da fôrma que o despotencializa e se deixa descobrir, potencializar, trabalhando criativamente na experiência compartilhada de transformar-se (Soares, 2009). A autora aponta que o contexto acadêmico informa (e enforma) o estudante de psicologia com um arsenal de teorias e técnicas. Cabe aos supervisores representantes da Gestalt-terapia "o papel de tirar da f(ô)rma e instigar a boa forma, de acordo com a lei da pregnância" (Soares, 2009, p. 153). No grupo de supervisão ocorre um processo de assimilação, onde o aluno começa a alinhar o "lá-e-então" das disciplinas, da sua história de vida e experiências pessoais e profissionais, com o "aqui-e-agora" do que sabe, do que não sabe, do que quer e que não quer.

O aprendizado no estágio, numa perspectiva fenomenológico-existencial, embute a proposta de humanizar-se e aprender a cuidar de humanos (Soares, 2009, p. 155). Assim, treinar futuros terapeutas exige, concomitantemente, técnica, arte e sensibilidade. Exige respeito às diferenças e crença no talento que pode brotar de cada iniciante temeroso, tímido em suas iniciativas e pouco confiante em si. Significa também deixar que os estagiários ensinem ao supervisor a arte de ser paciente, de acreditar sem ver resultados imediatos e de abster-se de induzi-los a um modelo de terapeuta já pronto (Tavora, 2002).

Há diversos momentos em que cabe ao grupo de supervisão apropriar-se da teoria. Entretanto, como aponta Buys (1987), a teoria deve ser também discutida a partir das experiências vividas - sejam elas durante o estágio ou em outros momentos de vida - e não simplesmente adotada, sem críticas. Conforme Perls (1988), o crescimento do indivíduo se dá a partir das trocas realizadas com o meio: retira-se algo do meio e devolve-lhe algo, sendo possível aceitar ou rejeitar o que o meio oferece. Trata-se da introjeção saudável, que consiste numa assimilação daquilo que vem do meio. Entretanto, se a teoria trabalhada não é assimilada de modo a fazer sentido aos alunos, sua internalização se dá por meio de uma

introjeção disfuncional, o que significa uma adesão artificial da abordagem (Soares, 2009). Evita-se o contato e as ações são puramente normativas, o que distancia o terapeuta de uma abordagem dialógica. Considera-se que a literatura teórica é um ponto de apoio essencial e de referência ao psicoterapeuta, mas não basta por si mesma, devendo sempre ser adotada com flexibilidade, fundamentando e sendo fundamentada pela prática profissional, pelas vivências pessoais, pela supervisão e pela psicoterapia do próprio psicoterapeuta. Ou seja, a introjeção saudável consiste numa espécie de "digestão" da teoria a partir de experiências e vivências.

Para que haja maior profundidade, é preciso que na supervisão sejam trabalhados os aspectos constituintes da relação terapêutica (Buys, 1987), os quais dizem respeito às vivências diretas dos alunos enquanto terapeutas. A intervenção experiencial é o instrumento básico do psicoterapeuta. E na supervisão ela também tem relevância (Buys, 1987) e papel central. A supervisão tem uma dimensão experiencial, na qual se mostra bastante fértil focalizar a experiência dos terapeutas, tanto em relação a si mesmo quanto ao cliente (Buys, 1987). E todas as intervenções experienciais nos grupos de supervisão em Gestalt-terapia focalizam o desenvolvimento de awareness dos estagiários, para que possa se estabelecer o contato fluido no campo. Yontef (1998) considera que a awareness é estar em contato com a própria existência, com aquilo que é. Ou seja, é estar em contato vigilante com os eventos mais importantes do campo, com apoio sensoriomotor, emocional, cognitivo e energético. A awareness é um aspecto central a ser desenvolvido junto aos estagiários, pois é o aprendizado fundamental, a partir do qual poderá ser desenvolvido seu potencial criativo para as intervenções terapêuticas.

Frazão (2010) define awareness como percepção do que se passa dentro e fora de si, no momento presente, tanto ao nível corporal, quanto ao mental e ao emocional. É a possibilidade de perceber, simultaneamente, o meio externo e interno, por meio de recursos

perceptivos e emocionais, embora em algum momento alguma coisa possa tornar-se mais proeminente (figura). A partir da awareness o aluno pode perceber quais são suas dificuldades, como ele as cria e como pode resolvê-las. A awareness possibilita ao aluno tornar-se consciente de suas capacidades e habilidades. Nesse sentido, muitas vezes a experiência de supervisão toca em vivências bastante íntimas e fragilizadas dos estagiários.

Se, por um lado, a supervisão não se propõe a ser um espaço de intervenção do supervisor nas questões pessoais e íntimas dos psicoterapeutas iniciantes, por outro lado, sem uma real compreensão do vínculo entre seus temas existenciais e os processos que ele acompanha, a supervisão corre o risco de tornar-se um mero estudo teórico-técnico distanciado. O grande desafio é, portanto, saber como articular estes dois polos, sem confundi-los (Boris, 2008).

Soares (2009) considera que cabe ao supervisor conectar o graduando com o mundo, por meio de intervenções que abram caminho para sua experiência de contato. É importante que o estagiário esteja disponível para aceitar sua condição de não pronto, bem como perceber a psicologia como uma prática ainda não pronta, o que se evidencia na experiência grupal (Soares, 2009). Se algum dia o terapeuta sentir-se completamente pronto, cabe o estranhamento, pois quando se considera que ser terapeuta gestáltico é uma experiência sobretudo vivencial, não é possível estar completamente pronto, o que pertence ao plano da idealização. No entanto, sem idealizar, é importante que o terapeuta acesse seus recursos e seu suporte real para o atendimento. Boris (2008) aponta que é importante abandonar a polaridade impotência/onipotência, e trabalhar a potência do terapeuta, a partir dos recursos que este tem, no contato com o cliente.

Nesse sentido, o conceito de fronteira de contato é um eixo para o trabalho terapêutico e também para o momento da supervisão (Soares, 2009). A fronteira é o limiar da mudança, trazendo possibilidades e

limites. Assim, é função do supervisor, junto aos seus alunos, ficar com o que é do jeito que é, trabalhando dentro de um limiar de limites e possibilidades. Sem almejar o terapeuta ideal, o supervisor pode ficar com os terapeutas reais, andar junto com os alunos em suas descobertas, o que guarda muitas semelhanças com a relação entre terapeuta e cliente, mesmo que o contexto supervisivo abranja temáticas mais específicas (as quais sem dúvidas refletem no todo). É importante o supervisor ter vista que ao fazer da Gestalt-terapia, seja em atividade terapêutica ou supervisiva, envolve um trabalho com ênfase na experimentação e pela autenticidade (Prestrelo & Quadros, 2011).

Assim, ao supervisor cabe a função de trans-missão, na medida em que ele serve como um acompanhante nessa passagem, que é feita pelos sentidos, afetos e criações. Cabe ao supervisor legitimar o poder criativo que se mostra presente nos terapeutas iniciantes (Soares, 2009). Aos poucos, o estilo próprio de cada estagiário vai sendo formado. Ocorre uma integração processual entre o modo de ser enquanto pessoa e a sua práxis. Estereótipos são derrubados e predomina a vivência experiencial dos campos terapêutico e supervisivo (Erthal, 2004). E aí se destaca o encantamento do supervisor com a permanente possibilidade de criação a partir da experiência supervisiva e de atendimentos (Soares, 2009).

Aponta Tavora (2002) que no momento em que o estágio vem se aproximando do seu final, o supervisor começa a gradativamente perder a sua função. Segundo a autora, nesse momento os profissionais em nascimento devem a dar os primeiros passos por si mesmos. Fora constituída a base de sua identidade profissional, e fora dos muros da universidade e sem o suporte cotidiano do professor/supervisor, eles precisarão escolher e buscar o suporte de que ainda necessitam nesta etapa que se inicia (Tavora, 2002).

O supervisor precisa lidar a cada ano com o desligamento de seus orientandos, que envolve a transformação do vínculo pedagógico em uma relação profissional entre

colegas. Novos alunos chegam para uma nova caminhada, e o supervisor de um determinado grupo nunca é exatamente o mesmo do ano anterior: "o seu papel de supervisor sempre é aprimorado ao longo de uma rica aprendizagem compartilhada por todos os envolvidos" (Tavora, 2002).

Rodrigues (1992), ao falar do trabalho do terapeuta, aponta que este ofício pode ser comparado ao do jardineiro: arar a terra, jogar as sementes e preparar o solo para uma maior possibilidade de germinação, tendo a clareza, no entanto, que afetamos e somos afetados durante todo o percurso. Arrisco transpor essa metáfora ao fazer do supervisor, que cultiva seu jardim, ao longo de um ano acadêmico, investindo sua energia e afeto, bem como aprendendo muito junto aos terapeutas em formação. E ao final desta jornada, muito possivelmente acompanha e admira as flores e os frutos, dos alunos e clientes modificados, assim como o próprio jardineiro/supervisor, que já não é mais o mesmo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir das experiências vividas e refletidas durante este trabalho monográfico, à luz da Gestalt-terapia, constata-se que a atividade de supervisionar estágio em psicologia clínica consiste, em primeira instância, em uma experiência de "estar com" os alunos. Acompanhar os acadêmicos numa fase de transição, de aprendizado, de descoberta, de evolução e de mudanças. A vivência dos alunos no estágio configura-se a um ritual de passagem, onde os mesmos deixam de ser alunos e tornam-se profissionais em psicologia. Ao supervisor cabe testemunhar essa passagem e, quando necessário, intervir de modo a tornar essa experiência um pouco mais clara e segura.

Embora tenha certas particularidades, uma vez que tem características pedagógicas, a postura de um supervisor em muito assemelha-se à postura terapêutica. Assim como a relação terapêutica, a relação entre supervisor e estagiários pode se constituir como um terreno fértil, onde não se trabalha tanto com expectativas, normas ou regras, mas sim com o

acolhimento de cada terapeuta iniciante como é, trabalhando a partir de seus recursos disponíveis e dificuldades. Para que o terapeuta iniciante possa acolher, é necessário que este seja acolhido em sua singularidade. E assim, uma relação dialógica estabelecida em supervisão possibilita a vivência dialógica também no momento em que o estagiário está clinicando junto aos seus clientes.

A awareness a respeito do que se dá no campo, com suspensão fenomenológica, possibilita que se coloque em primeiro plano a relação terapêutica – em detrimento das técnicas – e ao mesmo tempo a diferencie de qualquer outra relação cotidiana. É a disponibilidade para o contato que sustenta o trabalho de um Gestalt-terapeuta. E esta habilidade é fundamento central ao processo de formação de psicoterapeutas, trabalhada em cada encontro supervisivo. Não cabe ao supervisor dar respostas prontas aos alunos sobre como intervir a cada caso. O suporte que o supervisor pode fornecer aos iniciantes Gestalt-terapeutas é no sentido de ensiná-los a observar o que acontece no campo, ampliando sua percepção, por meio de descrição, sensorialidade e redução fenomenológica. Para isto, destaca-se ainda a importância do processo terapêutico dos estagiários, como facilitador de awareness e agente possibilitador de seu trabalho clínico.

Enquanto facilitador de awareness dos estagiários em relação ao seu aprendizado e seu fazer clínico, a experiência do supervisor abrange uma riqueza inestimável. É um testemunho do desabrochar, tal qual uma flor, de um grupo de alunos, normalmente jovens, que inicialmente retraídos e temerosos, acabam por se mostrarem cheios energia e de ideias contagiantes. Além de presenciar seu desenvolvimento enquanto profissionais da psicologia, aprecia-se o seu crescimento pessoal. Na medida em que os alunos vão se apropriando da teoria gestáltica, mudanças são visíveis na sua forma de se posicionar perante a vida, perante a si mesmo e às pessoas a quem atendem. É a Gestalt-terapia sendo apreendida, sentida e vivenciada, quando cada um é capaz de criar sua própria forma de ser terapeuta, não mais precisando de um modelo a seguir.

Finaliza-se este trabalho citando o sábio terapeuta Buys (1987; p.19): "O objetivo mais nobre que um supervisor pode almejar é facilitar o processo de construção do estilo pessoal (e único) do seu supervisando". Reitera-se sua fala e destaca-se que ao ser supervisor, a caminhada nesse processo é tomada de aprendizados e muito recompensadora, tão bela quanto um desabrochar de uma flor.

REFERÊNCIAS

- Augras, M. R.-A. (2009). O Ser da compreensão: fenomenologia da situação de psicodiagnóstico. 13. ed. Petrópolis: Vozes.
- Bandeira, C. C. (2012). Pensamento Clínico Processual I. Slides de Aula (07/2012). Especialização em Gestalt-terapia. Comunidade Gestáltica, Florianópolis/SC.
- Barreto, M. C. & Barletta, J. B. (2010). A supervisão de estágio em psicologia clínica sob as óticas do supervisor e do supervisionando. Cadernos de Graduação - Ciências Biológicas e da Saúde, 12 (12), 155-171.
- Benjamin, A. (1978). A entrevista de ajuda. São Paulo: Martins Fontes
- Boris, G. D. J. B. (2008). Versões de sentido: um instrumento fenomenológico- existencial para a supervisão de psicoterapeutas iniciantes. Psicologia Clínica, 20 (1), 165-180.
- Boris, G. D. J. B. (SD). A prática na clínica-escola e na clínica particular.
- Buber, M (1974/ 2006). Eu e Tu. São Paulo: Centauro
- Buys, R. C. (1987). Supervisão de Psicoterapia: na abordagem humanista centrada na pessoa. São Paulo: Summus.
- Cardoso, C. L. (2009). Grupos terapêuticos na abordagem gestáltica: uma proposta de atuação clínica em comunidades. Estudos e pesquisas em psicologia, 9 (1) 124-138.
- Erthal, T. C. S. (2004). Treinamento em Psicoterapia Vivencial. Campinas: Livro Pleno.
- Farah, A. B. A. Psicoterapia de grupo: reflexões sobre as mudanças no contato entre os membros do grupo durante o processo terapêutico. Revista IGT na rede, 6(11), 302-328.
- Frazão, L. M. (2010). Notas de aula. Teoria da Awareness. Especialização em Gestalt-terapia. Comunidade Gestáltica. Aula de 15 de junho de 2010.
- Frazão, L. M. (2012). Notas de aula. Instrumentação da awareness suportiva do terapeuta. Especialização em Gestalt-terapia. Comunidade Gestáltica. Aulas de 15 e 16 de junho de 2012.
- Husserl, E. (1929). Conferências de Paris. Lisboa: Edições.
- Juliano, J. C. (1999). A arte de restaurar Histórias. São Paulo: Summus.
- Luczinski, G. F. & Ancona-Lopez, M. (2010) A psicologia fenomenológica e a filosofia de Buber: o encontro na clínica. Estudos de Psicologia, 27 (1), p. 75-82.
- Perls, F. Hefferline, R & Goodman, P. (1997) Gestalt Terapia. São Paulo: Summus.
- Perls, L. (1977). Entendidos e mal entendidos da Gestalt-terapia. Conferência no Congresso da Associação Europeia de Análise Transacional, Áustria.
- Perls, F. (1977). Introdução. Em: J. O. Stevens (Org.) Isto é Gestalt. São Paulo: Summus.
- Perls, F. (1988) A abordagem gestáltica e a testemunha ocular da terapia. Rio de Janeiro: Zahar.
- Perls, F. Hefferline, R. & Goodman, P. (1997). Gestalt Terapia: São Paulo: Summus
- Pinheiro, M. (2006). A formação do Gestalt-terapeuta e a importância de seu reconhecimento. IGT na Rede, 3(4), 1-3.
- Prestrelo E. T. & Quadros, L. C. T. (2011). A Abordagem Gestáltica na universidade: desafio, construção, possibilidades. IGT na Rede, 8(15), 175-184.
- Quadros, L. C. T. (2012). Desafios da prática clínica na formação de psicólogos: revendo fronteiras e criando possibilidades. IGT na Rede, 9(17), 187 – 199.
- Ribeiro, J. P. (1986). Psicoterapia: teorias e técnicas psicoterápicas. São Paulo: Summus.
- Ribeiro, J. P. (2006). Vade Mecum de Gestalt-Terapia. São Paulo: Summus.
- Robine, J-M. (2006). O self desdobrado. São Paulo: Summus.
- Soares, L. L. M (2009). A Gestalt-terapia na universidade: da f(ó)rma à boa forma. Estudos e Pesquisas em Psicologia. 9(1), 150-161.
- Schillings, A. (2012) Ética e Postura Fenomenológico-Existencial Dialógica na Prática Clínica. Slides da aula (maio de 2012). Especialização em Gestalt-terapia; Comunidade Gestáltica.
- Tavora, M. T (2002). Um modelo de supervisão clínica na formação do estudante de Psicologia: a experiência da UFC. Psicologia em Estudo, Maringá, 7 (1), 121-130.
- Yontef, G. M. (1998). Processo, Diálogo e Awareness. São Paulo: Summus.

Ana Maria Justo é Psicóloga e Mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina, cursou especialização em Gestalt-Terapia na Comunidade Gestáltica. Atualmente é doutoranda em psicologia na Universidade Federal de Santa Catarina e psicoterapeuta do Comunidade Gestáltica.

O ATENDIMENTO INFANTIL NA CLÍNICA GESTALT: UM RELATO DE CASO

Por Leonardo Pereira de Lima

RESUMO

Este trabalho baseou-se no relato de um atendimento ocorrido na clínica social da Comunidade Gestáltica – Clínica e Escola de Psicoterapia. Representa a primeira experiência em estágio clínico de um graduando em psicologia e tem como objetivo exemplificar a dinâmica da clínica infantil orientada pela Gestalt Terapia. Buscamos destacar os principais pontos deste trabalho terapêutico para que possam acolher parte da angústia dos primeiros atendimentos de qualquer terapeuta, além de contribuir com quem esteja estruturando seu modelo de atendimento clínico infantil. Foram apresentadas cronologicamente as sessões de atendimento, intercaladas com as discussões teóricas que nortearam as intervenções. O cliente foi um menino de dez anos, cujos pais trouxeram como queixa principal seu medo excessivo de ficar sozinho em diferentes ambientes. Depois das entrevistas iniciais, a compreensão diagnóstica apontou para a necessidade de se trabalhar os limites com a criança, com a finalidade de desenvolver sua autonomia, capacidade de escolha e habilidade na resolução de problemas. Assim, iniciaram-se as intervenções, alternando os atendimentos do menino e de seus pais. Apesar do atendimento ter continuidade mesmo após o encerramento do artigo, os relatos foram interrompidos na ocasião em que os pais afirmaram que “o medo havia diminuído 90%”, passando suas preocupações para o desempenho escolar do filho, que também se relacionava com uma questão de limites. Concluímos o artigo destacando como importantes para o psicoterapeuta infantil a realização de uma formação específica; o investimento contínuo em seu próprio trabalho terapêutico; e apresentar, como característica fundamental, disponibilidade para brincar.

Palavras-Chave: Gestalt Terapia; Atendimento infantil; Clínica; Relato de caso.

ABSTRACT

This paper was based upon the report of a clinical social care performed at Comunidade Gestáltica - Clinic and School of Psychotherapy. It represents the first experience at internship of a undergraduate student in clinical psychology and aimed to illustrate the dynamic of the children clinic guided by Gestalt Therapy. We seek to highlight the main topics of this therapeutic work in order to ease part of the early anguishes of any therapist, and also to contribute with those who are structuring their model for children clinic. The sessions were presented chronologically, interspersed with the theoretical discussions that guided the interventions. The client was a ten-year-old boy whose parents brought as the main complaint an excessive fear of being alone in different surroundings. After the initial interviews, the diagnostic understanding pointed out to the need for working the limits issue with the child, in order to develop his sense of autonomy, decision capacity and ability to solve problems. Interventions initiated after this diagnostic phase, alternating sessions between boy and parents. Although the attendance has been continued even after this article's closure, the reports have been interrupted at the time parents claimed that “the boy's fear had decreased by 90%”, changing their concerns for the child's school performance, which was also related to a matter of limits. We conclude this paper highlighting how important is for the child psychotherapist to conduct specific training, to invest in his/her own therapeutic work, and to have, as a fundamental characteristic, availability to play.

Keywords: Gestalt Therapy, Child's attendance, Clinic, Case report.

Era uma vez um menino chamado Pedro. Ele era muito simpático, inteligente e adorava conversar com as pessoas. Mas seus pais estavam preocupados: Pedro tinha medo, muito medo de ficar sozinho. Não conseguia ficar desacompanhado em nenhum cômodo da casa. Sempre buscava alguém por perto ou puxava conversa para que as pessoas não saíssem do seu lado. Apesar de já ter dez anos e seu próprio quarto na casa, dormia com a irmã. Na escola, sempre que tinha vontade de ir ao banheiro, pedia para alguém acompanhá-lo. Caso contrário, chegava em casa super apurado e então ia fazer xixi, mas claro, deixava a porta aberta. Seus pais se perguntavam por que seu filho tinha tanto medo, já que “tudo havia sido normal na vida de Pedro”. Mais que isso, ele não passara pelas dificuldades financeiras que tiveram ao nascimento de sua irmã, agora com 15 anos, mesma idade com que sua mãe descobriu que ia ganhar seu primeiro bebê. Nesta fase, seus pais Márcio e Juliana não podiam comprar tudo o que desejavam e viviam com restrições. Porém, agora as coisas eram diferentes, e ofereciam tudo o que podiam ao filho. Pedro também apresentava dificuldades no desempenho escolar e seus professores já estavam preocupados, dizendo que o menino não aprendia e costumava demorar muito para fazer as tarefas. Definiam-no como “uma caixinha de surpresas”. Por vezes, dava respostas corretas e inesperadas. Sua mãe não ficava tão surpresa, pois sabia que Pedro era bem esperto e que conhecia todo o alfabeto. Depois de outras alternativas, Márcio e Juliana tomaram uma decisão: buscar nosso atendimento psicológico.

INTRODUÇÃO

Esse é um entre os incontáveis casos que aparecem na clínica terapêutica do serviço de atendimento social da Comunidade Gestáltica – Clínica e Escola de Psicoterapia. Dentro do estágio realizado nesta instituição, os graduandos em psicologia têm a oportunidade de atender clientes da comunidade de baixa renda, estendendo a este público a possibilidade de atendimento psicoterapêutico, sob a supervisão responsável de terapeutas com vasta experiência clínica. O presente trabalho, relato da primeira experiência em estágio clínico de um graduando em psicologia, tem como objetivo exemplificar a dinâmica da clínica infantil orientada pela Gestalt Terapia. Buscamos destacar os principais

pontos deste trabalho terapêutico para que, como exemplo prático, possam acolher parte da angústia dos primeiros atendimentos que qualquer terapeuta um dia enfrentou, enfrentará ou esteja enfrentando. O trabalho busca trazer contribuições para quem esteja estruturando seu modelo de atendimento, em linguagem didática e direta e, principalmente, de forma pragmática, característica de quem escreve este artigo.

Ressaltamos que a forma como foi conduzido o atendimento e seus comentários não têm pretensão de mostrá-los como os únicos possíveis. Representam, dentro dos diversos significados existentes, aqueles encontrados pelo estagiário e sua supervisão, sendo passíveis de equívocos e abertos a críticas. Qualquer padronização ou generalização de atendimento vai contra a perspectiva gestáltica do ser humano enquanto singular em cada existência em particular. O que procuramos é dar fundo para discussões que venham a contribuir com a formação de futuros terapeutas que iniciam sua jornada.

Entre as diversas leituras básicas exigidas para nosso estágio em clínica de Gestalt Terapia destacamos duas, específicas para a clínica infantil: "Gestalt Terapia com crianças: teoria e prática", de Luciana Aguiar, e "Descobrimos crianças", de Violet Oaklander. De antemão, recomendamos a leitura destes textos na íntegra para aprofundamento em quaisquer dos temas aqui abordados, deixando claro que o primeiro livro serviu de base estrutural para a confecção deste artigo. Nossos agradecimentos antecipados à autora, que tanto contribuiu para nossas discussões.

Esclarecemos que os nomes dos clientes foram trocados para preservar suas identidades e, com o mesmo propósito, detalhes não pertinentes a presente discussão foram omitidos. Informamos também que a produção deste artigo foi autorizada pelos responsáveis através de um termo de consentimento livre e esclarecido.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Não é intenção neste artigo aprofundarmos ou esclarecermos conceitos da Gestalt Terapia. Entendemos como importante tocar em alguns pontos fundamentais da teoria que norteia este trabalho, de maneira breve e sucinta.

A Gestalt Terapia é definida como um método clínico fenomenológico-existencial-dialógico. Fenomenológico, pois trabalha com a descrição do fenômeno, com aquilo que se mostra, aquilo que aparece como disponível, que se apresenta no aqui e agora. Existencial, pois lida com a existência humana completa que ali se apresenta, com um todo que engloba e circunda a situação presente, e não apenas com o problema ou a queixa. E dialógico, pois considera a interação entre todos os seres humanos, um interferindo na realidade vivencial do outro.

A Gestalt Terapia tem uma concepção holística de ser humano, ou seja, uma visão integrada do homem e da realidade que o cerca. Enxerga um ser humano capaz de autogerir-se e autorregular-se, criando e recriando-se a cada instante, transformando-se num constante vir a ser, agindo em seu meio e assim, também o transformando (Perls, 1985). Entende a singularidade de cada indivíduo na sua própria existência, considerando a originalidade da experiência de cada um e as possibilidades de contato que cada indivíduo estabelece com o mundo e com o outro, posto que o próprio indivíduo é um ser relacional (Kiyan, 2006). O meio onde cada pessoa se desenvolve, seu espaço de vida, é entendido como campo, e todo comportamento é concebido como uma função da relação da pessoa com este meio, onde há uma incessante troca (D'Acri, Lima e Orgler, 2007). O tipo de relação do indivíduo com o meio é determinante para seu comportamento. Quando este relacionamento é satisfatório, o comportamento do indivíduo é chamado de funcional. Quando causa conflito, é entendido como disfuncional (Perls, 1985).

BREVE HISTÓRIA DA CLÍNICA INFANTIL

Dentro da psicologia, a infância passa a receber atenção especial a partir dos trabalhos de Freud, que aponta para a grande importância desta fase na construção da personalidade e na origem de grande parte das doenças psíquicas dos indivíduos (Freud, 1980). Dentre suas descobertas, está o fato das crianças serem afetadas pelas interações com os adultos, o que não mudou a forma destes adultos interagirem com elas, porém "legitimou a possibilidade de um determinado adulto, o psicoterapeuta, agir e falar de uma forma específica com a criança de modo que isso pudesse trazer algum benefício terapêutico" (Aguiar, 2005, p. 29). Surge ainda com Freud a ideia do brincar como uma possibilidade de expressão e elaboração de frustrações e conflitos, o que passa a ser entendido pela Gestalt Terapia como uma maneira da criança transformar ativamente seu meio para suprir suas necessidades.

Tanto para Anna Freud (1971) como para Melanie Klein (1981), o brincar se torna um importante instrumento de trabalho, porém com funções distintas. Anna Freud utilizava-o como forma de vínculo entre criança e psicoterapeuta. Já Klein, inaugurando uma nova forma de trabalho clínico com crianças, utilizava o brincar como substituto da verbalização, possibilitando a interpretação analítica sobre a "linguagem do brinquedo", mais tarde chamada de linguagem lúdica. Segundo Aguiar (2005), Melanie Klein contribuiu também com um olhar mais atento aos primeiros anos de vida da criança, especialmente nas relações estabelecidas neste período, algo de grande importância também na perspectiva gestáltica, considerando que nesta fase o campo relacional da criança é bastante estreito e reduzido a poucas pessoas. Além disso, a criança tem suas possibilidades de atuação no meio limitadas: possui uma maior fragilidade física, dependência para satisfação de suas necessidades básicas, imaturidade orgânica e, portanto, não possui autonomia em diversos aspectos de sua existência.

Winnicott traz o brincar como o espaço onde o terapeuta deve encontrar a criança, onde o contato entre ambos é valorizado. Tal sentido se tornou uma das bases da condução do processo terapêutico infantil na Gestalt Terapia (Aguiar, 2005).

Outras duas fundamentais contribuições tiveram origem na Escola Francesa de Psicanálise (Aguiar, 2005). Uma delas é o entendimento de que a criança não é doente, mas que reflete as disfunções de seu meio. A segunda aponta para a atenção sobre quem exerce as funções maternas e paternas para a criança, independente de critérios de gênero ou dos laços biológicos que têm com a criança.

Aguiar destaca como fundamental na clínica infantil:

A aceitação da criança como ela é, o respeito pelo seu tempo e pela sua capacidade em resolver seus próprios problemas, a não-diretividade das suas ações ou conversas, o estabelecimento de um sentido de permissividade e o desenvolvimento de uma sólida relação de confiança entre criança e psicoterapeuta são os princípios básicos dessa nova forma de compreender e trabalhar psicoterapeuticamente com a criança (Aguiar, 2005, p. 35).

Por fim, é importante ressaltar a visão gestáltica sobre o significado do sintoma, como um movimento de saúde e uma tentativa de equilíbrio da criança lidar com seu campo vivencial. Porém, apesar dessa importante função na autorregulação da criança, uma vez que evoca as queixas que as trazem até nosso consultório, o sintoma não está sendo suportado pelo campo vivencial da criança, mostrando-se, portanto incapaz de manter o equilíbrio satisfatoriamente. Assim, num primeiro momento, nosso atendimento deve ser conduzido pela busca do contexto e dos motivos que fazem com que ela precise agir desta forma (sintoma) para se autorregular (Aguiar, 2005).

Na sequência deste trabalho, apresentaremos cronologicamente as sessões de atendimento do caso descrito no início deste artigo,

intercaladas com as discussões teóricas que foram servindo de base para a orientação do trabalho. Esclarecemos ainda que em nosso estágio somos orientados a transcrever ao final de cada relato de atendimento "O que senti" e "O que tive vontade de fazer". Estes questionamentos visam que o estagiário desenvolva awareness do que ocorre no consultório, para que possa fazer o exercício da redução fenomenológica, discutir com a supervisão seus encaminhamentos, pensar e repensar o atendimento de seu cliente. Compartilhamos algumas destas transcrições que julgamos pertinentes para discussão, as quais mostram as angústias e dúvidas de quem inicia sua atividade clínica, buscando o acolhimento e a empatia do leitor que também vive este momento.

O ATENDIMENTO

Sendo a clínica social da Comunidade Gestáltica um serviço gratuito para estes fins, primeiramente é feita uma entrevista de triagem para confirmar se o cliente se encontra no perfil sócio-econômico estabelecido pela instituição. Uma vez selecionado e escolhido o estagiário responsável, agendamos os primeiros encontros.

A Gestalt Terapia traz como forma de manejo prático para o início do processo terapêutico na clínica infantil o acolhimento e escuta dos responsáveis pela criança. Mesmo que a procura dos atendimentos nem sempre seja por espontânea vontade, ainda são estes que chegam até a clínica e com os quais devemos fazer o primeiro contrato terapêutico. Nos primeiros encontros pedimos que venham sem as crianças e falem livremente sobre o motivo que os trouxeram até o consultório, nos contem um pouco da história do casal, como se conheceram, como foi a chegada desta criança, suas expectativas em relação a ela (Aguiar, 2005). É importante destacar a compreensão gestáltica de que os pais não são meros fornecedores de informações sobre seus filhos, mas sim parte integrante da problemática existencial da criança. Conhecer quem são esses pais e suas formas

de funcionamento é de extrema importância para entendimento do contexto onde se encontra a criança e para todo o processo terapêutico (Aguiar, 2005). No caso aqui apresentado, por se tratar de um casal que vive junto, as sessões com os pais foram sempre realizadas com a presença de ambos, para que a demanda fosse percebida a partir do ponto de vista do casal, possibilitando também a percepção do funcionamento do mesmo na relação. Com pais que não vivem juntos, separados ou divorciados, recomenda-se que sejam realizadas sessões individuais, mas é acima de tudo previsto que todos os responsáveis legais tenham ciência do início do atendimento, ainda que sejam impossibilitados de comparecer ou façam opção por não participar.

No atendimento aqui descrito, devido à abertura e disponibilidade dos pais de Pedro, apenas um encontro foi considerado suficiente, porém, uma ou mais entrevistas iniciais podem ser necessárias. Durante a entrevista, optamos por direcionar o mínimo possível a conversa, atentos tanto ao conteúdo quanto ao processo daquilo que se apresenta, ou seja, não só o que os pais nos trazem, mas principalmente "como" trazem suas histórias.

ENTREVISTAS INICIAIS

Sessão nº 01

Conversa com os pais

Juliana e Márcio formam um casal jovem que vive com Pedro, de 10 anos, e a filha mais velha, de 15 anos. A mãe contou o motivo que os trouxeram ao atendimento: o medo de Pedro de ficar só em qualquer ambiente da casa e de ir sozinho ao banheiro na escola. Relataram que certa vez na escola, outro aluno tentou trancar Pedro no banheiro, prendendo o dedo do filho com a porta e ocasionando um pequeno corte. Os pais conheceram-se quando eram adolescentes e tiveram a primeira filha quando Juliana tinha 16 anos. Ambos trabalhavam desde os 11 anos de idade. Enfrentaram muitas dificuldades no início, lamentando não poderem proporcionar um maior conforto para a filha mais velha.

Márcio expressou sua expectativa quanto ao prognóstico, assim como a expectativa do menino ser como ele era: "ser ágil e ter equilíbrio para subir, descer e pular". A filha já começou a trabalhar e, segundo eles, é responsável e esforçada. O casal mostrou-se disponível e comprometido com o atendimento, depositando confiança no terapeuta.

Colhidas as informações necessárias com os responsáveis, partimos para as entrevistas com a criança, onde também vamos conhecê-la, fazer seu acolhimento, escutá-la e entrar em contato com seu modo de funcionamento. Com Pedro optamos por três encontros, ainda que o cliente tenha se mostrado espontâneo e proativo desde o primeiro encontro, permitindo que o estagiário se sentisse mais seguro.

Lembramos que deve ser estabelecido um contrato de atendimento também com a criança, principalmente quanto à frequência e duração das sessões, impossibilidade de levar brinquedos do consultório para casa e de deixá-los em ordem ao sair, explicando os motivos para tal. O respeito ou resistência da criança a estas regras nos dá pistas iniciais de sua forma de interação com o meio. Também é importante a ideia da participação do cliente (tanto adulto como a criança) na formulação do contrato, sendo cada contrato específico e único, resultado do encontro entre as partes (Rosa, 2011).

Sendo, para a maioria das crianças, a primeira vez que se encontram diante de um psicólogo, criamos um momento para que façam suas perguntas quanto a esta nova pessoa e espaço de sua existência, acolhendo suas fantasias, dúvidas e curiosidades.

Sessão nº 02

Realizada com Pedro

Pedro foi entrando na sala, muito ativo e falador. Disse que era 50% Ninja. Pegou logo as espadas, fazendo movimentos rápidos e precisos. Explorou todo o ambiente e a caixa de brinquedos. Não respondia algumas das perguntas que lhe eram feitas. Ignorava algumas das falas

do estagiário e mudava de assunto. Pegou o telefone de brinquedo e "ligou" para a mãe: disse que estava se divertindo muito. Pediu para fazer um desenho e para tal, solicitou que o estagiário mudasse de lugar, assim ele poderia sentar mais próximo dos lápis. Respeitou as regras impostas no consultório, colocando as coisas no lugar antes de sair.

O que eu senti: senti-me cansado e impotente. Achei Pedro "chato" em alguns momentos.

O que tive vontade de fazer: tive curiosidade em explorar a queixa dada pelos pais.

Fomos orientados a evitar intervenções nas primeiras sessões. É uma fase exploratória na qual ainda estamos entrando em contato com o cliente. Tendo a Gestalt Terapia uma base fenomenológica, portanto descritiva (PHG, 1997), deve-se inicialmente observar e conhecer com cautela o funcionamento da criança, antes de quaisquer intervenções. Buscamos compreender a forma desta criança em interagir com o meio, para a qual os comportamentos apresentados dentro do consultório são representativos.

É importante a awareness da sensação do terapeuta diante do cliente, pois esta pode refletir uma das formas como o meio recebe aquele que ali se apresenta, ou seja, como a criança expressa sua agressividade, entendida pela Gestalt como sua forma de agir e existir no mundo (Perls, 2002).

Sessão nº 03

Realizada com Pedro

Pedro chegou com o pai, se dirigiu para a sala e foi abrindo a caixa, conduzindo as brincadeiras. Novamente fiz algumas colocações e comentários que ele ignorou, mudou de assunto. Perguntei se ele percebia que não estava me escutando. Disse a ele que também teríamos que reservar algum momento para conversa, não apenas para brincadeiras. Entre outras perguntas, Pedro não respondeu ao ser perguntado se ia ao banheiro na escola. Quando falávamos sobre onde ele dormia e perguntei se dormia

sempre com a irmã, desconversou. Questionado sobre o medo, também desconversou. Falou que precisava ir ao banheiro e foi sozinho, sem hesitar.

O que eu senti: no início da sessão, novamente senti-me impotente diante de Pedro, que parece conduzir toda sessão se lhe for permitido.

O que tive vontade de fazer: explorar mais sobre a queixa.

As interrupções na fala de Pedro, questionando se percebia que não escutava o estagiário, foram avaliadas pela supervisão como precipitadas para as entrevistas iniciais, um momento onde a observação deve prevalecer. O estagiário as justificou como tentativas de romper com a dinâmica proposta pela criança, uma ação que se caracteriza como uma intervenção.

O estagiário encontrava-se ansioso em confirmar a queixa dos pais e deu-se conta dessa condição. Não foi orientado a agir neste sentido, pois traria algo que não é figura para a criança, pois o que aparece como queixa para os pais ou responsáveis não é necessariamente um incômodo para a criança (Aguar, 2005). Ao contrário, a queixa dos pais pode representar um ajustamento criativo desta criança em lidar com seu meio, que passa a ser considerado disfuncional por não ir de encontro às expectativas de seus responsáveis. Neste sentido, é de extrema importância que busquemos compreender se estes comportamentos são manifestados em certas dinâmicas familiares em particular ou se, por se encontrarem cristalizados, utilizados sem discriminação e nos mais diversos contextos.

Sessão nº 04

Realizada com Pedro

O Pai, ao me ver antes da sessão, disse para o filho: "olha o seu amigo". Pedro chega novamente bem animado ao encontro. Entra na sala, já vai abrindo a caixa, empolgado em brincar, principalmente com as espadas. Disse que tinha medo de ladrões e bandidos: "às vezes tenho medo de ficar sozinho". Contou o

episódio em que ficou preso no banheiro, e disse que fez um "baita cortinho" no dedo. Pedro perguntou algumas vezes se teria acabado o "tempo de brincar", checando o relógio da sala.

O que eu senti: senti a sessão mais divertida. Ele pareceu mais agradável.

O que tive vontade de fazer: fiquei curioso em explorar e intervir mais sobre a questão do medo, mas segui a orientação dada na última supervisão.

Aguiar (2005) coloca que "o vínculo é a condição básica para que a psicoterapia aconteça", importante para suportar nossas intervenções e o que as tornam efetivamente transformadoras. Pelos relatos, acreditamos que foi estabelecido um bom vínculo entre o estagiário e a criança, assim como com os pais.

Sessão nº 05

Realizada com Pedro e Juliana, sua mãe.

Pedro entrou na sala, pegou as espadas e iniciou querendo que eu brincasse com ele. Brincamos por alguns segundos, e eu sugeri que ele convidasse a mãe para a brincadeira, pois era a proposta daquele encontro. Os dois começaram então a lutar com as espadas. Pedro comportou-se da mesma forma que agia comigo, conduzindo todas as brincadeiras. Foi agressivo com as espadas, fazendo com que Juliana diversas vezes se esquivasse para se proteger. Ela deu algumas sugestões, mas ele não respondia a tudo que ela falava, a ignorava. No final, Pedro lamentou o término da sessão, demonstrando tristeza na voz. Perguntei se tinha passado rápido, ele disse que foi devido ao meu atraso (neste dia, o estagiário atrasou 10 min). A mãe comentou: "que esperto".

A sessão da criança com os pais tem o intuito de observarmos qual o funcionamento da criança com cada um deles.

Avaliando a dinâmica de Pedro na supervisão, observamos que se manteve a mesma apresentada nas sessões individuais com o estagiário.

A mãe, por sua vez, aceitou tudo que o filho propôs. Embora o estagiário tenha achado este fato algo comum, as supervisoras chamaram atenção que este não é um comportamento geral: muitas mães se opõem ou resistem às propostas dos filhos.

Foi solicitado ao estagiário que refletisse sobre o que Pedro representa para esta família e em que fase aparece na vida do casal.

Na sessão seguinte, descrita logo abaixo, observamos a repetição do comportamento de Pedro com o pai, que também foi muito complacente.

Sessão nº 06

Sessão com Pedro e Márcio, seu pai

Pedro chegou para a sessão com o pai e dirigiu-se diretamente para a sala, abrindo a caixa antes mesmo que entrássemos. Márcio trouxe o parecer final do ano letivo emitido pela escola, dizendo que Pedro foi aprovado, apesar de algumas dificuldades e falta de atenção. Márcio falou que não tinha lido o parecer. Pedro pegou as espadas e propôs ao pai as mesmas brincadeiras de sempre. Márcio falou que ele desde pequeno adora espadas. Pedro conduziu as brincadeiras, incluindo-me em quase todas, apesar do meu pedido em não participar, sempre assertivo e autoritário no que cada um devia fazer. Mostrou novamente preocupação com o término da sessão. O pai participou de todas as atividades, mostrando calma, paciência e carinho com o filho.

Outra estratégia que pode ser utilizada é a visita à escola da criança, para investigar suas relações neste ambiente, entender como a criança é acolhida e se o discurso dos pais coincide com o dos professores, coordenadores e demais profissionais da instituição. Buscamos investigar mais sobre o funcionamento de Pedro neste outro contexto.

Visita à escola de Pedro

Fiz contato prévio com a orientadora pedagógica para

agendamento da visita. A coordenadora disse que Pedro é muito inteligente, mas fica muito na dele, às vezes parado, distraído. A professora tem que ficar em cima para que faça as atividades. Relatou que ele não interage muito com outras crianças, mas não demonstra se incomodar com isso. Ele é alfabetizado e passou direto. Acha que ele pode ser "um desses gênios incompreendidos". Neste momento, uma professora que estava na mesa ao lado interveio dizendo que leram algo sobre autismo e que Pedro se encaixava em algumas características. Tentei desconstruir a ideia, dizendo que todos nós temos muitas daquelas características, sendo que no final da conversa reforcei que Pedro não apresentava nenhum sinal de transtornos ou déficit, muito menos de autismo. Sobre a ida ao banheiro, a professora adotou uma estratégia em que todos vão ao banheiro, por fileiras, assim Pedro não tem mais que ir sozinho.

COMPREENSÃO DIAGNÓSTICA

Com base em todos os atendimentos, tendo colhido diferentes perspectivas, podemos construir a devolutiva com os pais. Lembramos que, usando a mesma lógica que orienta as entrevistas iniciais, devolutivas com pais que não vivem juntos também devem ser realizadas com cada um dos responsáveis em particular. Nestas, comunicamos aos pais nossos pareceres e sensações baseados nas entrevistas iniciais. Enquanto fazemos nossa exposição, é importante confirmar com os pais se nosso parecer faz sentido para eles. Nossa percepção pode apresentar equívocos ou os pais podem não estar disponíveis ou preparados para o que trazemos. A consulta da opinião coloca os pais numa posição ativa dentro do processo terapêutico, acolhe inseguranças e nos permite observar como recebem as orientações:

Poder observar as reações dos responsáveis e sua capacidade de dar-se conta de suas implicações na situação da criança, dá-nos algumas diretrizes bastante importantes para o posterior

trabalho a ser desenvolvido em suas sessões de acompanhamento (Aguiar, 2005, p. 173).

Assim, vamos construindo e estruturando mutuamente a estratégia de intervenção que será estabelecida. As sessões a partir deste momento podem ser realizadas com uma maior ou menor alternância entre os encontros com os pais e a criança, e até mesmo com visitas a escola, de acordo com o que se fizer necessário e com o que o terapeuta achar mais conveniente para a situação em específico.

No que se refere à devolutiva para os pais de Pedro, avaliamos que desde o início do atendimento Pedro dominou as sessões em que esteve presente, ditando as brincadeiras e o ritmo dos encontros. Foi assertivo e energético. Além disso, essa dinâmica parece ser a mesma com aqueles que o cercam: de forma efetiva Pedro consegue com que todos, inclusive no ambiente escolar, acabem fazendo o que ele deseja. De certa forma, acaba "manipulando" as pessoas a seu redor, o que não deve ser entendido de forma negativa, mas sim como um aspecto saudável da criança, que age no meio de maneira efetiva para suprir suas necessidades de atenção e conforto. O conflito está nas consequências destes comportamentos: impede que Pedro apresente evolução no desempenho escolar, cumpra com suas tarefas escolares, adquira sua autonomia ou faça novos amigos. Mais que isso, parece uma forma cristalizada de interação com o meio.

Conforme recomenda Aguiar (2005), refletimos também sobre o lugar que a criança ocupa dentro da família. Vindo numa nova fase da vida do casal, com condições financeiras mais favoráveis, Pedro parece representar a experiência de uma vida melhor, onde não deveriam existir dificuldades e tudo deveria ser perfeito. Deste modo, parece que seus pais evitam qualquer tipo de sofrimento ao filho, tornam-se superprotetores e têm dificuldades em frustrá-lo, atendendo às suas vontades e caprichos.

Quanto ao medo trazido pelos pais, em nenhum momento foi

confirmado nos atendimentos e brincadeiras: o menino não se mostrou uma criança com temores ou acanhada, nem expressou ou mencionou medo de algo em específico. Pelo contrário, foi corajoso e um tanto agressivo em alguns momentos: apresentou-se como "50% ninja" e comportou-se como tal. O medo para Pedro parece apenas ter a função de conseguir ainda mais atenção, justificando sua necessidade de manter alguém por perto o tempo todo. Em nosso entendimento, Pedro não gosta de ficar sozinho porque prefere estar acompanhado, e não porque tem medo real de algo. O medo é uma forma de ajustamento criativo utilizado por Pedro para conseguir o que quer e satisfazer suas necessidades de atenção.

Entretanto, Oaklander (1980) alerta que os medos das crianças precisam ser reconhecidos, aceitos e respeitados. Podem ter origem em fatos reais, fantasias ou ideias falsas, assim como ser resultado da posição desigual que a criança ocupa em nossa sociedade. Por não caber aqui o aprofundamento do tema, recomendamos a leitura de "Temores", parte do livro *Descobrimos Crianças*, onde Oaklander (1980) descreve situações em que trabalha o medo com diversas crianças. Entretanto, deixamos como orientação para os pais que sempre acolham este sentimento da criança, procurando saber a que se refere o medo quando ele se expressa. Nestes momentos, os pais devem construir junto à criança estratégias de enfrentamento, primeiramente através da escuta e entendimento dos temores, seguindo para o acolhimento e desmistificação da fantasia da criança ou a confirmação de perigos concretos. Devemos nos apresentar como disponíveis, pacientes e presentes ao enfrentamento de medo com ela: para uma criança que tem medo de algo embaixo da cama, levantar a cama e ver o que existe naquele espaço; se tem medo de um monstro no armário, explorar o armário, etc. Dificilmente serão ações que darão fim imediato ao temor existente, mas confirmam o sentimento da criança, a instrumentalizam e ampliam a possibilidade de resignificação de suas fantasias.

Portanto, com base nestes fatos, o que mais se evidenciou no caso de Pedro foi a necessidade de trabalhar os limites. Segundo Aguiar, a vivência de limites é um elemento crucial para o processo de diferenciação em relação ao outro:

A experiência dos limites permite que a criança perceba uma fronteira entre ela e o outro, marcando a diferença entre eles, e fazendo com que ela sinta-se querendo e comportando-se diferente do outro. Ao deparar-se com um limite, a criança necessitará, como em outras situações, encontrar a melhor forma possível de lidar, realizando ajustamentos criativos necessários para tal e, com isso, a possibilidade de alcançar novas aquisições mais satisfatórias (Aguiar, 2005, p. 83).

A autora ainda destaca a importância de um equilíbrio ao oferecer estes limites: se em excesso podem prejudicar o desenvolvimento da autonomia, capacidade de escolha e resolução de problemas. Já a falta de limites pode gerar crianças "inseguras e com uma noção equivocada do mundo, das pessoas e dos seus direitos e deveres" (Aguiar, 2005, p.85). Também afirma como essencial a diferenciação entre autoridade e autoritarismo, pois estabelecer limites não significa a imposição de ideias arbitrarias junto às crianças, mas uma forma de orientá-la, estabelecer uma sensação de segurança, adequação e previsibilidade.

As supervisoras deram orientações sobre o cuidado ao expormos a situação aos pais, de forma que a criança ou os pais não sejam colocados como vítimas ou vilões, mas como parte de um contexto dialógico que propiciou que Pedro agisse desta forma.

Sessão nº 07

Sessão devolutiva com Juliana e Márcio

Comecei destacando os pontos positivos: toda a dedicação do casal e os aspectos saudáveis de Pedro. Eles falaram que sentiram o menino mais calmo, apresentando

"melhoras" desde que iniciou o atendimento. Falei da dificuldade que senti em lidar com o garoto, de como ele me envolvia e parecia envolver a todos com sua conversa, conseguindo o que queria. Os pais confirmaram minhas percepções. Falaram também que quem manda no controle remoto da televisão em casa é o filho. Perguntaram sobre a questão dos medos de Pedro e eu expliquei que algumas vezes o medo pode ser usado como uma estratégia pela criança. Eles retomaram algumas situações de medo e, principalmente o pai, concordou que Pedro podia estar usando o medo como desculpa, pois em situações que eram interessantes para ele, o medo sumia. Sugeri que quando ele apresentasse medo, conversassem mais sobre isso, perguntando a que se referia este medo e como poderiam ajudar a superá-lo, de uma forma acolhedora. Falamos então sobre a necessidade de dar limites ao garoto e que trabalharíamos juntos nisso. Combinamos que a partir daquele momento seriam realizadas duas sessões com Pedro e uma com os pais, alternadamente.

O que eu senti: que estávamos no caminho certo. Senti a conversa bem descontraída e que os pais saíram bem aliviados. Fazendo o relatório, parece que há certa resistência da mãe em assumir que Pedro possa estar usando o medo como uma estratégia e tenha relação com seu excesso de proteção.

O que tive vontade de fazer: saber logo como serão estes dias até a próxima sessão.

O fato dos pais estarem procurando atendimento psicológico e disponibilizarem seu tempo para focar e pensar nas dificuldades que estão enfrentando, além da criação de um novo espaço para a criança, são elementos que têm influência no meio familiar, e muitas vezes por si só, causam mudanças positivas neste campo. Assim, justificam-se as "melhoras" de Pedro.

Durante as supervisões, que eram realizadas com mais dois estagiários, foi expressa a angústia dos mesmos por "não estarem fazendo nada" com a criança, "apenas brincando". Desta

forma, muito se discutiu sobre o "simples brincar" durante as sessões. Falamos sobre o brincar diferenciado que criamos no espaço terapêutico e da importância de um momento onde a criança sintasse confirmada e reconhecida, o que pode ter um efeito muito transformador. Porém, queremos deixar claro que o trabalho do terapeuta infantil não deve se limitar a isso, mas o fato é que algumas vezes a criança não traz para o consultório os conflitos ou queixas relatados pelos pais. Quando isso não acontece, devemos respeitá-la e fazer daquele espaço um momento de espontaneidade e confirmação de seu self. Algumas vezes, pode representar tudo que ela precisa na ocasião.

Devido ao período de férias, as sessões foram interrompidas por seis semanas, o que fez com que retomássemos o atendimento com uma nova conversa com os pais para obtermos notícias de como foram as férias, se ocorreram mudanças nesse período e, principalmente, investigarmos como foi o recebimento da devolutiva. Assim, pudemos avaliar se estávamos alinhados com os pais no encaminhamento do atendimento.

Sessão nº 08

Sessão de retorno com Juliana e Márcio

Comecei pedindo que relatassem o que havia ficado da nossa última conversa e como tinham sido aqueles dias de férias. Juliana disse que fazia sentido o que conversamos e que Pedro havia apresentado melhoras. Disse que um dia ele pegou seu dinheiro e saiu de casa sozinho, foi comprar picolé, algo que não faria antes. Porém, retomando sobre o medo do filho, confirmou que ele realmente tem medo de algo, relatando sua experiência pessoal quando criança, quando tinha medo de monstros. Márcio contou que o filho pedia sua presença constantemente, dizendo que muitas vezes ele enrolava Pedro e ia fazer outra coisa. Chamei atenção dos pais sobre o "enrolar", que talvez não fosse a forma mais adequada de se relacionar, que tentassem deixar mais claras suas intenções. Sugeri que procurassem separar momentos específicos onde

pudessem estar com Pedro, em períodos mais convenientes para todos, delimitando isso claramente para o menino (mais qualidade de presença do que quantidade). Perguntei como eles se sentiram com o menino saindo sozinho e falei sobre o que isso representava: um crescimento de Pedro.

O entendimento foi de que Juliana confirma-se superprotetora. Além disso, trouxe para a sessão um medo que não era do filho, mas seu. Pedro por outro lado, pela fala dos pais, parece estar adquirindo confiança. A supervisão chamou atenção à mudança que estamos propondo no campo e o quanto os pais estarão disponíveis a ela: assumir que Pedro está crescendo, que irá gradativamente conquistar sua liberdade e deixará de ser o bebezinho da casa.

Passamos a pensar na devolutiva com a criança, onde buscamos lembrar o que fizemos em nossos encontros, o que percebemos como suas potencialidades e suas dificuldades (Aguiar, 2005). Da mesma forma que com os adultos, devemos devolver o que é possível para a criança, observando se ela está disponível ou não para suportar as devoluções sobre suas formas de estar e agir. Procuramos também dar espaço para que a criança possa se expressar, dar sua opinião sobre os encontros, sua impressão sobre o terapeuta ou algo mais que possa querer compartilhar ou perguntar.

Sessão nº 09

Sessão devolutiva com Pedro

Pedro chegou com o pai, muito animado para a sessão. Estava de óculos e eu chamei atenção ao fato, elogiando o uso e lembrando de sua importância. O uso dos óculos foi outra dificuldade relatada pelos pais. Eu disse que iríamos conversar sobre o que fizemos nos últimos encontros. Pedro contou que sempre conversamos e brincamos, que gostava muito e sentiu falta dos encontros. Perguntado sobre qual o motivo dos encontros, respondeu que era importante ter alguém para

conversar e brincar. Falei que desde o início o percebia como um garoto muito esperto, ativo e inteligente, mas que por vezes ele não me escutava ou não fazia o que eu propunha, fugindo do assunto. Perguntei se ele notava isso e Pedro respondeu que sim. Expliquei que para fazer amigos é importante negociar, escutar e certas vezes saber ceder um pouco. Pedro falou sobre seu quarto e perguntei se ele dormia ali. Pedro hesitou na resposta, mas acabou entregando que não dormia lá por "já estar acostumado". Falei da importância para todos da casa que Pedro durma sozinho, e propus que ele tentasse dormir em seu quarto. Falamos do medo de ficar sozinho concluindo juntos e pela sua fala que na verdade ele não sente tanto medo, mas não gosta de ficar sozinho. Conversamos sobre o quanto é necessário, e algumas vezes conveniente, que fiquemos sozinhos. Pedro mostrou-se ansioso em brincar. Pegou a casinha e escolhemos bonecos para cada membro de sua família. Pedi que colocasse cada boneco em um quarto para dormir e que conversasse com o "Pedro boneco", o qual disse – pela voz de Pedro – que se sentia bem dormindo sozinho.

O que eu senti: dúvida se agi da forma correta ao propor que ele dormisse sozinho. Porém Pedro parece bem maduro e articulado tanto para dormir sozinho como para ignorar o combinado.

O que tive vontade de fazer: conversar com os pais para que ajudassem na tarefa proposta.

A hipótese do medo de Pedro ser apenas uma estratégia para manter as pessoas ao seu lado mostrou-se verdadeira através de uma construção mútua entre a criança e o estagiário. Através da investigação sobre o medo, a própria criança pôde dar-se conta do significado do medo, não reconhecendo nenhum temor real. Porém, este não deve ser entendido como o único caminho que este sentimento possa significar para a criança: Pedro também pode ter (e provavelmente tem) medos reais. Além disso, apresentando-se como um sintoma, a simples "resolução" do medo de Pedro pode fazer com que sua necessidade de

atenção se desloque para outro lugar. É importante entendermos sua necessidade de usar este artifício e como o medo tornou-se funcional na relação com seus pais.

Na final do atendimento descrito acima, através da brincadeira com os bonecos, Pedro teve uma nova oportunidade de expressar angústias ou ansiedades quanto a dormir sozinho. Pela sua fala, estava tranquilo e sem temores quanto a este fato. A brincadeira permite que a criança elabore e ressignifique seus conflitos.

Quanto à dúvida do estagiário em propor que a criança fizesse a tentativa de dormir sozinho, foi avaliada pela supervisão como uma escolha particular do estagiário para o momento, sem um juízo de valor. A avaliação da capacidade de Pedro em lidar com o proposto foi entendida como correta.

Nas sessões 10 e 11 iniciaram-se efetivamente as intervenções do estagiário, que passou a ser mais ativo nas brincadeiras, buscando trabalhar os limites com o menino e observar seu funcionamento diante a eles.

Sessão nº 10

Sessão com Pedro

Pedro entrou na sala e perguntou se iríamos conversar primeiro ou brincar. Fomos brincando e conversando. Ele falou que dormiu no seu quarto esta semana, sendo que um dia sua irmã dormiu também no seu quarto, pois o ventilador dela estava quebrado. Eu o parabenei. Perguntei se ele ia ao banheiro sozinho na escola. Pedro disse que sua mãe enviou um bilhete para a nova professora explicando que o filho tinha medo de ir ao banheiro sozinho, porém ontem ele estava muito apurado e então foi sozinho. Falamos sobre este medo. Ele relembrou quando um menino fechou a porta do banheiro e machucou seu dedo. Pedro conta a história de forma tranquila e divertida. Chamei atenção ao fato que aquilo foi algo isolado. Falou "que já havia superado o medo". Brincamos bastante. No final retomei nossa conversa sobre ele continuar dormindo no quarto e não ter mais medo nas idas ao banheiro.

Sessão nº 11

Sessão com Pedro

Brincamos bastante. As mesmas brincadeiras com os apetrechos de cozinha. Pedro sempre faz alguma comida e me serve. Também brincou com as espadas. Foi contrariado em alguns momentos na brincadeira, mas aceitou os posicionamentos. Disse que estava dormindo no seu quarto, mas sua irmã ainda dormia lá, devido ao problema com o ventilador. Disse também que está indo ao banheiro sozinho na escola. Eu o parabenei.

O que eu senti: senti que não tinha muito o que fazer. Para Pedro não existem conflitos em seu mundo. Ele lida muito bem com os problemas e com as pessoas. Parece se confirmar a falta de limite para o menino. Cumpre o que é proposto com clareza no consultório, mas quando possível, usa de habilidade, insistência e conversa para driblar o que não quer.

O que tive vontade de fazer: conversar com os pais. Eles também têm que trabalhar os limites com o filho e aprender a lidar com esse ponto.

Pedro reage de forma saudável aos limites impostos na sessão. Uma vez bem estabelecidos, ele os acata, apesar das recorrentes tentativas e insistências em reverter a negociação em seu favor. Paciência e firmeza são necessárias para convencê-lo, algo que para pais desatentos ou muitas vezes cansados não é uma tarefa tão simples.

Decidimos fazer uma nova sessão com os pais, para retomada da devolutiva, buscando saber como receberam o que conversamos no último encontro com eles, se observaram mudanças e o que gostariam de trabalhar no momento. O estagiário foi orientado a perguntar aos pais sobre as mudanças de comportamento que Pedro diz que realizou (ir ao banheiro e dormir sozinho). Também foi sugerido que exponha aos pais sua percepção de que os limites trabalhados dentro da sessão são respeitados pelo menino, problematizando junto a eles a importância dos limites na educação de qualquer criança, colocando-se disponível para ajudá-los em como dar estes limites a Pedro.

Sessão nº 12**Sessão devolutiva com Juliana e Márcio**

Novamente os pais de Pedro trouxeram que ele teve muitas mudanças desde outubro, que "melhorou 75%". Falaram sobre ele dormir no quarto com a irmã e sobre ir ao banheiro sozinho na escola. A mãe queria saber se eu observava as mesmas mudanças dentro do consultório. Eu disse que não: que desde o início Pedro se apresentava como uma criança proativa, inteligente, esperta, decidida. Disse que Pedro dentro das sessões sempre respeitou os limites que lhe eram impostos se eu fosse claro e insistente com ele. Passamos então a falar sobre limites. O pai disse que tem colocado limites para o garoto e tem tido êxito. A mãe teve menos sucesso, mas contou que em uma festa Pedro pediu para ir ao banheiro e ela orientou que se virasse sozinho: ele descobriu onde era o banheiro e resolveu seu problema. Ela confessou que ficou apreensiva, mas se surpreendeu com o resultado. Fiz o convite de colocarem estes limites mais claramente, explicando para o filho o porquê e o que pretendiam com eles. Falei que não existia certo ou errado na maneira deles agirem, mas que podíamos aprender uns com os outros e pensar na forma como querem educar Pedro. Falamos sobre a importância dos limites na vida em geral. Juliana perguntou se eles deveriam continuar na terapia. Respondi que isso cabia a eles decidir, se já sentiam-se satisfeitos com as mudanças ocorridas, mas que ainda havia o que se trabalhar. Falei que no momento achava importante eles imporem estes limites a Pedro e percebermos juntos como todos iriam lidar com isso.

Apartir daí, seguimos intercalando as sessões de Pedro e seus pais, sendo que os avanços no relato dos pais foram gradativos e Pedro sempre apresentava a mesma dinâmica no atendimento. Na sessão de número 15, os pais relataram que "a questão do medo havia melhorado 90%", então focaram suas preocupações para o desempenho escolar de Pedro, que também se relacionava, em nosso entender, com a questão dos limites.

A previsão é que os atendimentos de Pedro continuem até que os pais sintam-se seguros em trabalhar estes limites com ele.

Outra questão trabalhada foi o acolhimento da fantasia que Márcio e Juliana expressaram de que "resolvendo este problema" não enfrentariam mais dificuldades e que tudo seria "normal" a partir de então na vida de Pedro. Explicamos que novas queixas e demandas irão sempre surgir, de acordo com o contexto, com o desenvolvimento e a fase de vida de Pedro. Sentimos que tal fato frustrou as expectativas do casal, porém os prepara para o enfrentamento de novas demandas, como parte da existência de qualquer indivíduo.

As sessões com Pedro, Juliana e Márcio tiveram continuidade mesmo após o encerramento deste artigo. Porém, interrompemos aqui o relato das sessões, entendendo que neste ponto se concluiu uma etapa do atendimento, que cumpre com a proposta deste trabalho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Entre outras particularidades, o atendimento infantil possui uma dinâmica singular, requer um planejamento específico para cada configuração familiar, envolve a entrevista com diversos indivíduos e exige a elaboração de diferentes estratégias de intervenção. Assim, concordando com Aguiar que "a psicoterapia de crianças é fundamentalmente diferente da psicoterapia de adultos" (Aguiar, 2005, p. 291), ratificamos a necessidade de uma formação específica para o psicoterapeuta infantil, com conteúdo programático direcionado ao profissional que pretende trabalhar com crianças. O estágio foi de extrema importância para o reconhecimento desta necessidade e para vivência prática da complexidade presente na clínica infantil. A oportunidade de estagiar com profissionais que já cursaram e ministram uma formação específica em clínica infantil foi única e deve ser considerada imprescindível para qualquer psicoterapeuta que pretenda clinicar com esta clientela.

Destacamos também como extremamente importante a postura de todo terapeuta em não restringir-se apenas a seu aprimoramento e atualização teórica, mas da mesma forma investir continuamente em seu próprio trabalho psicoterápico, uma vez que seu desenvolvimento pessoal "é condição básica para que ele possa relacionar-se terapeuticamente com seu cliente". (Aguiar, 2005, p. 297). Este investimento é condição sine qua non para que o gestalt-terapeuta desenvolva a awareness de seus próprios limites e aprenda a lidar com eles, o que é fundamental para uma atitude descritiva e o exercício da redução fenomenológica (Rodrigues, 2008). Ainda mais especificamente para o terapeuta infantil, recomendamos que busque em seu processo particular o contato e acolhimento de sua criança interior, pois certamente irá deparar-se com ela em seu consultório durante as sessões de atendimento.

Outra questão que deve ser abordada relaciona-se a uma das características necessárias ao terapeuta infantil: a disponibilidade para brincar. Aguiar (2005) afirma que na "medida em que a linguagem lúdica é a predominante, então a brincadeira é o diálogo e o psicoterapeuta precisa participar" (p. 198). Sentar-se ao chão, sujar-se de tinta, cantar canções infantis, fazer vozes e barulhos estranhos ou imitar animais são atitudes comuns durante as sessões, podendo ser cruciais na construção do vínculo com a criança e no próprio processo terapêutico. Também são de grande relevância os recursos lúdicos presentes no consultório. Não acreditamos na obrigatoriedade da presença deste ou daquele material em particular, mas lembramos que esta escolha deve ser feita com foco naquilo que cada material pode oferecer como estímulo para a criança compartilhar sua experiência (Aguiar, 2005), assim como na liberdade de escolha e preferências de trabalho de cada terapeuta.

Por fim, nos cabe agradecer a oportunidade e confiança depositada pela orientadora e supervisoras que, de maneira acolhedora, permitiram ao estagiário uma vivência profunda e responsável do atendimento

clínico, sendo fundamentais em seu longo caminho de formação como terapeuta. E, não menos importante, agradecemos ao Pedro e sua família, como os primeiros clientes que qualquer estagiário poderia sonhar, pela sua disponibilidade, entrega e vínculos construídos, sem os quais este estágio não teria a mesma riqueza, significado e importância.

Referências:

- Aguiar, L. (2005). Gestalt Terapia com crianças: teoria e prática. Campinas: Livro Pleno.
- D'Acri, G.; Lima, P.; Orgler, S. (2007). Dicionário de Gestalt-Terapia: gestaltês. São Paulo: Summus.
- Freud, A. (1971). O tratamento psicanalítico de crianças. Rio de Janeiro: Imago.
- Freud, S. (1980). Três ensaios sobre a teoria da sexualidade. In Obras Completas. Ed. Standard Brasileira. Rio de Janeiro: Imago. (Original Publicado em 1905)
- Kiyan, A.M.M. (2006). E a Gestalt emerge: vida e obra de Frederick Perls. São Paulo: Altana.
- Oaklander, V. (1980). Descobrindo crianças. São Paulo: Summus Editorial.
- Perls, F.S. (1985). A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia (2ª Ed). Rio de Janeiro: Zahar.
- Perls, F.S., Hefferline, R., Goodman, P. (1997). Gestalt-Terapia. (F.R. Ribeiro, Trad). São Paulo, Summus. (Original Publicado em 1951)
- Perls, F.S. (2002). Ego, fome e agressão. São Paulo: Summus.
- Polster, E., Polster, M. (2001). Gestalt-Terapia integrada. São Paulo: Summus.
- Rodrigues, H.E. (2008). Introdução à Gestalt-Terapia (5ª Ed). Petrópolis, RJ: Vozes.
- Rosa, L. (2011). Cont(r)ato terapêutico na clínica gestáltica. Aw@re Revista Eletrônica, v.2, n.1, 44-49. Recuperado em 23 de julho, 2013, de <http://www.aware.psc.br/V2N1/v2n1.html>

Leonardo Pereira de Lima é psicólogo formado pela Universidade Federal de Santa Catarina em 2013/1.

INICIANDO OS ATENDIMENTOS: A FORMAÇÃO PROFISSIONAL E O CONFRONTO COM A FRUSTRAÇÃO. DESCRREVENDO O PROCESSO DE UMA PSICOTERAPEUTA INICIANTE EM GESTALT TERAPIA

Por Sarah Hermes Reguse

RESUMO

O presente artigo tem como objetivo propor uma reflexão teórica acerca da formação e construção do psicoterapeuta, sendo abordados temas como a preparação do psicólogo para atuar na área clínica, em psicoterapia, e, especificamente, na abordagem gestáltica, fundamentada na suspensão fenomenológica. O propósito do artigo é refletir sobre como ocorre o processo de formação de um psicoterapeuta. Para tanto se reúne aqui a fala de autores que se dedicaram a refletir sobre tal questão. Além disso, aborda-se o tema do confronto com a frustração vivenciada pelo terapeuta, sendo todos os conceitos trabalhados à luz da teoria da Gestalt Terapia.

Palavras-Chave: Preparação; Gestalt Terapia; Suspensão fenomenológica; Frustração.

ABSTRACT

This article has the purpose to propose a theoretical reflection about the formation and construction of the psychotherapist, and also approach themes like preparation of the psychologist to work with Clinic Psychology, in psychotherapy, and, specifically at the gestalt approach based at the Phenomenological Reduction. The goal of this article is to think about how the formation process to become a psychotherapist happens. For this purpose is included here other authors that devoted themselves to think about that question. Beyond that, it is mentioned the theme of the confront with the frustration lived by the therapist, and all the concepts are worked at the light of the theory of Gestalt Therapy.

Keywords: Preparation; Gestalt Therapy; Phenomenological Reduction; Frustration.

INTRODUÇÃO

Espera-se com este artigo refletir teoricamente a partir da seguinte pergunta que acompanha terapeutas iniciantes: "O que devemos fazer para nos prepararmos para a difícil tarefa de lidar com a história, muitas vezes dolorosa, de um outro"? Ou seja, este artigo abordará o "como" se dá o processo de tornar-se psicoterapeuta, em um momento em que, conforme afirma Cardella (2002, p.102): "Fazer-se psicólogo e, em especial, psicoterapeuta no mundo contemporâneo é uma tarefa cada vez mais desconcertante e complexa". Foram utilizadas referências que abordam o tema buscando dar subsídios a experiência da autora, quando do início do estágio em Psicologia Clínica, na abordagem gestáltica, realizado em Clínica Social de instituição privada do tipo Clínica-Escola.

Em razão desta interlocução teórico-prática considerou-se importante discutir o tema de como

lidar com a frustração no processo de tornar-se terapeuta, tendo em vista a mobilização ocorrida no processo de aprendizagem e reconhecimento de expectativas do terapeuta ao deparar-se com a realidade, os imprevistos, as novidades e surpresas do contexto do atendimento psicoterápico.

O tema frustração pode ser abordado por diferentes olhares: a frustração do próprio terapeuta com seu trabalho, com os clientes, com seus limites, o frustrar o cliente, etc. No presente trabalho, o foco é o da frustração do próprio terapeuta, das expectativas mobilizadas antes e durante os primeiros atendimentos clínicos e de como lidar com este fenômeno no processo de formação do mesmo.

Para alinhar o conhecimento geral ao específico, haverá uma breve introdução sobre alguns conceitos base da Gestalt Terapia que fundamentam a compreensão do que é ser terapeuta nesta abordagem.

Uma passagem que exemplifica toda a motivação para o presente artigo refletindo também a angústia

vivida por alguém em início de atendimento é a que se segue:

Este é o desafio: Como estar presente no „nada-mais-que-processo e ainda assim não se perder no abismo. Como utilizar a segurança da teoria e, ainda assim, não usá-la como uma defesa contra o desconhecido. Como responder à singularidade, e, ainda assim, valorizar nossa humanidade comum. O terapeuta, se está consciente da amplitude das possibilidades humanas, empenha-se em uma tarefa verdadeiramente paradoxal - uma tarefa na qual há pouca segurança; somente a certeza de se encontrar com o desconhecido, o único, o nunca-antes-experimentado. (HYCNER, 1997, p.38)

1. Gestalt Terapia

De acordo com Rodrigues (2011, p.42) "A melhor maneira de conhecer a GT é ter uma experiência direta com esta abordagem; vivenciá-la,

para que a ideia do todo possa ser experimentada”, uma vez que “É mais uma abordagem profundamente sentida do que uma teoria” (HYCNER, 1997, p.30).

Nas palavras de Perls (2011), o fundador desta abordagem:

Uma Gestalt é uma forma, uma configuração, o modo particular de organização das partes individuais que entram em sua composição [...] a natureza humana é organizada em partes ou todos, que é vivenciada pelo indivíduo nestes termos, e que só pode ser entendida como uma função das partes ou todos dos quais é feita (PERLS, 2011, p.19)

Yontef (1998) define a Gestalt Terapia como uma terapia existencial-fenomenológica. “Ela ensina a terapeutas e pacientes o método fenomenológico da awareness, no qual perceber, sentir e atuar são diferenciados de interpretar e modificar atitudes preexistentes” (YONTEF, 1998, p.15). Seu objetivo é “tornar os clientes conscientes (aware) do que estão fazendo, como estão fazendo, como podem transformar-se e, ao mesmo tempo, aprender a aceitar-se e valorizar-se” (YONTEF, 1998, p.16).

De acordo com Rodrigues (2011, p.56) “A GT trabalha psicoterapeuticamente com este ser no mundo, percebendo-o como um todo (dentro da medida do possível) em seu contexto, com uma atitude descritiva voltada para o momento do encontro – o aqui-e- agora”.

Para Serge e Anne Ginger (1995, p.17) a Gestalt “desenvolve uma perspectiva unificadora do ser humano, integrando ao mesmo tempo as dimensões **sensoriais, afetivas, intelectuais, sociais e espirituais**” (grifo dos autores).

A visão de mundo da Gestalt Terapia origina-se da teoria holística, que é “operacionalizada pela Psicologia da Gestalt e pela teoria do campo. Todas essas teorias relacionam-se com espacialidade e trabalham no mundo mensurável da materialidade” (RIBEIRO, 2011, p.36).

Já o conceito de pessoa na Gestalt

Terapia origina-se do humanismo, “que, por natureza, relaciona-se com temporalidade, ou seja, o mundo da não matéria, operacionalizando-se no existencialismo e na fenomenologia. Teorias que também trabalham no mundo não mensurável da qualidade”. (RIBEIRO, 2011, p.36).

O mesmo autor define que:

Conceito de mundo e conceito de pessoa funcionam como uma Gestalt, como uma relação figura-fundo, uma configuração a partir da qual, dependendo do aqui-agora do sujeito pensante, ele parte ou do mundo ou da pessoa para constituir a ideia sobre ele próprio e/ou sobre o mundo. (RIBEIRO, 2011, p.45).

2. Primeiros passos na Constituição de Psicoterapeuta

“Conheça todas as teorias, domine todas as técnicas, mas ao tocar uma alma humana, seja apenas outra alma humana” (Carl Jung).

É natural que estudantes e “aspirantes” a psicoterapeutas se perguntem “O que é necessário para ser um bom psicoterapeuta?”. Alguns autores tentaram responder esta pergunta, como Calligaris (2008) e Cardella (2002).

Ambos os autores corroboram com a ideia de que inicialmente o aspirante a psicoterapeuta deve investir em seu próprio trabalho pessoal. “Uma peça chave da formação de um psicoterapeuta é o tratamento ao qual ele mesmo se submete” (CALLIGARIS, 2008, p.55)

Calligaris (2008) introduz uma ideia interessante, de que algumas “características” já estejam integradas na própria pessoa, como ao afirmar que para ser um bom psicoterapeuta, “é útil que a gente possua alguns traços de caráter ou de personalidade que, dito aqui entre nós, dificilmente podem ser adquiridos no decorrer da formação: melhor mesmo que eles estejam com você desde o começo” (CALLIGARIS, 2008, p.3).

Em sua opinião o autor descreve algumas características importantes

de um psicoterapeuta: 1) gosto pela palavra e um carinho espontâneo pelas pessoas; 2) uma extrema curiosidade pela variedade da experiência humana com o mínimo possível de preconceito; 3) certa quilometragem rodada; 4) boa dose de sofrimento psíquico. (CALLIGARIS, 2008).

A temática dos primeiros passos do terapeuta será abordada sob dois enfoques, um mais geral, comum às diversas abordagens e outro específico do método fenomenológico, que fundamenta a Gestalt Terapia, sendo eles: preparação e suspensão fenomenológica. Este último é um conceito muito conhecido e importante na Gestalt Terapia e que, com certeza, auxilia no momento dos atendimentos de psicoterapia.

2.1 Preparação

Partindo do princípio de que “o terapeuta é o seu próprio instrumento (...) e usa seu próprio estado psicológico como instrumento da terapia” (POLSTER; POLSTER, 2001, p.35), é fundamental que o psicoterapeuta passe a desenvolver seu próprio trabalho de psicoterapia, ou seja, que tenham “seus instrumentos”, ele mesmo, afiados. “Para tornar-se disponível para o encontro é preciso que o gestalt-terapeuta, desde o início de sua formação, vá tomando consciência das exigências da profissão, sendo a mais fundamental o trabalho árduo e intenso sobre a sua própria pessoa” (CARDELLA, 2002, p.102).

É importante que cada terapeuta tenha realizado a sua própria terapia, pois:

Não há melhor introdução à variedade do sofrimento humano do que a descoberta de que, em algum canto de seus pensamentos, ele pode encontrar palavras, lembranças, razões, visões e pensamentos parecidos com aqueles que afetam, agitam ou mesmo enlouquecem seus pacientes (CALLIGARIS, 2008, p. 55-56).

Na visão de Calligaris (2008, p.55), “Se você quer ser psicoterapeuta, o essencial de sua formação acontecerá depois da faculdade ou, quem sabe,

durante seus estudos. De qualquer forma, se dará fora da academia". Ou seja, sabe-se que durante a faculdade estudam-se temas diversos em psicologia, mas para se tornar um psicoterapeuta existem opções importantes a serem seguidas, como cursos de especialização, por exemplo.

A gestaltista Cardella (2002), no entanto, desenvolve teorias de como os estudantes podem desenvolver melhor suas capacidades de terapeutas, mesmo enquanto permanecem em processo de formação. Diz observar ser possível aprimorar a qualidade da formação profissional "quando se favorece o desenvolvimento pessoal do aluno a partir de oportunidades que alarguem seu campo de percepção e o contato com seu universo particular" (CARDELLA, 2002, p.94).

Além disso, outra importante tarefa da formação de psicoterapeutas seria a contribuição para que o aluno desenvolva "familiaridade e, talvez, muita estranheza, perante a si mesmo: suas crenças, seus valores, seus afetos, suas emoções, suas concepções, seus desejos, suas necessidades, seus pontos cegos e, até, suas dificuldades" (CARDELLA, 2002, p.95).

Ainda neste sentido, é recomendável que os psicoterapeutas se deparem com diferentes formas de existência, e que a partir desta experiência, possam verificar o que há de semelhante ou desigual na sua forma de pensar, uma vez que "o encontro com a alteridade capacita o psicoterapeuta a relacionar-se com seu cliente; para tanto, o psicoterapeuta necessita conhecer e saber fazer uso da própria experiência, para estar a serviço de seu cliente" (CARDELLA, 2002, p.90).

A Gestalt Terapia pode contribuir para o desenvolvimento das habilidades terapêuticas, e, para isso, Cardella (2002) descreve três objetivos no trabalho de formação de psicoterapeutas:

1. Desenvolvimento da autopercepção do terapeuta. Sensibiliza-se o aluno para a importância de um processo contínuo de autoconhecimento,

tanto no que se refere às suas habilidades como às dificuldades, enfatizando a singularidade de cada terapeuta.

2. Desenvolvimento da habilidade de reverter sua percepção para a compreensão do cliente, como ajudar o aluno a aceitar e lidar com os sentimentos que emergem na relação com o cliente.

3. Desenvolvimento do raciocínio lógico. A partir da teoria e da experiência de si, do contato consigo mesmo. (CARDELLA, 2002, p.105 apud FRAZÃO s/d, p.5).

Outro aspecto importante na construção do psicoterapeuta é receber um apoio, seja ele dos professores, mas principalmente da supervisão, uma vez que o processo terapêutico implica por parte do terapeuta um grande envolvimento pessoal e que "o coloca diante das muitas intrigantes e profundas questões existenciais quando mergulha no universo singular de cada cliente, e coloca-se dialogicamente disponível para a relação" (CARDELLA, 2002, p.102).

Ainda sobre a temática da supervisão, Calligaris (2008, p.124) afirma que sua função "salvo situações catastróficas, deve ser autorizar o terapeuta, inspirar-lhe a confiança em seus próprios atos". Frazão (1983, p.183 apud CARDELLA, 2002, p.106) afirma ser "fundamental o aluno compartilhar sua experiência e emprestá-la como meio para a aprendizagem de cada um dos membros do grupo". Os alunos de Psicologia, em geral, devem realizar seus estágios em duas das três possíveis áreas: Escolar, Organizacional e Clínica. Uma vez que escolhem seus estágios e supervisores, torna-se muito rico quando as supervisões podem ser realizadas em pequenos grupos, para que cada estagiário também aprenda com o relato dos colegas.

Uma supervisão dentro da abordagem da Gestalt Terapia segue o modelo da supervisão fenomenológica, e pode fazer uso das "versões de sentido". De acordo com Boris (2008, p. 177 apud MOREIRA,

2001) "a descrição da experiência imediata do psicoterapeuta por meio das versões de sentido é capaz de revelar a maior quantidade possível de vivências compartilhadas entre psicoterapeuta e paciente". De acordo com o mesmo autor: "O psicoterapeuta sob supervisão deve escrever, livre e espontaneamente, logo após a sessão, tudo o que lhe ocorra sobre a relação psicoterápica, sobre o paciente e sobre si mesmo" (BORIS, 2008, p.177).

Imagens, metáforas, sentimentos seus ou do paciente, qualquer coisa. Busca-se alcançar o sentido da sessão, tal como a vive o terapeuta na relação com o paciente, destacando na versão de sentido o que toca o terapeuta, quer dizer, o que se produz nele a partir da relação com o paciente, como lhe chegam os conteúdos trabalhados na sessão, assim como impressões e sentimentos suscitados a partir deles. Através da versão de sentido, busca-se entrar em contato com as sensações originadas da relação terapeuta-paciente e clarificar a percepção do terapeuta para compreender o significado do material trabalhado durante a sessão no contexto do processo psicoterapêutico (BORIS, 2008, p.177 apud MOREIRA, 2001, p. 315-316).

De acordo com estes relatos, conclui-se que esta "preparação" para os atendimentos de psicoterapia se desenvolverá ao longo de toda a carreira do psicoterapeuta, porque "é no contato com a nossa própria vivência que elaboramos as noções fundamentais das quais a Psicologia se serve a cada momento" (FORGHIERI, 1993, p.4 apud MERLEAU-PONTY, 1973, p.33). A prática clínica "é um exercício cotidiano de revelação, não apenas para o cliente, mas também para o terapeuta, que ao praticar a inclusão está sujeito aos „riscos" e aos fascínios dos encontros e dos desencontros consigo mesmo e com o outro" (CARDELLA, 2002, p.102).

Acreditamos que a "angústia" dos psicoterapeutas iniciantes consiste nesse encontro com o novo, com o desconhecido, com o "nunca

antes visto”, e conforme nos mostra Rodrigues (2011, p.59):

Já com a GT não há como ter uma metodologia rígida que dê um conhecimento que deixe o profissional certo do que vai acontecer e como vai agir – exatamente assim como acontece no mundo, na vida, onde não sabemos o que vai acontecer, mas podemos aprender a lidar com o que acontece. O gestalt-terapeuta atua em consonância ao aqui e agora, ao que o mobiliza a trabalhar: a própria pessoa do cliente como um todo, com seu sofrimento, ou sua alegria, com a falta de contato, ou um contato que não focalize a situação emergente. Mesmo quando a pessoa está caminhando sozinha, se descobrindo, percebendo na sua própria forma de viver como ela age para se boicotar ou se impedir, então ao gestalt-terapeuta cabe a atitude solidária, humana, de estar junto à pessoa nesta, muitas vezes difícil, empreitada.

Esta angústia e este medo frente ao novo podem se repetir em outras situações na vida do psicoterapeuta, pois cada experiência é uma nova experiência, cada pessoa é diferente da outra, e não há como ir para o encontro com o outro com métodos prontos, com um “à priori” estabelecido, pois nunca sabemos com o que iremos nos deparar. O que nos resta enquanto psicoterapeutas é estarmos disponíveis e cotidianamente curiosos para encarar estes diferentes encontros.

2.2 Suspensão Fenomenológica - o que isso significa?

Um tema bastante propício para ser discutido juntamente com o da preparação é o conceito da Gestalt Terapia de suspensão fenomenológica, ou seja, o colocar entre parênteses algo meu para poder lidar com o que é do outro. Para Yontef (1998, p.218) “a atitude fenomenológica é reconhecer e colocar entre parênteses (colocar de lado) idéias preconcebidas sobre o que é relevante”.

De acordo com Forghieri (1993, p.18) “a ‘suspensão’ fenomenológica não é feita apenas em relação ao mundo, mas abrange, também, o próprio sujeito [...] tomado como tema de reflexão, deixando aparecer o eu puro ou o ‘ego transcendental’, como expectador imparcial, apto a apreender tudo o que a ele se apresenta como fenômeno”.

Sendo assim, de acordo com este conceito, o mundo receberá um sentido não somente a partir das constituições de um único sujeito, “mas do intercâmbio entre a pluralidade de constituições dos vários sujeitos existentes no mundo, realizado através do encontro que se estabelece entre eles” (FORGHIERI, 1993, p.19).

Este conceito é também fundamental porque “um psicoterapeuta precisa, no mínimo, de algum discernimento a respeito do que pertence a ele e o que pertence ao cliente” (CARDELLA, 2002, p.97). E ao fazer este discernimento, o psicoterapeuta está se utilizando da suspensão fenomenológica.

A autora afirma que:

para ser capaz de colocar a própria experiência a serviço do outro, contribuir para que o cliente possa retomar seu processo de crescimento, é preciso que o psicoterapeuta iniciante saiba qual é essa experiência, saiba de si. É necessário que aprenda a identificar o que é seu e o que é da outra pessoa; quais as sensações, emoções e impressões advindas dessa relação. Para tanto, precisa ser perturbado, contrariado, viver a experiência da estranheza, da exposição (CARDELLA, 2002, p.96).

Outro aspecto de extrema importância diz respeito à awareness do que está acontecendo entre o terapeuta e o cliente. “O terapeuta precisa estar em contato com o cliente e consigo mesmo. Isso exige awareness, capacidade de diferenciação e de estabelecer contato de boa qualidade, colocando-se a serviço do outro” (CARDELLA, 2002, p.104).

Hycner (1997) afirma que para estabelecer uma postura dialógica genuína é importante que o terapeuta suspenda seus pressupostos que possam interferir na relação. Ou seja, o terapeuta deve tentar, mesmo que momentaneamente, “suspender todos os seus vieses pessoais, conhecimento geral sobre pessoas, sobre psicopatologias e categorias de diagnóstico, a fim de estar tão completamente aberto quanto possível à singularidade da outra pessoa”. (HYCNER, 1997, p.39-40, grifo do autor). Um dos objetivos desta forma de lidar com o outro é a possibilidade de o terapeuta encaminhar o encontro “desta maneira, numa relação eu/tu, onde o humano que se revela encontra no outro o que precisa: a presença também da sua humanidade” (RODRIGUES, 2011, p.77).

A relação Eu/Tu faz parte das palavras princípio da abordagem dialógica e foi instituída pelo filósofo Martin Buber. Em síntese, existem dois modos de presença: Eu/Tu e Eu/Isso. Para Buber (2001, p.59) “entre o Eu e o Tu não se interpõe nenhum jogo de conceitos, nenhum esquema, nenhuma fantasia; e a própria memória se transforma no momento em que passa dos detalhes à totalidade”.

Em relação à postura dialógica presente na Gestalt Terapia, Hycner (1997, p.40) afirma que “esta é uma forma ‘Zen’ de estar, ou uma ‘limpeza’ de meditação, de tal forma que o terapeuta fique aberto para o único, o inusitado - para ser surpreendido”. Dessa forma o terapeuta também está presente “de modo profundo, fazendo surgir a sensação de se admirar diante da extrema singularidade e humanidade da pessoa que tem diante de si” (HYCNER, 1997, p.40).

Esta não é, no entanto, uma tarefa fácil, uma vez que “qualquer pessoa seriamente preocupada com a suspensão dos pressupostos reconhece com rapidez que é impossível suspendê-los completamente” (HYCNER, 1997, p.40). O que é necessário é adotar uma postura de estar consciente dos próprios preconceitos, o máximo que for possível, e ter humildade e cuidado ao reconhecer que os nossos

preconceitos são inconscientes e fora do âmbito da consciência (HYCNER, 1997). Em relação aos clientes, “esse cuidado evita que eu me precipite com muita rapidez a conclusões, sugestões e interpretações”. (HYCNER, 1997, p.40).

Os clientes vêm a mim para serem ouvidos - não apenas suas palavras, mas também aquilo que não estão dizendo. Precisam que eu os ouça além do nível literal, do que é dito. Querem (muitas vezes sem estar conscientes disso), ser encontrados em um nível mais profundo. Isso não poderá acontecer se minha própria perspectiva ocupar muito do espaço psicológico entre nós ou - o que é pior -, ela for imposta em detrimento da experiência do outro. Não posso ficar em contato com a experiência do cliente e senti-la se estou demasiado preso à minha própria experiência. Suspender temporariamente minhas pressuposições não constitui garantia, mas aumenta a possibilidade de estar mais disponível para meus clientes num nível profundo (HYCNER, 1997, p. 40, grifo do autor).

Enquanto tendemos a ficar em “primeiro plano”, como freqüentemente acontece quando somos iniciantes na terapia, ou quando estamos inseguros, isso poderá interferir na percepção do outro e no encontro genuíno com a outra pessoa. (HYCNER, 1997). É necessário, então, “que o terapeuta esteja aware do ‘entre’, ou seja, da experiência relacional propriamente dita, considerando o encontro e as resistências tanto do cliente como suas” (CARDELLA, 2002, p.105). Para a mesma autora, identificar de onde parte a resistência é uma tarefa complexa, que exige bastante humildade e disponibilidade do terapeuta para examinar seus pontos cegos e defensivos, e também disponibilidade para trabalhá-los em sua psicoterapia pessoal.

Juliano (1999) afirma que para realizar bem seu trabalho, a principal característica do terapeuta é “a qualidade de sua presença: uma atitude descontrainda e atenta, inteira,

disponível, energizada. Ficando com o fenômeno tal qual ele se apresenta, tal qual ele é, mais do que com aquilo que foi, poderia ou deveria ser (JULIANO, 1999, p.29).

Percebe-se que a relação do psicoterapeuta com o conceito da suspensão fenomenológica é algo que se desenvolverá ao longo de todo o seu processo enquanto profissional.

3. Terapeuta iniciante: O confronto com a frustração

Como não se encontram muitas referências a respeito dos “erros” ou dificuldades da profissão de psicoterapeuta a afirmação de Porchat (1985) torna-se essencial, quando afirma que os psicólogos carecem “de saber antecipadamente, com que tipo de vivências pessoais internas vão se defrontar no decorrer de seu trabalho enquanto psicoterapeutas” (PORCHAT, 1985, p.11). Também não é usual trabalhos sobre a frustração do terapeuta, mesmo esta sendo uma frase tão clichê entre os profissionais da área: “prepare-se para se deparar com a frustração”... Percebe-se que poucos profissionais arriscam-se a escrever sobre isso.

De acordo com a língua portuguesa, frustração é a ação de frustrar. Este verbo, por sua vez, significa “privar alguém daquilo que lhe é devido. Decepcionar; enganar; baldar. Não suceder aquilo que se esperava; malograr-se, falhar” (LAROUSSE, 1979, p.394).

Já a definição de frustração em dicionário de psicologia é:

- 1-Obloqueio de um comportamento que visa reduzir uma necessidade.
- 2- O estado de frustração se revela em forma de irritação, agressão, hostilidade, raiva, projeção, regressão e outros mecanismos. Geralmente o acontecimento frustra a pessoa, mas ela também pode lançar-se no estado de frustração em vez de contornar uma barreira. É considerada como a mais freqüente causa da neurose de angústia” (DORIN, 1978, p. 117-118).

Para compreender este tema, remetemo-nos a teoria da “Indiferença Criativa”.

Friedlaender apresenta a teoria de que todo evento está relacionado a um ponto-zero, a partir do qual ocorre uma diferenciação em opostos. Esses opostos apresentam, em seu contexto específico, uma grande afinidade entre si. Permanecendo atentos no centro, podemos adquirir uma habilidade criativa para ver ambos os lados de uma ocorrência e completar uma metade incompleta (PERLS, 2002, p.45-46, grifo do autor).

O tema da frustração pode ser analisado a partir desta teoria, em que há uma diferenciação em opostos, no caso, frustração de um lado, expectativas de outro. De acordo com Perls (2002, p.50) “o ponto de onde a diferenciação começa é usualmente chamado ponto-zero”. Este ponto zero “nos remete também ao próprio campo vivencial da pessoa, uma vez que, quando nos referimos a ele, nos referimos ao que é considerado ‘normal’, ou ‘indiferenciado’ (RODRIGUES, 2011, p.103).

Perls (2002) nos descreve um exemplo que caracteriza o “pensamento de opostos” e que tem como objetivo demonstrar a vantagem desta forma de pensamento.

Suponhamos que você tenha sofrido um desapontamento. Provavelmente você estará inclinado a culpar pessoas ou circunstâncias. Se você polarizar ‘desapontamento’, encontrará como seu oposto ‘expectativa realizada’. Desta forma, você adquire um novo aspecto – o conhecimento de que existe uma conexão funcional entre seus desapontamentos e suas expectativas: grande expectativa – grande desapontamento; pequena expectativa – pequeno desapontamento; nenhuma expectativa – nenhum desapontamento (PERLS, 2002, p.52).

Para Perls (2002), quando temos o contexto podemos determinar os opostos e por sua vez também determinar o campo específico, e “esta compreensão será de grande auxílio na abordagem da estrutura

e do comportamento do organismo em seu meio" (PERLS, 2002, p.65).

Entende-se com isso que, uma vez que o psicoterapeuta entenda que ele vivencia a frustração porque existe por parte dele uma expectativa, ele poderá lidar melhor com isso, de forma que não atrapalhe a sua relação com seus clientes e para buscar um melhor bem estar para si.

Forghieri (1993) faz uma interessante análise acerca das maneiras de existir ao afirmar que:

O desejar, o recear, o amedrontar-se, o afligir-se fundamentam-se no 'cuidado, ou preocupação por algo', que é inerente ao nosso existir no mundo [...] a raiva e a agressividade, ou a depressão que costumamos vivenciar quando nos sentimos frustrados e contrariados, também são manifestações de nossa maneira preocupada de existir" (FORGHIERI, 1993, p.36)

Perls (1977) trabalha também com um viés positivo da frustração, como ao afirmar: "Sem frustração não existe necessidade, não existe razão para mobilizar os próprios recursos, para descobrir a própria capacidade para fazer alguma coisa" (PERLS, 1977, p.54).

Para Vavassori (2010, p.11) "a frustração auxilia no desenvolvimento do auto-apoio, de a pessoa utilizar seu próprio potencial, sem criar dependências". Afirma ainda que "a vivência da frustração a princípio não é danosa, podendo sim ser extremamente saudável. É fundamental para o processo de desenvolvimento do ser humano que permita ao indivíduo, desde criança, viver frustrações, na medida de sua habilidade para assimilá-las" (VAVASSORI, 2010, p.11 apud PINHEIRO, 2007, p.118).

A presença da frustração faz parte do trabalho do psicoterapeuta. Faleiros (2004) afirma que todo psicoterapeuta "deve estar preparado para reagir positivamente ante as próprias frustrações, seja quando percebe a dificuldade em que se encontra ante um cliente difícil, seja quando esse cliente lhe revela aspectos negativos da própria

personalidade" (FALEIROS, 2004, p. 16 apud Ribeiro 1986, p.210).

Além disso, ao relatar quais qualidades e requisitos esperase de um psicoterapeuta, elenca, dentre outros: "suportar frustrações, ser espontâneo, ter simplicidade, criatividade" (FALEIROS, 2004, p.25).

Em outra obra, intitulada "Ser terapeuta", os autores perguntam a um psicólogo como é a profissão do terapeuta, e ele responde: "é um trabalho rico, sempre novo, surpreendente, variando das freqüentes frustrações, aos raros momentos de realização, de trabalho completo e bom" (GUEDES, 1985, p.15).

Ainda nesta mesma obra, outra psicoterapeuta afirma que "não é fácil estar sempre disponível e com a mesma energia. Sinto que quando não estou bem, meu trabalho fica mais pesado e até aumenta a possibilidade de uma contaminação psíquica" (RAMOS, 1985, p.45). Esta fala também nos remete ao cuidado que devemos ter quando temos muitas "expectativas" com determinado paciente, ou ao contrário, quando não estamos tão bem quanto ao nosso estado de espírito, uma vez que "esta é uma das profissões mais desafiadoras, já que a nossa consciência e nosso equilíbrio emocional são testados a cada momento" (RAMOS, 1985, p.45)

A mesma autora afirma que:

No início da profissão é comum termos muitos sonhos e ilusões sobre qual deve ser o 'caminho' para a totalidade psíquica; hoje percebo como isso leva a uma grande inflação psíquica. O analista se desumaniza e corre o risco de, por ter certo conhecimento dos mecanismos psíquicos, padronizá-los e afastar-se cada vez mais da verdade terapêutica. É como se quisesse moldar a todos, exercendo um poder ideológico que foge completamente aos objetivos da psicoterapia. (RAMOS, 1985, p.47).

Considerações Finais

Ser psicoterapeuta é uma das mais belas e desafiadoras profissões existentes. Não são tantas as

carreiras que exigem tanto cuidado, responsabilidade, preparação "interior", uma boa dose de vivências e experiências DE VIDA.

Ao escolhermos a profissão de psicoterapeutas, estamos optando por entrar em contato com outras pessoas de maneira intensa, íntima, complexa. Estamos nos permitindo tocar outros e sermos tocados o tempo inteiro. Estamos dispostos a sermos afetados de todas as maneiras possíveis. Estamos dispostos a nos doarmos.

Não obstante, é por isso e muitos outros motivos que sentimos tamanha ansiedade e insegurança na hora de atuarmos. Nossa profissão requer responsabilidade, uma postura cuidadosa.

O objetivo do artigo foi demonstrar a partir da teoria de importantes autores como se dá o processo de formação do psicoterapeuta e também relatar sobre o tema da frustração, que pode acometer muitos profissionais – principalmente aqueles que depositam na experiência do atendimento uma grande expectativa.

É interessante poder abordar o tema da frustração de forma honesta e como algo comum na vida dos psicoterapeutas. Ou seja, poder afirmar que ela pode sim fazer parte do cotidiano desta profissão. É nítido também que ela pode ser vista com outro enfoque além do tom negativo, e que tem grande valia para o próprio psicoterapeuta quando ele puder avaliar "a causa", seja ela a "expectativa não alcançada" ou qualquer outra. Sugere-se a busca pelo "ponto-zero", ou seja, o equilíbrio.

Importante citar a colocação de uma psicóloga para futuros terapeutas:

Então, meu conselho para futuros terapeutas é: além de uma boa bagagem de terapia própria, além de uma boa bagagem de teoria, todos os romances do mundo, todos os cinemas, todos os teatros do mundo, todas as viagens do mundo, todas as fofocas e em todos os grupos em que elas estiverem, uma curiosidade eternamente aberta em todos os lugares e um outro emprego

para começar. É claro que uma grande vontade de ver o outro mudar, uma grande solidariedade, uma capacidade de identificação infinita, uma empatia sem fim e uma disposição mesmo de ser o outro por muitas horas. (Mautner, 1985, p.34)

Espera-se que este artigo possa ajudar futuros psicoterapeutas que se encontram em momentos de questionamentos e anseios e também resgatar naqueles profissionais experientes a lembrança de como foi o início de sua caminhada e quantos sentimentos semelhantes possam ter sido vivenciados. Que sirva de impulso na busca de suas próprias respostas, seu próprio acalento, e sua própria motivação para o exercício desta belíssima profissão.

Referências:

- BUBER, M. *Eu e tu*. São Paulo: Centauro, 2001.
- BORIS, G. D. J. B. *Versões de Sentido: Um instrumento fenomenológico-existencial para a supervisão de psicoterapeutas iniciantes*. *Psic. Clin.* Rio de Janeiro, vol.20, 2008.
- CALLIGARIS, C. *Cartas a um jovem terapeuta*. Rio de Janeiro: Elsevier, 2008. CARDELLA, B. H. P. *A construção do psicoterapeuta - uma abordagem gestáltica*. São Paulo: Summus, 2002.
- DORIN, E. *Dicionário de Psicologia*. São Paulo: Melhoramentos, 1978.
- FALEIROS, E. A. *Aprendendo a ser psicoterapeuta*. *Psicologia Ciência e Profissão*, 2004, 24 (1), 14-27. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pcp/v24n1/v24n1a03.pdf>. Acesso em: 26 mai 2013.
- FORGHIERI, Y. C. *Psicologia Fenomenológica: fundamentos, métodos e pesquisa*. São Paulo: Pioneira, 1993.
- GUEDES, A. M. In: PORCHAT, I.; BARROS, P. (orgs.). *Ser terapeuta: depoimentos*. São Paulo: Summus, 1985.
- GINGER, S.; GINGER, A. *Gestalt: uma terapia do contato*. São Paulo: Summus, 1995.
- HYCNER, R. *A base dialógica*. In: HYCNER, R.; JACOBS, L. *Relação e cura em Gestalt-Terapia*. São Paulo: Summus, p. 29-49, 1997.
- JULIANO, J. C. *A arte de restaurar histórias: o diálogo criativo no caminho pessoal*. São Paulo: Summus, 1999. 150 p.
- LAROUSSE, K. *Pequeno dicionário enciclopédico*. Rio de Janeiro: Editora Larousse do Brasil, 1979.
- MAUTNER, A. V. In: PORCHAT, I.; BARROS, P. (orgs.). *Ser terapeuta: depoimentos*. São Paulo: Summus, 1985.
- PERLS, F. S. *Gestalt-terapia explicada*. 2. ed. São Paulo: Summus, 1977.
- PERLS, F. S. *Ego, fome e agressão: uma revisão da teoria e do método de Freud*. São Paulo: Summus, 2002.
- PERLS, F.S. *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*. 2.ed. Rio de Janeiro: LTC, 2011.
- POLSTER, E. ; POLSTER, M. *Gestalt-Terapia integrada*. São Paulo: Summus, 2001. PORCHAT, I.; BARROS, P. (orgs.). *Ser terapeuta: depoimentos*. São Paulo: Summus, 1985.
- RAMOS, D. In: PORCHAT, I.; BARROS, P. (orgs.). *Ser terapeuta: depoimentos*. São Paulo: Summus, 1985.
- RIBEIRO, J. P. *Conceito de mundo e de pessoa em Gestalt Terapia: revisitando o caminho*. São Paulo: Summus, 2011.
- RODRIGUES, H. E. *Introdução à Gestalt- Terapia: conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica*. 8.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.
- VAVASSORI, M. B. *Acolhimento e Frustração: Tramas da terapia gestáltica*. Monografia apresentada ao Comunidade Gestáltica – clínica e escola de psicoterapia – como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Psicologia Clínica na abordagem da Gestalt-terapia, 2010.
- YONTEF, G. M. *Processo, Diálogo e Awareness: Ensaio em Gestalt-Terapia*. São Paulo: Summus, 1998.

Sarah Hermes Reguse
é psicóloga formada pela
Universidade Federal de Santa
Catarina em 2013/1.

VIVER, PRECISAR, AJUSTAR: UMA COMPREENSÃO GESTÁLTICA DOS AJUSTAMENTOS CRIATIVOS NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL.

Por Mariane Comelli dos Santos

RESUMO

A Gestalt Terapia compreende o desenvolvimento infantil como um processo dinâmico e contínuo, no qual o sujeito vive em uma total interação com o meio. A partir dessa interação, procura a melhor forma de estar no mundo, de modo a ter suas necessidades satisfeitas na medida das possibilidades colocadas pelo meio. A partir do relato de uma experiência de estágio de Psicologia com crianças de uma comunidade carente, o presente artigo pretende que se reflita sobre a capacidade que estas crianças possuem de ajustarem-se ao meio de forma criativa, mesmo em situações que, para os adultos, possam parecer inadequadas. Busca-se também uma compreensão sobre a importância destes ajustamentos para um desenvolvimento infantil saudável.

Palavras-chave: Gestalt Terapia; Desenvolvimento infantil; Ajustamentos criativos.

ABSTRACT

The Gestalt-therapy understands the child development as a dynamic and continuous process, which the individual lives in a whole interaction with the environment. From this interaction, he looks for the best form to be in the world, to his needs could be satisfied according to the possibilities put by the environment. Therewith, from the report of a Psychology internship experience with children of a poor community, this article intends to reflect about the capacity of these children to adjust themselves in a creative form, even in situations that, for adults, could seem inappropriate. The article also seeks a comprehension about the importance of these adjustments for the healthy children's development.

Key-words: Gestalt-therapy, Child development, Creative adjustment.

INTRODUÇÃO

Saiba: todo mundo foi neném

Einstein, Freud e Platão também

Hitler, Bush e Sadam Hussein

Quem tem grana e quem não tem

Saiba: todo mundo teve infância

Maomé já foi criança

Arquimedes, Buda, Galileu

e também você e eu.

(Arnaldo Antunes – Saiba)

A abordagem gestáltica traz uma contribuição peculiar no que se refere ao desenvolvimento humano. Apoiado em uma visão holística, o desenvolvimento é encarado como constante e sem fim, no qual o sujeito tem um papel ativo no seu próprio processo de desenvolver-se. A partir desta compreensão de desenvolvimento da Gestalt Terapia (principalmente no que se refere à infância), será discutido o papel fundamental dos ajustamentos criativos neste processo. Com isso,

o principal objetivo do presente estudo é refletir sobre experiências de trabalho com crianças, vivenciadas em um estágio de Psicologia na comunidade Girassol (nome fictício), em Florianópolis, de modo a buscar uma compreensão acerca do "ser-criança" nesta realidade, enfocando principalmente naquilo que se considera mais saudável e criativo em cada uma das crianças com as quais os estagiários trabalharam.

Para isso, inicialmente, será apresentada a noção de desenvolvimento humano sob a óptica da Gestalt Terapia, seguida pela caracterização dos ajustamentos criativos e sua importante função no desenvolvimento infantil. Depois, serão relatadas algumas vivências do estágio realizado, seja em grupos, duplas ou em atendimentos individuais com as crianças da comunidade Girassol. Essas experiências serão discutidas em três tópicos: "Brincadeiras Criativas", "O Poder do NÃO" e "Xingamentos". Pretende-se, com isso, discutir a fantástica capacidade de autorregulação que a criança possui, mesmo em situações muito difíceis e apesar de seus

comportamentos parecerem, muitas vezes, inadequados aos olhos dos adultos. Deseja-se partilhar a ideia de que estes pequenos seres, que chamamos de crianças, na verdade, são grandes guerreiros em busca de seu equilíbrio e felicidade.

Metodologia

O presente estudo caracteriza-se como um relato de experiência, para o qual foi realizada uma pesquisa bibliográfica sobre a noção de desenvolvimento humano para a Gestalt Terapia, destacando-se o imprescindível papel dos ajustamentos criativos neste processo. A partir deste referencial teórico, elaborou-se uma reflexão que aborda as experiências de uma prática de estágio em Psicologia com crianças de uma comunidade de Florianópolis.

Essas experiências foram tecidas ao longo de nove meses, por meio de grupos com as crianças, passeios pela comunidade, diálogos e supervições. Um dos grupos contava com aproximadamente 12 crianças, na faixa etária de 11 a 13 anos, e o outro com

três crianças de 9 a 10 anos. Os grupos contaram, respectivamente, com 20 e 13 encontros. Foram realizados, também, oito atendimentos individuais com uma menina de 10 anos e três atendimentos com dois irmãos, de 10 e 13 anos.

O estágio do qual resultou o presente trabalho foi um período de intensa experimentação. Além do aprendizado técnico relacionado à prática em Psicologia, essa experiência proporcionou um aprendizado vivencial, provocando profundas mudanças nos estagiários, em seu modo de estar no mundo e de percebê-lo. Diante disso, pode-se dizer que, no presente trabalho, não há separação entre observador e observado, entre sujeito e objeto, entre teoria e prática. Portanto, o que é relatado aqui não é o que de fato aconteceu no período de estágio (partindo do pressuposto de que não existe um existir de fato), mas as reflexões provocadas pelo contato dos estagiários com as crianças e com a comunidade. As hipóteses formuladas são uma interpretação dos autores frente às situações vivenciadas, não havendo a pretensão de explicar completamente os fenômenos observados, mas desejando-se apenas explicitar uma compreensão possível para os mesmos, com base na Gestalt Terapia.

O desenvolvimento humano na Gestalt Terapia

Para a Gestalt Terapia, o homem é um "ser-no-mundo" e age ativamente neste mundo, transformando-o e sendo transformado por ele, numa relação de reciprocidade. Este homem não pode ser compreendido isoladamente, uma vez que está sempre em um contexto no qual há um conjunto de forças atuando, atingindo-o em sua totalidade. Na medida em que se detém ao que se descreve, percebe-se a realidade como sendo mutável, processual e que flui continuamente em novas situações que são sempre únicas (Rodrigues, 2009).

É baseada nesta concepção de homem que a Gestalt compreende o desenvolvimento humano. Aguiar (2005), afirma que essa

compreensão do desenvolvimento supera a dicotomia entre o orgânico/maturacional e o social/normativo, além de acolher a possibilidade de regularidades no desenvolvimento humano e resgatar o caráter de sujeito global, histórico, social e cultural. Para a autora, a Gestalt Terapia articula o biológico e o social, partindo do conceito de interação que se baseia na noção de "ser-no-mundo" da Fenomenologia, na Teoria de Campo, na Teoria Organísmica e na visão de todo da Psicologia da Gestalt. Desse modo, o desenvolvimento humano é entendido como um processo singular e infinito, a partir da permanente interação entre o biológico e o social, num diálogo constante entre todos os elementos do campo.

A maior parte das teorias do desenvolvimento humano divide esse processo em fases, estágios, posições e organizações, como, por exemplo, as fases de desenvolvimento psicosssexual de Freud, a teoria das posições de Melanie Klein e as fases do desenvolvimento cognitivo de Piaget. Antony (2006) defende que essas divisões dão uma ideia de classificação e hierarquização do processo de desenvolvimento. Para a autora, a Gestalt, por ser embasada em teorias sistêmico-holísticas, compreende o desenvolvimento em sua multidimensionalidade e interdependência, que irão propiciar múltiplas possibilidades de experiências, comportamentos e configurações psicológicas.

Considerando-se os pressupostos de seu campo filosófico (Humanismo, Fenomenologia, Existencialismo), a GT realça a imprevisibilidade e a singularidade das experiências, a possibilidade do novo, a incerteza do curso da vida frente às diversas situações do cotidiano e enfatiza a importância da relação como fundamento último da condição humana. A criança em desenvolvimento, portanto, é fruto das influências ambientais (sociais, culturais), da aleatoriedade dos acontecimentos e das potencialidades [...] herdadas (Antony, 2006, p.2).

Nesse sentido, Aguiar (2005) designa o campo organismo-meio

da criança como constituído por características genéticas e fisiológicas, seu contexto familiar, social, cultural político, geográfico e histórico, além de sua percepção do self, com seus pensamentos, necessidades, fantasias, sentimentos, etc. Assim, de acordo com Berger (2011), toda a expressão advinda da criança fala do todo que ela é, todo este que só existe em interconexão com o meio.

Antony (2006) apresenta um exemplo dessa interconexão entre os elementos constituintes da criança. Para a autora, as modificações estruturais da mente e do corpo da criança acarretam mudanças nas relações com o meio que, por sua vez, influenciam um novo estado de desenvolvimento psicofísico. A criança muda, o meio muda; o meio muda, a criança muda numa relação de correção diante das transformações inevitáveis. Não existe, portanto, parada no desenvolvimento, uma vez que, mesmo que o ambiente permaneça com pouca mudança, a criança está mudando em todas as suas dimensões.

Diante disso, podemos concordar com Soares (2005) em sua afirmativa de que desenvolver-se tem, principalmente, um sentido relacional, na medida em que um indivíduo não se desenvolve sem desenvolver suas relações, sem afetar e sem ser afetado pelo meio. Podemos concordar também com Aguiar (2005), que destaca que, ao falarmos sobre desenvolvimento, estamos nos referindo ao contato, que por sua vez sempre se relaciona com uma mudança no indivíduo. Lembrando que, para a Gestalt Terapia, o contato é a função que sintetiza a necessidade de união e de separação, só existindo, portanto, quando existe fronteira entre dois seres. É por meio do contato que cada pessoa pode se encontrar com o mundo exterior de uma forma provedora (Polster, 1979). Como o contato acontece durante toda a vida de um indivíduo, pode-se concluir que as possibilidades de mudança e transformação também o acompanham por toda a vida, garantindo ao desenvolvimento humano um caráter contínuo, sem prazo de validade.

Outro ponto importante na compreensão gestáltica da infância é a responsabilidade (entendida como habilidade em dar repostas) conferida ao sujeito pelo seu desenvolvimento. Segundo Berger (2011), não se pode ver a criança como um ser completamente frágil e determinado pelas influências do meio ou de suas relações primárias. A criança deve ser compreendida como um ser atuante, que mesmo frágil como no caso de um bebê, pode deixar os pais sem dormir por algumas noites, ou mudar toda a dinâmica de funcionamento de uma casa usando os recursos que lhe são possíveis no momento.

Soares (2005) se refere a essa responsabilidade ao afirmar:

Assim, entendo que desenvolver-se implica em maior consistência na experiência de poder: poder respirar, poder perceber, poder sentir, poder falar, poder calar, poder frustrar-se, poder ver, poder não querer ver, poder envergonhar-se, poder deixar, poder desistir, poder almejar, poder criar-se, poder receber, poder acolher-se, poder parar, poder prosseguir, poder aguardar, aguardar-se, poder cuidar e cuidar-se (p.2).

Assim, podemos identificar como principais contribuições da Gestalt Terapia para a compreensão do desenvolvimento humano: o caráter contínuo e permanente do mesmo, a constituição do todo do organismo, obrigatoriamente, em interação com o meio e a responsabilidade do sujeito pelo seu desenvolvimento.

A infância e seus ajustamentos criativos

Se faltar calor, a gente esquentar

Se ficar pequeno, a gente aumenta

Se não for possível, a gente tenta

Vamos ficar acima, velejar no mar de lama

Se faltar o vento, a gente inventa

Vamos remar contra a corrente

Desafinar do coro dos contentes

Se for impossível, se não for importante

Mesmo assim a gente tenta

(Humberto Gessinger – Pose)

Ao se falar em desenvolvimento humano a partir da Gestalt Terapia, é inevitável e fundamental falar sobre os ajustamentos criativos. Tomando-se como ponto de partida a afirmação de que o desenvolvimento se dá a partir da relação com o meio, o organismo precisa estabelecer um acordo entre si e o meio. Isso significa que o sujeito deve encontrar a melhor forma possível de satisfazer suas necessidades dentro dos limites existentes no meio. Esse processo é denominado “autorregulação organísmica” e, segundo Rodrigues (2009), é uma forma de resolver o evento que se tornou figura naquele momento.

Ainda de acordo com Rodrigues (2009), buscamos o tempo todo essa possibilidade de autorregulação organísmica, equilibrando da maneira que nos for possível as forças existentes no meio do qual fazemos parte. O modo encontrado para se buscar essa autorregulação é o que chamamos de ajustamento criativo. A definição de ajustamento criativo de Ribeiro (2006 como citado em Peruzzo, 2011) trata esse conceito como um processo pelo qual o “corpo-pessoa”, fazendo uso de sua espontaneidade, encontra em si, no ambiente ou em ambos resoluções disponíveis para se autorregular.

Desse modo, para a Gestalt Terapia, o desenvolvimento humano é um processo permanente e contínuo de ajustamentos criativos, processo esse que é mediado pela capacidade de autorregulação organísmica do indivíduo (Antony, 2006). O destaque do ajustamento criativo na infância existe porque, segundo Antony (2009), a capacidade que a criança tem de encontrar formas criativas para enfrentar situações estressantes, hostis ou negligentes é fantástica, visto que a dimensão sensorial/intuitiva predomina em sua existência.

Assim, quando o ambiente não atende as necessidades primárias da criança, esta, para se autorregular, modifica a necessidade original, realizando um ajustamento criativo coerente com as possibilidades de supri-las do meio. A criança saudável deixa-se guiar pela sabedoria de seu organismo, reconhecendo suas necessidades, organizando-as em

ordem de importância e escolhendo a melhor opção possível para cada situação, evitando danos a si e prejuízo nas suas relações pessoais (Antony, 2009)

Aguiar (2005) trata a energia agressiva como um elemento fundamental para o ajustamento criativo. É por meio dela que o sujeito manipula o meio ou a si próprio para satisfazer suas necessidades, destruindo para transformar o ambiente. Segundo a autora, a agressividade precisa ser vista como uma força mais ampla do desenvolvimento, que atua com objetivo de auxiliar o indivíduo a enfrentar dificuldades, a correr riscos, a buscar no meio a sua sobrevivência, etc. É por meio do uso da energia agressiva que o indivíduo vai se afirmando, conquistando o seu espaço, impondo-se perante os outros e satisfazendo suas necessidades.

Para Peruzzo (2011), a necessidade primordial da criança é a de ser confirmada e aceita pelo outro. De acordo com a autora, sendo essa necessidade a prioritária, a criança se utiliza de todos os ajustamentos criativos que lhe parecem possíveis na tentativa de satisfazê-la. No entanto, segundo afirma Barbosa (2011), quando a criança se fixa em uma determinada estratégia de ajustamento criativo, a fluidez da figura-fundo é impedida e as respostas criativas ficam temporariamente bloqueadas, deixando de fazer contatos nutritivos com o meio e fixando-se em uma gestalt continuamente aberta. Antony (2009) chama isso de ajustamento disfuncional.

Um ajustamento disfuncional é saudável até um determinado momento, sendo capaz de ajudar na satisfação das necessidades do organismo. No entanto, quando esse ajustamento se torna a única resposta que o indivíduo consegue dar, surge o sintoma (ajustamento criativo não saudável). Este traz consequências desagradáveis e/ou prejudiciais ao sujeito (Aguiar, 2005).

Assim, adoecer é uma forma de autorregulação que mostra uma personalidade fazendo uso de seus recursos psíquicos particulares para encarar o sofrimento, a dor, a tensão.

Os sintomas surgem como tentativas de ajustamentos criativos, que aparecem para amenizar a angústia e sinalizar que uma necessidade importante está insatisfeita, uma gestalt está aberta. Por conseguinte, é possível perceber que na doença há também uma tentativa de cura, de retorno à saúde e ao equilíbrio (Antony, 2009).

Desse modo, é possível compreender o desenvolvimento humano como uma busca ativa e constante de cada sujeito pela opção (possível dentro dos limites do meio) que melhor satisfaça suas necessidades. Portanto, pode-se pensar que, mesmo na doença, há sempre uma tentativa de resolução saudável das situações vivenciadas, tentativa esta que deve ser explorada quando se trabalha com crianças. É a partir dessa compreensão que o presente trabalho pretende discutir as experiências vividas com as crianças da Girassol – espera-se olhar para o que elas demonstram de mais saudável e criativo.

O trabalho da Gestalt Terapia com crianças

Tendo em vista que o desenvolvimento, para a Gestalt Terapia, é um movimento de sucessivos ajustamentos criativos que resultam em uma constante reconfiguração do self, o trabalho dessa abordagem com crianças (não somente individual, mas também em grupos) pode ser bastante útil para ajudá-las a reconfigurar-se de uma forma que lhes seja mais fluida e saudável (Aguiar, 2005).

Segundo Oaklander (1980), o objetivo do trabalho com crianças é resgatar o fluxo satisfatório do desenvolvimento das mesmas, proporcionando chances de reencontrar a vivacidade e o contato pleno com o mundo, por meio da exploração dos sentidos, do reconhecimento de seu corpo, da identificação, aceitação e expressão de seus sentimentos, da possibilidade de fazer escolhas, expor suas necessidades (e buscar formas de satisfazê-las) e, por fim, aceitar quem ela é na sua singularidade.

No que se refere ao trabalho com grupos, Oaklander (1980) afirma que o processo do grupo é o aspecto mais valioso do trabalho grupal com crianças. O modo como elas reagem e como se relacionam umas com as outras é algo que demonstra claramente suas relações interpessoais em geral. Para a autora, o grupo é um lugar em que a criança pode tomar conhecimento sobre como ela interage com outras crianças, de modo a assumir a responsabilidade pelo que faz e poder experimentar novos comportamentos. Além disso, o contato com outras crianças nestas situações pode ajudar a mostrar à criança que as outras têm sentimentos e problemas semelhantes.

Discussão

As brincadeiras criativas

É só andar pela comunidade Girassol para perceber ajustamentos criativos saltando aos olhos de quem observa atentamente. Em relação às brincadeiras, as crianças da comunidade são também muito criativas. Assim, para dar início à discussão das experiências de estágio vividas neste contexto, serão apresentados alguns exemplos de brincadeiras realizadas pelas crianças, que são entendidas pelos estagiários e supervisores como formas de ajustamentos criativos.

As crianças da Girassol, em geral, não possuem jogos eletrônicos, bonecos falantes, carrinhos de controle remoto, celulares, e toda a sorte de recursos lúdicos e tecnológicos que as crianças de classe média e alta têm acesso. Contudo, isso não as impede de brincar. Pelo contrário, essa "falta" se torna um desafio à imaginação, que, aliada à possibilidade de se brincar na rua, resulta em brincadeiras muito divertidas e criativas. Algumas delas serão relatadas a seguir.

Saltos das alturas:

Enquanto as estagiárias levavam uma menina para casa, algumas crianças brincavam de se jogar de um lugar alto sobre uma pilha de

colchões de espuma velhos. As estagiárias se assustaram, pois um lugar era razoavelmente alto em relação ao tamanho das crianças. No entanto, parecia muito divertido e emocionante, a ponto de deixar uma das estagiárias com muita vontade de experimentar a brincadeira.

Caminhar pelo barranco:

Ao caminharem pela comunidade, os estagiários encontraram um enorme barranco, e, para sua surpresa, crianças (que faziam um passeio com a escola) passavam alegres e saltitantes por cima dele. Um dos meninos contou aos estagiários que era comum que as crianças brincassem naquele lugar, embora fosse perigoso.

Soltar pipa:

Talvez a pipa seja uma das brincadeiras preferidas das crianças desta comunidade. Enquanto se caminha pelas ruas, é só olhar para cima para deparar-se com uma enorme quantidade de pipas, linhas e rabiolas presas nos fios dos postes. Conversando com as crianças, percebe-se que a maioria delas sabe soltar pipa, assim como sabe como fabricá-la. Certo dia, houve um campeonato de pipas na comunidade que, inclusive, os estagiários foram convidados pelas crianças para assistir.

Lutinhas:

Parece que lutar é uma atividade muito apreciada pelas crianças da Girassol, tanto pelos meninos quanto pelas meninas. No recreio da escola, nos grupos dos estagiários e nos relatos das crianças, esse tipo de brincadeira era muito presente. Eram chutes, tapas e socos que, na maioria das vezes, segundo as crianças, não doíam e nem magoavam. Apesar de parecer uma atividade violenta, esta pode ser compreendida também como uma forma de lidar com a energia agressiva (tendo-se em mente a noção de agressividade da Gestalt Terapia). Nesse sentido, pode-se retomar Aguiar (2005), que traz essa energia agressiva como um

modo de afirmação, conquista de espaço, imposição perante os outros e satisfação de necessidades.

A partir disso, pode-se pensar que, no contexto homogeneizante em que vivem estas crianças, o movimento de conquistar um espaço individual, de tentar se colocar como alguém capaz de atingir fisicamente o outro, de dominá-lo, de vencê-lo em uma luta de brincadeira pode ser muito natural e saudável. Para Aguiar (2005), essa energia é essencial para o ajustamento criativo.

Bolinhas de gude, ou bulicas:

Essa é uma brincadeira antiga que ainda se constitui como uma grande diversão para as crianças da comunidade. Nas ruas e na escola, era muito comum encontrar grupos de crianças envolvidas com essa atividade. Olha, professora! Ganhei cinco bulicas hoje. Eu sou o melhor jogador de bulicas da escola! , disse um menino a uma das estagiárias.

Trazendo-se à tona essa temática das brincadeiras, é possível discutir que o brincar é uma atividade mais dependente da criança (com sua criatividade) do que do brinquedo em si. Assim, pode-se pensar que uma pilha de colchões velhos pode ser tão divertida quanto um vídeo game de última geração. Isso se deve à capacidade da criança de se divertir com aquilo que ela tem disponível ao seu redor, portanto, pode-se compreender esse fenômeno também como uma forma de ajustamento criativo da criança ao seu ambiente.

Além disso, de acordo com Furtado (2009), o brincar é uma forma de experimentar o mundo e de aprender mais sobre si mesmo, sendo também um meio pelo qual os sentimentos da criança podem ser elaborados. Por meio da brincadeira, a criança pode experimentar novas formas de ser e estar no mundo. No caso das brincadeiras mencionadas neste trabalho, é possível observar que as crianças experimentam papéis de poder, de sujeitos que vencem desafios e que são capazes de enfrentar o outro. Isso remete à ideia de Soares (2005), que afirma que

desenvolver-se implica uma maior consciência na experiência de poder.

Assim, é possível notar que em todas as brincadeiras aqui descritas há um poder a ser provado e um desafio a ser vencido: um desafio ao outro (como nas brincadeiras de pipa, bolinhas de gude e lutinhas) ou a si mesmo (brincar no barranco, pular nos colchões). Portanto, pode-se enxergar que o ajustamento criativo não está apenas na invenção das brincadeiras com o que há disponível no meio, mas também está na forma de conduzi-la: num ambiente em que as crianças, em geral, são pouco valorizadas, elas encontram uma maneira de demonstrar o seu valor a si mesmas e aos outros.

O poder do NÃO

A partir da convivência dos estagiários de Psicologia com as crianças da comunidade Girassol, verificou-se que muitas delas se mostravam bastante contestadoras e negavam muito daquilo que era proposto a elas. Essa característica aparecia na escola, e causava muito incômodo aos professores. Nos grupos dos estagiários, isso também se manifestava e, por vezes, também incomodava.

Por muitas vezes, os estagiários puderam se colocar no lugar dos professores e compreender o quanto é difícil lidar com crianças que contestam e negam a maior parte daquilo que é proposto, principalmente, quando a proposta é planejada com antecedência e cuidado. A frustração era um sentimento comum, tanto aos professores, quanto aos estagiários.

Contudo, ao se pensar a respeito disso, pode-se perceber que aquelas crianças, em geral, possuíam pouco poder de decisão. Com a escassez de possibilidades de escolha, muitas vezes, sobravam apenas o sim e o não. Ou, quando algumas possibilidades diversas eram dadas pelos estagiários, uma pequena confusão se armava, com opiniões diferentes e irredutíveis. Às vezes, o consenso parecia impossível.

Pensando-se sobre ajustamentos criativos, pode-se entender que esse movimento de dizer um não irredutível,

e de defender fervorosamente uma opinião distinta dos demais pode ser muito saudável. Afinal, essa é uma forma de agarrar com unhas e dentes a possibilidade de se diferenciar, de se afirmar como um sujeito único, que merece ser ouvido e cuja opinião deve ser levada em conta.

Quando um ambiente não favorece a expressão da individualidade da criança, dando pouca importância ao que ela pensa, sente e deseja, ela pode encontrar sua maneira (muitas vezes desagradável aos olhos dos adultos) de experimentar o seu direito de escolha. Essa atitude também pode ser considerada um ajustamento criativo, afinal, nada pode ser mais saudável e criativo do que aceitar e exercer a singularidade.

A partir dessa compreensão do fenômeno, é possível encontrar a criança atuante descrita por Berger (2011), aquela que não é apenas frágil e determinada pelo meio, mas que também o determina e reivindica sua participação no mesmo. No caso da negação, percebe-se a criança que luta para colocar sua opinião, para ser ouvida e respeitada em suas preferências, ao invés de aceitar passivamente tudo o que o meio lhe propõe.

Contudo, havia crianças em que essa forma se apresentava tão cristalizada que podia até mesmo ser encarada como um sintoma. Eram crianças que contestavam o tempo todo, que negavam tudo o que lhes era proposto. Elas geravam um grande desconforto aos professores, coordenadores pedagógicos e estagiários. Porém, é preciso lembrar que, conforme afirma Antony (2009), o sintoma aparece como uma tentativa de ajustamento criativo, como forma de aliviar a angústia e apontar que uma necessidade importante não está sendo satisfeita. Neste caso, é possível supor que a angústia de não ser ouvida e a necessidade (extremamente insatisfeita) de ser aceita em sua individualidade levam a criança a estar no mundo de uma forma muito contestadora e negadora, e essa se torna, de acordo com Aguiar (2005), a única resposta que o sujeito consegue dar.

É importante ressaltar, que esse tipo de ajustamento não é exclusivo

das crianças da comunidade Girassol, nem das crianças de comunidades carentes em geral; da mesma forma que também não significa que todas as crianças da comunidade apresentem essa característica. O que se quer examinar neste tópico é que este tipo de reação (negação, contestação) pode ser compreendido como um apelo pelo direito de ser ouvida, apelo este que pode ser observado em algumas crianças desta comunidade e que, da mesma forma, pode ser observado em outras crianças de outras localidades e classes sociais.

Xingamentos

Desde o primeiro encontro com o grupo de crianças, pode-se perceber que os xingamentos são um fenômeno muito presente no dia-a-dia delas. Ao final deste primeiro encontro, uma das crianças chegou a pontuar que não gostou de ver todos xingando uns aos outros. Algumas crianças concordaram e prometeram se esforçar para que isso não ocorresse mais. No entanto, uma parte das crianças não concordou com a proposta de parar com os xingamentos e afirmaram que continuariam a fazer isso. E continuaram.

Expressões como: "burro", "baleia", "ET", "gorducho", "olhão", "esquisito", etc, eram algumas das mais frequentes. Esse comportamento gerava um grande incômodo nos estagiários. No entanto, as crianças, em geral, não pareciam se importar com os xingamentos que davam e recebiam. Assim como as brincadeiras de luta, que geralmente não machucavam, os xingamentos pareciam não ofender. A impressão causada nos estagiários era de que, para algumas daquelas crianças, era difícil reconhecer algo de positivo no outro. Portanto, repetia-se aquela forma de olhar para o outro a partir das características negativas do mesmo.

Ao se tentar entender o que há de criativo e saudável neste fenômeno, é possível formular algumas especulações. Em primeiro lugar, a partir da convivência com as crianças dos grupos, pode-se perceber que muitas delas apresentam uma baixa autoestima. Para algumas, é difícil se reconhecer como alguém bom, bonito

e/ou capaz de realizar coisas boas. Com isso, o comportamento de diminuir o outro pode ser compreendido como uma tentativa de não se sentir menor, de "nivelar-se" com seus semelhantes. Portanto, se o xingamento for utilizado como uma estratégia de afastar um sentimento de menos valia, pode-se entendê-lo como um ajustamento. Contudo, é preciso ter cuidado em chamá-lo de criativo, uma vez que sua existência acaba dificultando, ou até mesmo impedindo, o contato. Para Barbosa (2011), quando a estratégia de ajustamento criativo se torna fixa, a criança perde a fluidez do processo de figura-fundo, deixando de fazer contatos nutritivos com o meio. De qualquer maneira, o caráter de "tentativa" de ajustamento criativo não pode ser negado, assim como a estratégia de proteger-se dos xingamentos, não sendo afetado por eles, também pode ser considerada uma tentativa de ajustamento saudável.

Por meio do conceito de projeção, é possível compreender esse fenômeno de forma mais completa. De acordo com Rodrigues (2009), a projeção é um ajustamento, que pode ser saudável ou não, no qual a pessoa não reconhece que são suas próprias ideias ou fantasias que estão sendo percebidas, reconhecendo-as como advindas do meio. A partir disso, é possível pensar que, ao encontrar em si características condenáveis, a criança pode lançá-las para o outro, para poder criticá-las sem maiores danos a si mesmo. Assim, se a criança se sente burra, por exemplo, pode criticar e desprezar a burrice do outro, ao invés de admitir que detesta o fato de se sentir burra. A opção pelo outro como alvo da crítica parece mais segura e menos dolorosa para si.

Com isso, pode-se resgatar a afirmação de Peruzzo (2011) de que ser confirmada e aceita pelo outro é a necessidade primordial da criança. Se isso não ocorre da forma que ela necessita, se o ambiente não a aceita e a confirma do jeito que ela é, ela precisa garantir, pelo menos, que não seja rejeitada. Para afastar o medo da rejeição, decorrente de suas características negativas, ela as projeta no outro, numa tentativa de aliviar os sentimentos negativos em

relação a si mesma. Isso remete à ideia de Antony (2009), de que, quando a criança não tem suas necessidades básicas atendidas (no caso, "ser aceita"), ela modifica a necessidade original (transformando-a em "não ser rejeitada"), ajustando-a às possibilidades do meio. Portanto, o que se pode considerar como saudável aqui não é o comportamento de xingar o outro, mas a tentativa de buscar uma estratégia de enfrentamento daquilo que se apresenta como uma necessidade e, não sendo isso possível, a tentativa de modificar a necessidade na busca de sua satisfação.

Considerações finais

A partir do referencial teórico da Gestalt Terapia e da experiência de estágio com crianças na comunidade Girassol, foi possível construir uma nova visão acerca do desenvolvimento infantil. Pode-se compreendê-lo como um processo dinâmico, contínuo e cheio de energia canalizada para a autorregulação.

Foi possível, também, entender a capacidade de ajustamento ao ambiente como uma condição presente em todo ser humano, de qualquer idade, cultura, etnia ou classe social. No entanto, foi dado um enfoque no período da infância, num contexto de vulnerabilidade social e econômica. Esse foco teve como objetivo desnaturalizar o olhar sobre as crianças carentes como sujeitos "problemáticos", algumas vezes vistos como completas vítimas da sociedade, e, outras, como completos culpados por seus comportamentos. Ao se propor a compreender o desenvolvimento a partir dos seus ajustamentos criativos, desejou-se discutir a completa indissociabilidade entre o sujeito e seu meio, resultando em um processo dinâmico de influências entre um e outro. Assim, temos um meio que impõe algumas condições, e um sujeito que é ativo em sua procura sobre o que fazer nestas condições, de forma a satisfazer suas necessidades a partir do que é possível no momento.

Xingar, contrariar, se arriscar e uma infinidade de outros comportamentos que puderam ser

observados durante o estágio são produtos de uma complexa rede de relações entre organismo e meio, que não podem ser analisados sobre uma única direção. Portanto, não se devem considerar vilões ou mocinhos, culpados ou vítimas, mas sujeitos em busca de equilíbrio e felicidade. E isso não vale apenas para crianças de uma comunidade carente, mas para todo e qualquer ser humano, em toda e qualquer situação.

Referências:

- Aguiar, L. (2005). Gestalt Terapia com Crianças. Campinas: Editora Livro Pleno.
- Antony, S. (2006). A criança em desenvolvimento no mundo: um olhar gestáltico. IGT na Rede, Rio de Janeiro, 3 (4).
- Antony, S. (2009). Os ajustamentos criativos da criança em sofrimento: uma compreensão da Gestalt Terapia sobre as principais psicopatologias da infância. Estudos E Pesquisas Em Psicologia, 9 (2), 356-375.
- Barbosa, P. (2011). A criança sob o olhar da Gestalt Terapia. IGT na Rede, 8 (14), 2-22.
- Berger, A. S. S. (2011). Uma conversa sobre a visão holística na Gestalt Terapia e sua influência na forma de ver o cliente e o trabalho psicoterápico. Congresso de Psicologia da UNIFIL. Londrina, 23-29.
- Furtado, C. N. (2009) Polaridades: estudo de caso na clínica infantil. (Monografia de Especialização em Psicologia Clínica) - Comunidade Gestáltica: Clínica e Escola de Psicoterapia, Florianópolis, 44 f.
- Oacklander, V. (1980). Descobrindo Crianças. São Paulo: Summus.
- Peruzzo, G. (2011). Os ajustamentos criativos no desenvolvimento infantil: uma revisão gestáltica. IGT na Rede, 8 (15), 369-399.
- Polster, E. & Polster, M. (1979). Gestalt Terapia Integrada. Belo Horizonte: Interlivros.
- Rodrigues, H. E. (2009). Introdução à Gestalt Terapia: Conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Soares, L. L. M. (2005). Um convite para pensar sobre desenvolvimento em Gestalt Terapia. IGT na Rede, 2 (3), 1-5.

Mariane Comelli dos Santos é psicóloga formada pela Universidade Federal de Santa Catarina em 2012/2.

PROCESSO E ELABORAÇÃO DE PERDAS SOB A PERSPECTIVA DA GESTALT TERAPIA

Por Caroline Schmitz Cardoso

RESUMO

As perdas são processos constituintes da vida de todo indivíduo, e por mais doloridas que possam ser, são necessárias para o crescimento. O olhar direcionado à perda, ou o que aprendemos nas nossas construções, irá embasar o impacto que ela possui no nosso cotidiano, e até mesmo em situações mais definitivas como a morte. Este artigo traz uma discussão teórica sobre a perda e o olhar dado pela Gestalt Terapia sobre esta elaboração. Grande parte das publicações propõe discutir a perda personificada na figura da morte, entretanto surgiu o questionamento sobre como se dá o desenrolar e o impacto das perdas, não só a morte, mas também as perdas mais primordiais e cotidianas na vida do indivíduo; em consonância com a interação da teoria da Gestalt Terapia com esse processo assim como a significância que pode ter o desenvolvimento de um luto saudável pautado em um olhar atento para as perdas. A Gestalt Terapia na sua atuação propõe o resgate do saudável com o dar-se conta das possibilidades de atuação, da capacidade de discriminar as escolhas que o indivíduo assume e de se responsabilizar por elas. Sendo assim, a individualidade por si só não basta, somos interdependentes do meio, e esta forma única do indivíduo se relacionar com o meio constrói o impacto que as perdas vão surtir no seu desenvolvimento.

Palavras-chave: Perdas. Luto. Gestalt-Terapia. Processo.

ABSTRACT

Losses are constituent processes of the life of every individual, and however painful that may be needed for growth. The gaze directed at loss, or what we learned in our buildings, will back up what impact it has on our daily lives, and even more definitive in situations like death. This article presents a theoretical discussion of the losses in the Western context, and the look given by Gestalt therapy on the development. Much of publications propose to discuss the loss personified figure of death, but from the assumptions above came the questions about how is the progress and impact of losses, not only death but also the most basic and daily losses in life individual, in line with the interaction of the theory of Gestalt therapy with this process. Just as the significance that may have the development of a healthy grief ruled a look at significant losses. Gestalt therapy in his performance of the proposed rescue with healthy to realize the possibilities of avoidance, the ability to discriminate the choices that individuals assume and take responsibility for them. Thus, selfhood itself is not enough, we are interdependent in the middle, and this unique form of the individual to relate to the way that builds the impact that losses will result in its development.

Key-words: Losses. Grief. Gestalt Therapy. Process.

INTRODUÇÃO

Quando mencionado, o luto muitas vezes é reportado àquela elaboração da morte de um ente querido, entretanto, é ele muito mais abrangente em nossa vida. Dá-se na elaboração de uma perda significativa, podendo ser ela personificada em um ente querido, em seres que impactaram no desenrolar das relações, como de todo e qualquer causador impactante que se separa, se ausenta.

As perdas vêm através do desenvolvimento natural do indivíduo que ao passar de uma fase a outra faz o fechamento de uma etapa que ficou para trás; um adulto, por exemplo, tem a perda da infância, o idoso da juventude, e assim por diante. Essas "mortes" se referem a transições de períodos do desenvolvimento e separação ou ausência de pessoas significativas. Sendo assim, a forma

como são elaboradas reflete na concepção do luto.

Não só através do desenvolvimento como em cada escolha que firmamos a perda faz parte do processo. Uma escolha trás consigo uma renúncia e com a renúncia a perda de algo por outro, sem necessariamente ter conotação fatalística, mas de término, de fechamento de algo para possibilidade da emergência de outro. O olhar direcionado à perda, ou o que aprendemos nas nossas construções, irão embasar o impacto que ela possui no nosso cotidiano, e até mesmo em situações mais definitivas como a morte.

Nos primórdios dos nossos relacionamentos estabelecemos os primeiros laços afetivos que se dirigem aos nossos cuidadores e desde então já estabelecemos nossos primeiros contatos com a perda daqueles que se ausentam

do cuidado. Nossas necessidades são sanadas em consonância com a disponibilidade do outro e limites de contato se confrontam com a satisfação de necessidades. A angústia da separação já sinaliza uma perda, mesmo que temporária e a comunicação que for estabelecida neste momento será de primordial importância para a significância que isso terá em nossas vidas. A forma como as crianças aprendem a lidar com as perdas simbólicas que fazem parte da vida de todo ser humano referem à transição de períodos de desenvolvimento e separação ou ausência de pessoas significativas.

A elaboração dessas perdas, sejam elas da intensidade que for, se desenrola acessando fundos de gestalten que foram abertas e fechadas, co-dados de como fomos aprendendo em nossas vidas a finalizar as situações que inevitavelmente tem um fim. Estas elaborações trazem em

si o contexto em que nos inserimos, desde o cultural até o mais singular círculo familiar.

A Gestalt Terapia irá permear toda interlocução do tema pela proposta do resgate do saudável, da espontaneidade, que acessa fundos para trazer a fronteira de contato possibilidades de crescimento sempre em interação como meio. A construção da perda e seus desdobramentos nas relações do indivíduo vistas por um prisma gestáltico pressupõem a existência de um outro, da interdependência campo/organismo e suas repercussões no aqui-e-agora, trazendo sempre as relações de contato estabelecidas e a responsabilização do indivíduo.

Por interdependência campo/organismo entende-se essa interação do organismo com o ambiente, não apenas física, mas também social e cultural. Onde o campo existe sempre em relação à, e os elementos que o compõem pertencem ao campo; estão submetidos às forças desse campo e também atuam de modo criador e ativo. Organismo/ambiente deve ser entendido como relativo aos fenômenos que se desenvolvem entre um dado organismo e seu ambiente, entre um indivíduo e o que ele não é. O organismo é aqui estabelecido como um princípio organizador, elemento referente; o ambiente é a outra parte do campo, e o próprio organismo está incluído no campo. (Robine, 2006).

Grande parte das publicações propõe discutir a perda personificada na figura da morte, entretanto surgiu o questionamento sobre como se dá o desenrolar e o impacto das perdas, não só a morte, mas também as perdas mais primordiais e cotidianas na vida do indivíduo; em consonância com a interação da teoria da Gestalt Terapia com esse processo, assim como a significância que pode ter o desenvolvimento de um luto saudável.

As primeiras perdas

Quando nascemos deparamo-nos com uma dentre as nossas muitas dificuldades: tornar-se um ser a parte. Ser capaz de exteriormente se defender sozinho, e interiormente se sentir separado, precisamos superar

perdas, mesmo que balanceadas pelos ganhos, quando nos afastamos do cuidador. Entretanto, quando não bem elaborado, o preço desse abandono, perda e separação pode ser muito alto. (Viorst, 1986). Para a Gestalt Terapia, quando o indivíduo não consegue identificar a barreira que o separa do meio, quando sente que ele mesmo e o meio são um e não consegue distinguir as partes do todo, está em confluência com o meio. (Perls, 1988). A confluência estabelece uma base frágil para o relacionamento uma vez que dois indivíduos não podem ter exatamente a mesma mente. (Polster & Polster, 2001).

Em um estado patológico da confluência o indivíduo não consegue discriminar o que é dele e o que é do outro. Não sabe onde começam a terminam estas barreiras e, por isso, não consegue sequer fazer contato consigo mesmo e discriminar as suas necessidades, sinalizando assim uma interrupção de contato. (Perls, 1988). Freud (como citado em Brún 2003) corrobora com o tema ao afirmar que "a fronteira entre o luto e a melancolia é estreita, quando a perda do objeto transforma-se em perda do eu" (p.22). A perda, para a criança nas primeiras etapas do desenvolvimento ou quando em confluência patológica, é sentida como perda permanente. A criança só começa a compreender que a mãe está viva e que vai voltar com uma elaboração saudável desta confluência. (Viorst, 1986). Entretanto, se a infância constitui-se em uma série de separações, elas deixam cicatrizes profundas e atacam o elo mãe e filho que ensina que somos dignos de ser amados. (Viorst, 1986). A forma como são "tratadas" essas mortes simbólicas reflete na concepção da morte real e concreta, que representa a realidade única e absoluta, onde nada mais se pode fazer.

Em casos de confluência patológica os antídotos são o contato, a diferenciação e a articulação. Com estes fatores combinados o indivíduo passa a experienciar suas escolhas, necessidades e sentimentos sem coincidir com os de outras pessoas. Por contato entende-se não apenas união ou intimidade, mas a pré-condição para o crescimento. Não é

uma característica da qual tenhamos constante consciência, mas é na fronteira de contato que o indivíduo experiencia o "eu" em relação ao "não-eu". (Polster & Poslter, 2001). Todo contato é dinâmico e criativo, e é através do dinâmico processo figura-fundo que o contato permite crescimento e assimilação. (Perls, Hefferline & Goodman, 1997).

As perdas e ausências vivenciadas pela criança contribuem para a formação da concepção de morte e sua elaboração. A omissão dos pais, ou a figuração sobre o tema, provoca mais sofrimento e confusão para a criança que tenta entender o que está acontecendo ao perceber as mudanças que a morte ou perda provoca no meio em que ela vive. O sofrimento não pode ser silenciado, a experiência de perda provoca na criança o medo da sua morte e dos que convivem com ela, e é nesse contexto que o apoio e explicação por parte da família é essencial.

Processo e elaboração das perdas

Vivemos situações de perda não só através da morte, como também em situações de abandono, mudanças e separações. "Essas perdas são parte da vida – universais, inevitáveis, inexoráveis. E essas perdas são necessárias porque para crescer temos de perder, abandonar e desistir." (Viorst, 1986). Sejam as perdas necessárias, ou as que colocam o indivíduo em situação patogênica, percebe-se um alto nível de ansiedade e mais especificamente da morte mesmo sendo ela inevitável; entretanto, o impacto continua significativo e muitas vezes desenvolve estados que paralisam.

A perda não deve ser silenciada com o objetivo de poupar a criança, pois acaba impedindo-a de se expressar no luto, criando o receio de perguntar a respeito de tal acontecimento, podendo gerar também sentimento de solidão e medo de perder pessoas significativas. (Berthoud, Felizari, Morth & Soares, 1996).

O homem necessita de contato, não vive só, seja fisiológica ou

psicologicamente, a perda e a seguinte elaboração do luto acessa fundos e muitas vezes desencadeia dores de perdas mal elaboradas, de gestalten abertas que mechem no todo. Na Gestalt Terapia se considera que a pessoa expressa-se holisticamente, o que significa que ela expressa por si tudo o que ela é, inclusive sua forma distorcida de se relacionar com o mundo. Através de suas funções de contato, a pessoa se expressa ao mundo, inclusive quanto às dificuldades ou impossibilidades momentâneas de fazer contato com ele e com o que há de novo nele. (Rodrigues, 2009).

Uma situação inacabada, ou gestalt aberta, é toda experiência que clama por fechamento; são movimentos que não são completados e que buscam naturalmente por um fechamento, por uma autorregulação organísmica, por equilíbrio. O processo homeostático, ou autorregulação organísmica, caracteriza-se por manter o equilíbrio do indivíduo e sua saúde através da satisfação das suas necessidades, mesmo em condições adversas. Uma vez que as necessidades estão constantemente emergindo e elas perturbam o equilíbrio, este é um ciclo constante que pode perdurar por toda a vida. Quando o indivíduo permanece num estado de desequilíbrio por muito tempo e é incapaz de satisfazer as suas necessidades, sinaliza um estado não saudável. (Perls, 1988).

A necessidade de uma estabilidade após cada situação de perda, experienciada como desequilíbrio, demonstra a capacidade do ser humano de fazer, desfazer e refazer, de compor, descompor e recompor, de lidar com problemas e soluções, de se fragilizar e se fortalecer e de encontrar caminhos onde não pareciam existir. (Dudenhoeffer, 2010). Para que a satisfação de necessidades ocorra, fechando uma gestalt e permitindo a emergência de outras, o indivíduo deve ser capaz de manipular a si e ao meio, pois a satisfação das necessidades só ocorre no campo (Perls, 1988).

As gestalten abertas sinalizam situações inacabadas, para Yontef (1998) "Gestalt incompleta é um assunto pendente que exige resolução. Normalmente, isso

assume a forma de sentimentos não resolvidos expressos de maneira incompleta". E é nessa maneira de estar que o indivíduo passa a acumular despedidas mal feitas, olhares mal dados para vivências de perdas. Geralmente o que foi vivido só é realmente fechado quando se retoma uma vivência no aqui e agora, que toque no fundo de dor e facilite a awareness. (Dudenhoeffer, 2010). A despedida assume papel relevante no fechamento de fatos e situações vividas no dia a dia; a despedida passa a ser um processo e não mais um ato isolado. As desapercibidas pequenas perdas, emergem e tornam-se figuras, em um movimento próprio apresentam uma articulação de tempo e espaço. Focando naquilo que não se tem mais, apresenta-se uma predisposição para se despedir, fechar a gestalt que necessita ser vivida intensamente e rápida, pois não há mais tempo para ser perdido e os adiamentos deixam de fazer parte da rotina. (Dudenhoeffer, 2010).

Uma Gestalt é uma forma, uma configuração, o modo particular de organização das partes individuais que entram em sua composição. A premissa básica da Psicologia da Gestalt é que a natureza humana é organizada em partes ou todos, que é vivenciada pelo indivíduo nestes termos, e que só pode ser entendida como uma função das partes, ou todos dos quais é feita. (Perls, 1988).

Do fechamento das situações inacabadas depende o processo de luto saudável. Num indivíduo saudável os processos de formação e destruição de gestalten são contínuos, as interrupções de contato em vivências de perdas muitas vezes atuam na interrupção do nosso fluxo auto-regulativo, impedindo-nos de viver plenamente o momento presente. As perdas ocorrem, quando saudáveis, de modo fluido, fazendo parte da interação organismo/meio. No fechamento de uma gestalt, aquela interação finaliza e o indivíduo em determinada escala vivencia uma perda. Quando saudável e bem elaborada como parte da autorregulação organísmica, permite a abertura de novas gestalten e seu posterior fechamento; quando não saudável a forma se cristaliza, a perda

clama por fechamento, podendo potencializar a dor e tocar em fundos que trazem dores de perdas anteriores que ainda clamam por uma melhor forma de fechamento.

Para a Gestalt Terapia a saúde seria a capacidade de reconhecimento do indivíduo em manter-se em contato com o contexto, de ter a capacidade de optar sobre a melhor forma e o melhor momento de efetuar suas trocas dentro de um processo de escolha espontâneo. (Rodrigues, 2009).

O organismo reage como um todo as situações experienciadas no meio em interação com o fator emocional. Desta forma, os fatos psicológicos devem ser tratados em consonância com os do organismo. A autorregulação organísmica seria a procura do organismo por uma conclusão da excitação. (Rodrigues, 2009). A autorregulação envolve tanto o aparato psíquico, quando o organismo biológico em si para o fechamento de situações que ficaram abertas; quando tocamos em uma parte, tocamos no todo.

Quando vividas em plenitude as situações de perda facilitam o contato, a proximidade da dor propicia o ajustamento criativo. (Dudenhoeffer, 2010). O que passou deixa a sua marca no presente e essa presença existe mesmo que este passado tenha sido esquecido ou não esteja constantemente consciente (Rodrigues, 2009) ou aware para o indivíduo. Corroborando Polster & Polster (2001), "a awareness é um meio contínuo para manter-se atualizado com o próprio eu", a awareness é um processo de estar em contato vigilante com os eventos do campo organismo/ambiente com apoio sensorio-motor, emocional, cognitivo e energético. (Yontef, 1988).

Perdas atuais tocam em fundos de perdas anteriores que possam não ter sido bem elaboradas, o não saudável estaria na confluência com esta perda, onde o indivíduo dá respostas antigas a um evento novo, não se atualiza, não cresce e potencializa ainda mais a sua dor. A Gestalt considera o homem no campo e seu comportamento conseqüentemente faz parte e é reflexo dessa interação; sendo esse

campo altamente mutável, que constantemente se renova fruto da sua própria natureza. Suas formas de interação devem ser também fluidas e mutáveis. (Perls, 1988).

Quando o indivíduo se torna incapaz de alterar suas técnicas de manipulação e interação desenvolve-se os ajustamentos neuróticos. A repetição não significa necessariamente que a ação é a mesma, mas na neurose o indivíduo afunila em uma única saída e dá uma mesma resposta (repetição) para diferentes situações. Este é um momento em que indivíduo encontra-se cristalizado, fica menos capaz de ir ao encontro de qualquer de suas necessidades de sobrevivência. (Perls, 1988). Para Perls, Hefferline & Goodman (1997) a neurose surge do resultado de interrupções do ciclo de contato e da perda das funções de ego do self. Por self entende-se o sistema de contatos presentes e o agente de crescimento do organismo no meio.

Em situações de contato o self é a força que forma a gestalt no campo, é o processo de figura/fundo em situações de contato. Quando interagimos, o self está operando de formas diferentes, através da função id, ego e personalidade (uma função está mais emergente que a outra dependendo da dinâmica). Por id entende-se a indiferenciação no processo de formação da figura, onde o self está em relaxamento para algo que captura a espontaneidade. A personalidade é a forma pela qual o organismo assimila as vivências e como engloba o meio. Já função ego seria justamente a atualização nas escolhas e rejeições na experiência de contato. Na neurose o que deveria ser rejeitado, ou transformado, é aceito passivamente e a interrupção de contato passa a ser uma defesa do self no sentindo de se manter íntegro e tentar finalizar uma gestalt que clama por fechamento.

A confluência, em um processo de contato saudável, pressupõe uma espontaneidade, existe uma curiosidade de não haver à priori, possibilitando a emergência do excitamento. Essa ausência de fronteira vivida momentaneamente até o indivíduo ser tocado por algo

que o excita, é parte integrante dos desdobramentos de formação figura e fundo saudáveis.

Entretanto, na confluência em um processo neurótico, o indivíduo está em uma indiferenciação organismo/ambiente (Robine, 2006). Na continuidade deste processo de contato, quando a situação se apresenta e o indivíduo não consegue responder de acordo com a sua excitação e necessidade genuína, passa a responder com o que vem do meio, mas que não é assimilado. Na neurose o indivíduo tem uma inversão dos afetos ao priorizar o que vem de fora, não significa como sendo do meio, e sim como se fosse seu o que vem do meio, caracterizando assim uma introjeção patológica.

Corroborando Robine (2006), a introjeção quando saudável é um processo de apropriação que leva a uma assimilação e construção de sentido, ou a constituição de um introjeto. A introjeção é o processo, enquanto que o introjeto é o conteúdo. Em oposição, em um processo patológico de introjeção o indivíduo evita a agressividade necessária para desestruturar aquilo que existe neutralizando sua existência, de modo que as coisas como se apresentam tornam-se invioláveis e o indivíduo a aceita tal qual ela lhe chega. (Polster & Polster, 1979).

Em um processo de elaboração de perda os introjetos advindos dos jargões de "nos manter centrados", ou de "levantar a cabeça e seguir em frente" potencializam a dor pela falta de confirmação no meio. Ao se tornar uma elaboração não saudável, estes introjetos de que não se deve chorar, sofrer ou elaborar o luto de forma muita "prolongada", impedem o indivíduo de dar vazão a sua dor e avaliar as possibilidades de fechamento para esta situação.

O próprio desejo não pode ser reconhecido, assumido, desdobrado. A introjeção consiste em deslocar o instinto ou apetite potencial, e adotar o desejo do outro, o sentido oferecido pelo outro para a experiência em substituição à construção do seu próprio desejo ou sentido. O afeto é invertido antes mesmo de ser reconhecido e, portanto, experienciado. (Robine, 2006, p.121).

Uma vez que o indivíduo não entra em contato com as reais necessidades que tem de fechamento para aquela perda, projeta no meio o sentimento de evasão. Quando o indivíduo já está imerso em um processo mal elaborado da sua perda surge, neste momento, o sentimento de raiva, inveja, revolta e ressentimento da perda de algo culpabilizando o meio que o serviu de introjeções. Corroborando Perls (1988), na projeção o indivíduo desloca a barreira com o meio a seu favor de forma que seja possível negar e não aceitar as partes da sua existência que considera difícil. Uma perda pode ser uma parte difícil de acessar, principalmente se elaborada dentre processos interrompidos. Sem suporte o indivíduo projeta no meio a perda, a dor, o medo, esperando se livrar das suas introjeções imaginárias.

Por não conseguir identificar sua necessidade genuína e partir para uma má elaboração de seus processos, neste caso presente a perda, o indivíduo se utiliza da agressão não manifesta no processo para voltar-se contra si mesmo. O medo da perda despertou uma angústia, uma destruição que se volta para o único objeto disponível: o próprio indivíduo. (Robine, 2006).

Quando o indivíduo retroflete um comportamento, trata a si como gostaria de tratar a situação; a energia que antes estava sendo canalizada fora é focada no próprio indivíduo que se coloca no lugar do meio como alvo de comportamento. (Perls, 1988). Neste sentido, a elaboração da perda pode vir acompanhada do desenvolvimento várias formas de somatização, como o alcoolismo por exemplo.

Para que o contato final seja alcançado, deve haver uma elaboração do processo. Na finalização de um ciclo de contato saudável, o indivíduo prioriza a sua parte no meio para se lançar na complementação do contato, para possibilitar a emergência de uma nova figura de forma espontânea. Entretanto, no processo não saudável, "a aproximação do contato final é de tal forma ansiogênica que o egostimo é utilizado como freio último para evitá-lo" (Robine, 2006, p.132), ou seja, é uma forma

de manipulação do meio para que o indivíduo seja priorizado ao controlar o aparecimento do novo, manipular de forma que isto não aconteça. Em uma perda é comum que o egotismo seja uma forma de controle para que a emoção não venha a campo; é uma forma de se assegurar que a entrega ao processo de elaboração não é "precoce" e manter seguro o medo da perda do afeto.

Frente a situações intoleráveis que não podem ser evitadas, o self através da função ego, prioriza a necessidade de sobrevivência em detrimento de um crescimento harmonioso gerando então o processo da neurose. A necessidade de sobreviver age como força propulsora em todos os seres vivos e demonstram sempre duas tendências: sobreviver como indivíduos e espécie e crescer. (Perls, 1988). O relacionamento tem origem no contato e é por meio dele que as pessoas crescem e formam identidades, e a Gestalt Terapia se propõe a ajudar o paciente a desenvolver o seu próprio suporte para o contato ou afastamento. (Yontef, 1998).

Uma perda que clama por uma melhor forma de fechamento, mal elaborada, pode impedir o crescimento, a atualização. Qualquer organismo vivo tem de crescer e atualizar-se, ajustando-se criativamente ao meio com o qual se relaciona. Esta é sua tendência natural, na qual ele se vê implicado com o mundo, mas na qual muitas vezes também se vê interrompido. Restabelecer esse fluxo vital encontra-se no cerne da Gestalt Terapia, que a denomina de awareness, termo que não se faz traduzir bem por nenhum outro em nossa língua, mas que diz respeito a uma espécie de consciência orgânica. (Cavanellas, 1998).

Awareness é o tornar-se consciente, "quando o indivíduo é capaz de escolher e organizar a própria existência de maneira significativa." (Yontef, 1998, p.19). Como propõe Robine (2006) "A awareness é figura sobre um fundo. [...] É esse conhecimento imediato que torna possível a criação figura/fundo. [...] É um tipo de consciência de campo". É tornar-se consciente.

O ajustamento é o processo que propuliona a interação entre as necessidades do organismo e os estímulos do ambiente. A necessidade busca por um objeto, por uma resposta do ambiente; a criação refere-se à descoberta de uma nova forma de integração a partir desses dados presentes. Ajustamento e criação são pólos necessários um ao outro para que se estabeleça o equilíbrio saudável e dinâmico do organismo. (Robine, 2006).

O processo de ajustamento criativo compreende agressão e destruição das velhas estruturas para que uma nova configuração possa existir, possibilitando desta maneira que as formas antigas sejam destruídas no interesse do novo contato. Sem a agressão, a satisfação passa a não ser sentida, podendo provocar medo, interrupção e ansiedade a partir dos ajustamentos neuróticos. É o medo da agressão, destruição e perda que resulta em agressão e destruição voltada para dentro. (Perls, Hefferline & Goodman, 1997).

Ajustamentos neuróticos são aqueles onde o indivíduo está cristalizado numa forma antiga, obsoleta, para atuar frente ao novo, incapaz de ir ao encontro de suas necessidades. (Perls, 1988). Como coloca Viorst (1986) "amores, ilusões, dependências e expectativas impossíveis, das quais todos nós temos de abrir mão para crescer" (p. 244). Ainda citando a autora "vivemos de perder, abandonar e desistir [...] a perda é sem dúvida uma condição permanente da vida humana" (p.244) e o modo como esta elaboração vai se desenrolar depende da singularidade, fundos e história construída por cada qual. Entretanto parece haver um padrão para o processo de luto, elaboração da perda, de um adulto (Viorst, 1986).

A primeira reação a uma notícia de perda muito significativa, como a morte, por exemplo, vem com a negação, utilizada por pacientes saudáveis ou não para lidar com a situação dolorosa e desagradável. "A negação funciona como um pára-choque depois de notícias inesperadas e chocantes, deixando que o paciente se recupere com o tempo, mobilizando outras medidas menos radicais".

(Kubler-Ross, 2000, p.44). A negação é uma medida temporária, sendo logo substituída por uma aceitação parcial.

Quando a negação não pode mais ser sustentada surgem os sentimentos de raiva, revolta, inveja e ressentimento. Esta raiva não é direcionada e projeta-se no meio. (Kubler-Ross, 2000). Como indivíduo e meio são parte constituintes de um todo, o campo, nenhum deles pode ser responsabilizado pelas doenças do outro, pois ambos estão doentes. (Perls, 1988). Em uma projeção não saudável negamos as partes que consideramos difíceis e deslocamos ao mundo. "Em vez de ser um participante ativo de sua própria vida, aquele que projeta se torna um objeto passivo de sua própria vida, aquele que projeta se torna um objeto passivo, vítima das circunstâncias." (Perls, 1988, p.50).

Em uma tentativa de adiar a perda, associada a uma culpa interior, o indivíduo passa para uma fase curta e temporária de barganha, tentando prolongar o seu estado anterior à perda com promessas de bom comportamento, geralmente dirigidas a Deus. Entretanto, quando a perda fica muito evidente e impossível de contorná-la o indivíduo cai em grande tristeza, em depressão pelas despedidas de sonhos, planos, vivências significativas que não mais serão realizadas no seu imaginário pela ausência de constatação real no aqui e agora.

Quando o indivíduo consegue externar todos os sentimentos de negação, raiva, barganha, tristeza para superar cada estágio que a elaboração do luto propõe ele atinge a aceitação e passa a elaborar suas despedidas e partida. (Kubler-Ross, 2000).

Segundo Dudenhoefter (2010), na terapia com o foco na abordagem gestáltica propicia-se o aparecimento dos mais diversos sentimentos até que seja possível atingir o que é impossível, o perdido, o que já não se tem mais, o que deixou de existir. Reconhece-se o limite estabelecido e vislumbra-se o possível, abre-se a possibilidade de seguir com uma nova situação reconfigurada, colocando o que antes era falta como possibilidade presente.

Considerações finais

A Gestalt Terapia propõe o resgate do saudável com o dar-se conta das possibilidades de atuação, da capacidade de discriminar as escolhas que o indivíduo assume e se responsabilizar por elas. Sendo assim, a individualidade por si só não basta, somos interdependentes do meio, e esta forma única do indivíduo de se relacionar com o meio e que constrói o impacto que as perdas vão surtir no seu desenvolvimento.

A singularidade do indivíduo se expressa no momento da ação no mundo, e se esta forma de atuar no campo se repete, há interrupção de contato, podendo confluir com perdas anteriores e potencializar ainda mais a sua dor ou paralisá-lo de outras formas, que quando não saudáveis o impedem de elaborar essas perdas contínuas e necessárias.

Contínuas, pois estão ocorrendo a todo o momento com a abertura e o fechamento de gestalten e com as escolhas que são feitas a cada segundo. Necessárias, uma vez que são as perdas que sofremos, que também optamos por sofrê-las por sermos partes integrantes do campo, nos possibilitam crescimento. Só existe aquilo que cresce e só cresce aquilo que existe. Por isso é importante ter um olhar cuidadoso para existência do indivíduo e as perdas que delas fazem parte para o desenvolvimento de um luto saudável.

Para isto, a Gestalt Terapia propõe o desenvolvimento de suporte para que o indivíduo possa entrar em contato e entrar em contato com os aspectos que ainda causam sofrimento. As perdas precisam deste olhar para serem compreendidas, trabalhadas, e se for o caso, fechar a gestalt como um processo saudável.

De acordo com Dudenhoefter (2010, p.6), "Humanos que somos fugimos das perdas porque elas nos apontam a finitude, o nunca mais. O homem desenvolve várias maneiras de suavizar as despedidas, das mais simples nem nos damos conta, não fomos criados para perder."

Referências

- Berthoud, C. M. E., Felizari, C. O., Morth, M. M. & Soares, D. B. (1996) Desenvolvimento cognitivo da concepção de morte em crianças de 4 a 7 anos. *Revista Biociências*, Taubaté, v.2, n.1, p.69-79.
- Brun, D.(2003). A relação da criança com a morte: paradoxos de um sofrimento. *Revista Psychê*, São Paulo, n.12, p.12-25.
- Cavanellas, L.B. (1998). *A Gestalt Terapia no envio da modernidade: teoria e técnica no confronto da dor*. Universidade do Estado do Rio de Janeiro: Rio de Janeiro.
- Dudenhoefter, M. C. (.n.d). Da perda a saudade: a despedida enquanto processo. Disponível em: <<http://www.laboratoriogestaltico.uerj.br/index2.html>>. Acesso em 23 de maio de 2010.
- Kovásc, M. J. (1992). *Morte e desenvolvimento humano*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Kubler-Ross, E. (2000). *Sobre a morte e o morrer*. São Paulo: Martins Fontes.
- Perls, F. Hefferline, R. & Goodman, P. (1997). *Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus.
- Perls, F.(1988). *A abordagem gestáltica e a testemunha ocular da terapia*. Rio de Janeiro: Editora Guanabara.
- Polster, E. & Polster, M. (2001). *Gestalt terapia integrada*. São Paulo: Summus.
- Robine, J.M.(2006). *O self desdobrado: perspectiva de campo em Gestalt-Terapia*. São Paulo: Summus.
- Rodrigues, H. E. (2009). *Introdução à Gestalt-Terapia: Conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica*. Rio de Janeiro: Vozes.
- Viorst, J. (1986). *Perdas necessárias*. São Paulo: Melhoramentos.
- Yontef, G. M. (1998). *Processo, diálogo e awareness*. São Paulo: Summus.

Caroline Schmitz Cardoso é Psicóloga(UFSC)eAdministradora (UDESC). Especializando-se em Psicologia Clínica/Gestalt-Terapia (Comunidade Gestaltica), consultora em Gestão de Pessoas.

“LEVANTA, SACODE A POEIRA E DÁ A VOLTA POR CIMA”: UM DIÁLOGO ENTRE CONCEITOS DA GESTALTTERAPIA E DE RESILIÊNCIA

Por Luciane Pereira dos Santos Santana

RESUMO

O presente artigo propõe uma revisão de literatura com vistas a uma articulação teórica entre o conceito de resiliência e alguns conceitos fundamentais da Gestalt Terapia como: awareness, contato, fronteira de contato e ajustamento criativo. De acordo com a literatura pesquisada, não existe consenso para a definição de resiliência. Esse “terreno”, instável e em construção, acaba por despertar grande interesse em muitos pesquisadores. No entanto, justamente por estar em dinâmica construção e formulação a ideia e compreensão do que é resiliência, há de se ter cautela principalmente quando as ciências humanas utilizam um conceito da Física para explicar um fenômeno psicológico. O levantamento literário permitiu melhor compreensão dos fatores que envolvem a resiliência, assim como o aprofundamento acerca dos conhecimentos da Gestalt Terapia.

Palavra chaves: Gestalt Terapia, Resiliência, Awareness, Fronteira de Contato.

ABSTRACT

This article proposes a revision of the literature on the theoretical articulation between the concepts of resilience and some fundamentals pertaining to Gestalt Therapy, such as: awareness, contact, frontiers of contact and creative adjustment. According to existing research and literature, there is no existing consensus for the definition of resilience. This academic “terrain” is unstable in its defining construction, as it awakens a great interest in many researchers. Nonetheless, it is exactly because of the continuing dynamic construction, growing formulation of ideas and comprehension, which the concept of resilience encompasses, that it needs to be principally approached with caution from a human sciences perspective, which uses Physics to explain this psychological phenomenon. The increasing literature on this subject has permitted a better comprehension of the factors that involve resilience and therefore a better understanding regarding the knowledge of Gestalt Therapy.

Keywords: Gestalt Therapy, Resilience, Awareness, Frontiers of Contact.

INTRODUÇÃO

O momento histórico atual é marcado por grandes transformações tecnológicas, econômicas, culturais, sociais e pela ocorrência frequente de catástrofes ambientais. O homem atual vive um processo dinâmico neste ambiente e contexto, assumindo uma postura criativa, de modo que flexibilidade, adaptação ou ajustamento são necessários para o prosseguimento do curso vital.

Segundo Barlach (2005), as pesquisas voltadas para o campo da resiliência humana buscam a compreensão do motivo pelo qual algumas pessoas, frente a condições adversas, desenvolvem-se ou crescem satisfatoriamente, enquanto outras cedem e se vitimizam chegando a desenvolver patologias. As pessoas consideradas resilientes sobressaem-se, aparentemente, aos limites da condição humana.

De acordo com Barlach (2008), o entendimento do fenômeno resiliência parece relativamente

simples, no entanto não está muito clara a sua definição, nem o seu significado psicológico. Rodríguez (2005, como citado em Barlach, 2005, p.6) afirma que resiliência “é um fenômeno fácil de entender, mas difícil de definir e impossível de ser medido ou calculado exaustivamente”. Para Barlach (2008), essa afirmação é um ponto de interesse crucial dos pesquisadores que fazem uso do conceito de resiliência como referencial para pesquisas em um campo ainda instável. Barlach (2008) se refere a esse campo metaforicamente como “semelhante à areia movediça”.

Embora a produção acadêmica a respeito do fenômeno resiliência seja extensa em outras áreas da Psicologia, como na recente Psicologia Positiva, fundada por Martin Seligman no final da década de 90, em Gestalt Terapia há pouca literatura acerca desse fenômeno. Apesar disso, percebem-se algumas semelhanças entre os fundamentos da Gestalt Terapia e a compreensão de resiliência. Uma base

comum, por exemplo, é que o campo de estudos da resiliência, assim como a abordagem gestáltica, também se utilizou da articulação teórica entre os conhecimentos psicológicos e as Ciências Exatas como a Física, para auxiliar o entendimento e a construção de seus conceitos. Em Gestalt Terapia pode-se perceber, principalmente, essa articulação na teoria de campo de Kurt Lewin, que, segundo Yontef (1988), é fundamental para a construção da metodologia da Gestalt Terapia.

Assim como alguns conceitos psicológicos da Gestalt Terapia, o conceito de resiliência não está esgotado ou acabado, e pode ser explorado pelas Ciências Humanas, não apenas no sentido de defini-lo, mas também de aprofundar o entendimento do processo de resiliência. A compreensão da forma como se dá o processo possibilita maior exploração da pluralidade desse fenômeno, ampliando as possibilidades de atuação e intervenção no campo das Ciências

Humanas, e, especialmente, em Psicologia.

O objetivo do presente artigo não é aprofundar ou esgotar o assunto, mas fomentar reflexões em busca de melhor compreensão que é resiliência e como ela pode ser articulada com os conceitos fundamentais da Gestalt Terapia: *awareness*, contato, fronteira de contato e ajustamento criativo. A proposta é apresentarmos conceitos da abordagem gestáltica, segundo o referencial teórico pesquisado, e, ao final, identificar as semelhanças entre a resiliência e a Gestalt Terapia.

Um pouco de história

Segundo Rodrigues (2007), Frederick S. Perls foi o primeiro autor da Gestalt Terapia. Perls, quando psicanalista, deparou-se com algumas limitações na sua prática clínica e desenvolveu divergências teórico-metodológicas em relação à Psicanálise. Em decorrência disso, lançou o livro *Ego, Hunger and Aggression* (*Ego, Fome e Agressão*), em 1942, na África do Sul e em 1947, na Grã Bretanha, com o objetivo inicial de fazer uma revisão da teoria de Freud. No entanto, por controvérsias com alguns fundamentos da teoria psicanalítica, essa obra levou Perls a romper com o modelo e com o *meiopsicanalítico*. A partir desse rompimento, Perls estava livre da rigidez do arcabouço teórico da psicanálise. Isso lhe possibilitou investir na estruturação de um novo campo clínico, que nomeou de "Gestalt". Em 1951, nos EUA, conjuntamente com Paul Goodman e Ralph Hefferline, publicou "Gestalt Therapy, a primeira obra eminentemente gestalista.

"A Gestalt Terapia baseia-se em uma teoria que prega o envolvimento do indivíduo e sua responsabilidade diante do mundo e de si mesmo." (Robine, 2006, p. 96).

Quanto ao objetivo da Gestalt Terapia, Yontef (1998) traz a seguinte afirmação de Laura Perls (1973):

O objetivo da Gestalt Terapia é o continuum da *awareness*, a formação continuada e livre de Gestalt, onde aquilo que for o principal interesse e ocupação do

organismo, do relacionamento, do grupo ou da sociedade se torne Gestalt, que venha para o primeiro plano, e que possa ser integralmente experienciado (reconhecido, trabalhado, selecionado, mudado ou jogado fora etc.) para que então possa fundir-se com o segundo plano (ser esquecido ou assimilado e integrado) e deixar o primeiro plano livre para a próxima Gestalt relevante. (Perls, 1973, p. 2, citada por Yontef, 1998, p.31)

Nos dizeres de Ribeiro (1985), "Toda e qualquer forma de psicoterapia oculta e revela, ao mesmo tempo, uma teoria do homem." (p.17). De acordo com Ribeiro (1985) a psicoterapia busca um sistema de comportamento, por meio do ser humano, do seu agir, do seu pensar. Cria uma estrutura ou sistema que aponta para linhas mestras do modelo vivencial de cada sujeito. Ao mesmo tempo, o que é próprio de um homem, feitas as devidas ressalvas, pode aplicar-se a outros homens. "Nesse sentido, o indivíduo é também um universal" (Ribeiro, 1985, p. 17).

Conceitos da Gestalt Terapia

Awareness

De acordo com Yontef (1998), "Awareness é o processo de estar em contato vigilante com o evento mais importante do campo indivíduo/ambiente, com total apoio sensoriomotor, emocional, cognitivo e energético" (p. 31). Segundo o mesmo autor, fazemos parte da *awareness* o processo de conhecimento do próprio controle, a responsabilidade, e a escolha pelo próprio sentimento e comportamento, ou seja, a *awareness* é acompanhada por aceitação. Isso implica literalmente em *resposta-habilidade*, *habilidade* para responder, de forma a não ser passivo frente à determinação do próprio comportamento. Outro importante aspecto da *awareness* é que ela acontece sempre no aqui-e-agora e está constantemente mudando, evoluindo, e se transcendendo. (Yontef, 1998).

Contato

"O organismo tem tanta necessidade psicológica como fisiológica de contato; ela é sentida cada vez que o equilíbrio psicológico é perturbado, assim como as necessidades fisiológicas são sentidas sempre que o equilíbrio fisiológico é alterado" (Perls, 1988, p. 22).

O conceito de contato é extremamente rico e complexo. Ribeiro (1997, p. 15) destaca que "seu universo é o universo da totalidade. Ele inclui tudo, porque tudo está em relação, afetando a natureza das coisas. A natureza, dita viva ou morta, é contato e, nesse sentido, existência e contato se confundem." Ribeiro (1997) afirma que é por meio do contato que se segue o fluxo de figura e fundo, isto é, o caminho de formação e destruição de novas *gestalten* em um processo infinito de renovar-se.

Segundo D'Acri, Lima e Orgler (2007), o casal Polster contribuiu significativamente com a definição do conceito de contato. De acordo com Polster e Polster (2001, como citados por D'Acri, Lima e Orgler, 2007, p. 60) "a mudança é resultado inevitável do contato, à medida que ocorrem a assimilação do que é nutritivo e a rejeição do que é nocivo." E ainda, referente ao contato:

Só pode acontecer entre seres separados, que precisam ser independentes e sempre se arriscam a ser capturados na união. No momento da união, o senso mais pleno que um indivíduo tem de si mesmo é movido rapidamente para uma nova criação. (Polster; Polster, 2001, p. 112)

Silveira (2012) esclarece que o fenômeno do contato é o que decorre da relação de *awareness* do ser singular com o ambiente. Relação essa que ocorre desde o processo de separação do organismo em relação ao ambiente protetor para o aberto, composto, diversificado e rico em surpresas. "Cada um faz contato com o mundo de uma maneira singular. [...] No contato ocorre o encontro de singularidades" (Silveira, 2012, p.21). Para Polster e

Polster (2001, p.114), "ver ou ouvir não são uma garantia de um bom contato, é mais o modo como vê ou ouve que determina um bom contato". Em Perls, Hefferline e Goodman (1997), todo contato é dinâmico e criativo, porém o contato não pode aceitar passivamente a novidade simplesmente ajustando-se a ela, porque a novidade precisa ser assimilada de uma boa forma. Perls, Hefferline e Goodman, como citado em Polster e Polster (2001), referem-se ao contato da seguinte forma:

[...] fundamentalmente, um organismo vive em seu ambiente ao manter suas diferenças, e mais importante, ao assimilar o ambiente em suas diferenças; e é na fronteira que os perigos são rejeitados, os obstáculos são superados e as coisas assimiláveis são selecionadas e integradas. (Perls, Hefferline e Goodman, 1951, citado por Polster & Polster, 2001, p.113.).

Fronteira de contato

"A fronteira de contato é o ponto em que o indivíduo experiencia o "eu" em relação ao não "eu". (Polster & Polster, 2001, p.115). Fronteira é aquilo que diferencia e ao mesmo tempo separa. Na fronteira ocorre a interação entre organismo e seu meio, de modo que, sem deixar de ser quem é, o organismo se modifica e se transforma pelo contato que estabelece com o que ele não é (D'Acri, Lima & Orgler, 2007). É na fronteira de contato organismo/meio que acontece a preservação ou a transformação que conduz à construção dos mundos próprios a cada momento (Silveira, 2012). Silveira esclarece que mundo próprio é o território vital construído, tanto por meio da culturalização dos sentidos, quanto das percepções e desejos na relação com o ambiente.

Segundo Cardella (2002):

É na fronteira de contato que podem ocorrer mudanças e transformação do indivíduo. É também na fronteira que se dão as obstruções, os impedimentos

e as confusões eu-outro, que dificultam o processo de crescimento da pessoa e que, portanto, são trabalhados num processo psicoterapêutico que visa, por intermédio do desenvolvimento do auto-suporte do cliente, restabelecer o fluxo de seu crescimento. (p.49).

De acordo com Robine (2006), Perls e Goodman compreendem que a experiência está situada na fronteira de contato, entre ambiente e organismo. "O fenômeno que se manifesta nessa fronteira constitui o que eles chamam de "contato": O contato é awareness do campo ou resposta motora nesse campo" (Robine, 2006, p. 76).

Ajustamento criativo

Perls usou o termo ajustamento criativo para descrever a natureza do contato que o indivíduo mantém na fronteira entre organismo e meio, com vistas a sua autorregulação frente a situações diversas. (D'Acri, Lima & Orgler, 2007). Em D'Acri, Lima e Orgler (2007, p. 21) "O ajustamento criativo torna-se fundamental para a autorregulação humana."

Para Frazão (1998, como citado em Dondé, 2004, p. 21), ajustamento criativo é o que a Gestalt Terapia chama de "a capacidade de interagir ativamente com o ambiente na fronteira de contato, adaptando quando necessário a demanda das necessidades às possibilidades de atendimento do ambiente". Na visão de Perls, Hefferline e Goodman (1997), "o processo de ajustamento criativo a novos materiais e circunstâncias compreende sempre uma fase de agressão e destruição, porque é abordando, apoderando-se de velhas estruturas e alterando-as que o dessemelhante se torna semelhante" (p.47).

Por meio do ajustamento criativo, o sujeito é modificado pelo meio, ou, a partir do contato com o ambiente, ele se transforma (Robine, 2006). Para o autor, quando Perls e Goodman acrescentaram a qualidade de "criativo" ao ajustamento, eles evidenciaram que o homem ao

mesmo tempo é criador do mundo, ele transforma o mundo (Robine, 2006). Para Cardella (2002), "O simples ajustamento isento de criatividade levaria também a uma simples acomodação aos padrões e às exigências do meio, assim como a criatividade destituída de ajustamento poderia levar o indivíduo a um anarquismo desprovido de funcionalidade." (p. 53).

"Nós nos nutrimos do ambiente-como-um-todo, mas colocamos o nosso foco em determinados objetos que convêm aos nossos interesses" (Silveira & Peixoto, 2012, p. 73). Segundo Silveira e Peixoto (2012) "O interesse que move cada pessoa num determinado ambiente é o motor que dá movimento ao processo de regeneração" (p.74). Perls e Goodman, como citado em Silveira e Peixoto (2012) apresentam a questão das recomposições do campo e suas relações com o ajustamento criativo no momento em que discutem que a criatividade se define quando ela não está continuamente destruindo e assimilando o que está disponível no meio, isso acontece porque a criatividade não é mais objeto de interesse.

Para Silveira e Peixoto (2012), é na relação de um dado acontecimento, valendo-se, até certo ponto, de sua potência agressiva que o organismo se regenera criativamente. Essa potência agressiva caminha lado a lado com a criatividade rumo à transformação. "Não existe ajustamento criativo sem o movimento de destruição e assimilação do material disponível no ambiente" (Silveira & Peixoto, 2012, p. 77).

Podemos entender que esse processo demanda um ajuste criativo, não apenas como adaptação, mas uma adaptação criativa do sujeito com seu meio de acordo com as suas possibilidades. Esse processo afeta tanto o sujeito e o seu meio possibilitando um crescimento. O indivíduo busca satisfazer suas necessidades, solucionar seus problemas por meio do ajustamento criativo para que seja possível sanar sua necessidade ou sofrimento momentâneo.

E a resiliência?

Barlach (2008) esclarece que a palavra resiliência ou resilio, originária do latim, significa retornar a um estado anterior. De acordo com Faria e Saraiva (1967, 2000), como citado em Brandão, Mahfoud e Gianordoli-Nascimento (2011), a resiliência seria "derivada de re(partícula que indica retrocesso) e salio (saltar, pular), significando saltar para trás, voltar saltando" (para. 11). Esse conceito foi aplicado inicialmente às Ciências Exatas. Brandão et al. (2011) apresenta a definição da Física do conceito de resiliência como a capacidade do material absorver energia na região elástica, sendo estaregiãocapaz de retornar à sua forma original após o cessar da sua deformação. Beer e Johnston (1981, 1989), como citado em Brandão et al. (2011), explicam que "a capacidade do material estrutural suportar um impacto sem ficar deformado permanentemente depende da resiliência" (para. 12, grifo do autor). A teoria da resiliência na Física é, portanto, a teoria que assegura a propriedade que o corpo tem de retornar ao seu estado inicial quando a força que o oprime cessa (Vergara, 2008).

Segundo Brandão et al. (2011), a Engenharia faz uso da resiliência em módulo para calcular a quantidade limite de energia que um material pode suportar antes de regressar ao seu estado inicial. Essa noção tem relação com o limite da elasticidade do material. Em Brandão et al. (2011), a origem da definição tem desdobramentos a começar pela transposição do conceito da Física. Conforme esse autor, com a tomada do conceito de resiliência da Física, alguns cuidados são necessários como, por exemplo, o entendimento de limite de elasticidade do material. Uma das concepções psicológicas de resiliência tem mais a ver com o limite da elasticidade do material do que com a resiliência da Física. De acordo com Brandão et al. (2011), se os pesquisadores optarem por observar "como as pessoas se abalam, se transformam sob uma pressão e se recuperam posteriormente, eles deveriam estudar a elasticidade (psicológica) humana". (Brandão et al. 2011, para. 15)

Outra área em que o conceito de resiliência é bastante utilizado é na Administração. Vergara (2008) pontua que a resiliência na Administração é fundamentada basicamente na Psicologia Positiva. Conforme Vergara (2008), "os estudos em administração também veem resiliência como um processo, que varia com o tempo e com as circunstâncias" (para. 25). A mesma autora afirma que, ao longo do tempo, as pessoas adquirem habilidades para identificar o que é estressante, e de avaliar a ação dos outros. Vergara (2008) observa que as pessoas também vão adquirindo a competência de recuperar o equilíbrio de suas vidas à medida que vão sendo bem sucedidas, por meio da maneira que elas tratam as adversidades.

As ciências humanas transportaram e adaptaram o termo resiliência da Física. Desde então, "o conceito tem sido utilizado para descrever a capacidade que um indivíduo ou grupo de indivíduos, mesmo num ambiente desfavorável, tem de se construir ou se reconstruir positivamente frente às adversidades" (Barlach, 2008, para. 4). Essa afirmação corrobora com visão de Resende, Ferreira, Naves, Arantes, Roldão, Sousa, & Abreu, (2010), apontando que "em Psicologia, a definição de resiliência não é tão clara e precisa quanto na Física, mas seu conceito tem o caráter de possibilitar a superação das adversidades." (Resende et al., 2010, para. 8).

De acordo com Rutter e Zomignani (1990, 2002) como citado em Vergara(2008), resiliência é "a propriedade que a pessoa tem, não de voltar à sua forma original como os objetos da física, mas de minimizar ou dominar os efeitos nocivos da adversidade, em uma resposta ao risco" (para. 19).

Podemos inferir que esse entendimento acerca do termo resiliência sugere que ela é "construída" no indivíduo frente à experiência de uma situação traumática. O fenômeno resiliência "não ocorre apesar da adversidade, mas em função dela, e todo e qualquer indivíduo, portanto, tem potencial para ser resiliente" (Barlach, 2005, p. 40). Ribeiro, Mattos, Antonelli, Canêo, e Júnior (2011) esclarecem

que a definição do fenômeno da resiliência é "um conjunto de forças psicológicas, biológicas e sociais que ajudam o sujeito a enfrentar situações adversas em situações de mudança" (Ribeiro, et al., 2011, para. 28). O mesmo autor destaca que, assim como o conceito de estratégias de enfrentamento, o fenômeno da resiliência é compreendido como "relacionado à qualidade de vida e permeado por questões subjetivas e contextualizadas dentro da história do indivíduo." (Ribeiro, et al., 2011, para. 28)

"A resiliência se configura como processo de natureza interativa, de forma que o conjunto composto por fatores de risco e de proteção está na base de seu desenvolvimento." (Ribeiro, et al., 2011, para. 29). Dessa forma, podemos dizer que o conceito de resiliência, considerando a perspectiva da interação entre indivíduo/ambiente, sugere uma compreensão dinâmica a respeito dos fatores de risco e proteção, de modo que a postura resiliente demanda um equilíbrio entre esses fatores. (Ribeiro, et al., 2011). Ribeiro et al. (2011) explicam que, tanto os fatores de risco quanto os de proteção podem exercer uma influência mútua ao longo do tempo, assim como sua origem pode ser de origem interna ou externa.

Conforme Ribeiro (et al., 2011), inicialmente o foco das pesquisas compreendendo o conceito de resiliência concentrava-se em determinados traços da personalidade, assim como no desenvolvimento saudável em condições adversas. De acordo com os avanços nas pesquisas acerca da resiliência, outras variáveis foram consideradas, como a vulnerabilidade dos sujeitos em situações traumáticas, assim como o desenvolvimento da resiliência nos sujeitos, o que passou a ser incongruente com a ideia inicial de conceber resiliência com um "traço da personalidade". Na atualidade, a visão predominante, liderada por Luthar, Cicchetti e Becker (2000), Masten (2001) e Waller (2001), como citado em Barlach(2008), é de que a resiliência é um fenômeno tratado como um processo multidimensional e dinâmico.

Conforme Costa e Bigras (2007), "em diferentes momentos, o indivíduo pode ser vulnerável a uma determinada circunstância e resiliente a outra, a depender dos fatores de risco e de proteção existentes e das interações que se desenvolvem entre o indivíduo e o ambiente" (para. 24).

O desenvolvimento é um processo contínuo de adaptação (assimilação e acomodação) entre indivíduos e seus ambientes, condição que impõe ao estudo desse fenômeno uma abordagem contextualizada, considerando sempre o ecossistema constituído pela díade composta pelo ser humano e seu meio. Esta visão é oposta aos estudos que entenderam a resiliência como um resultado decorrente de traços de personalidade, pois este enfoque enfraquece a participação do contexto na produção da resiliência (Barlach, 2008). Em Barlach (2008), o equilíbrio – alcançado pelos indivíduos assim denominados resilientes – só pode ser explicado por uma perspectiva que incorpore, em suas análises, a interação dinâmica entre sistemas.

A falta de consenso na literatura não permite conclusões unívocas, confirmando que se trata de um campo de investigação que se encontra em formação.

Estresse e a resiliência

O estresse é um aspecto relevante a ser considerado no entendimento de resiliência, visto que a própria definição de resiliência faz alusão, mesmo que de forma indireta, ao conceito de estresse, quando faz uso de palavras como adversidade, risco, fatores internos e externos. Percebe-se estreita ligação entre estresse e resiliência, pois tratam de fenômenos relacionados.

Mas o que realmente é estresse? Qual sua origem? É possível vivermos sem estresse? Atualmente, é comum ouvirmos no dia a dia queixas referentes ao estresse. E, geralmente, quando empregado popularmente no nosso cotidiano, a concepção de estresse tem conotação negativa.

Assim como a resiliência, o conceito de estresse originou-se nas Ciências Exatas, mais especificamente

na Física. De acordo com Oliveira e Bardagi (2009), "o termo estresse tem sua origem na física e é entendido como o grau de deformidade que uma estrutura sofre, quando é submetida a um esforço" (para. 2). A partir desse conceito, segundo Rossi (1994); Oliveira e Bardagi (2009), o Doutor Hans Selye, considerado o cientista pioneiro no entendimento do estresse, criou o modelo clássico dividido em três fases: de alerta, de resistência e de exaustão ou esgotamento. Selye define o estresse como "qualquer pressão imposta à pessoa. Essa pressão pode ser de origem física, psicológica ou psicossocial" (Rossi, 1994, p. 26).

Segundo Martins (2006), a fase inicial é a de alarme. É o estágio onde "o corpo e todo o metabolismo sofrem uma aceleração diante de um estímulo (condição) estressor (a)" (p. 5); Para Lipp (2000), como citado em Oliveira e Bardagi (2009), nessa fase a pessoa está mais motivada para a ação, portanto se caracteriza como um estresse positivo. A resistência ou estresse contínuo, segundo Martins (2006), "é o período no qual o indivíduo procura se adaptar ao estresse" (p. 5); a última fase é a da exaustão, e ocorre quando os estímulos estressores permanecem (Martins, 2006). Em Oliveira e Bardagi (2009), a fase da exaustão é a pior e mais negativa, porque ocorre um desgaste físico causando um grande desequilíbrio interno (homeostase).

Em resumo, o estresse provoca uma necessidade de adaptação do organismo, onde acaba requerendo um esforço físico e mental. Se este processo permanecer por muito tempo, o organismo alcança a fase de resistência. Se não for revertido, chega próximo à sua exaustão, causando problemas como gastrite, queda de cabelo, falhas de memória, depressão episódica, ansiedade, crises de pânico, entre outros. O estresse pode tanto proteger o indivíduo no alerta a situações de perigo, como também, prejudicar no caso de sobrecarga. Em algumas situações o indivíduo vive o que chamamos de Estresse Agudo, quando é incapaz de lidar com

situações muito intensas para ele e tende a reações que geralmente o afastam da realidade como desorientação, diminuição da atenção, estreitamento do campo da consciência, agitação, hiperatividade e amnésia. (Martins, 2006, p. 4)

Viver sem estresse é um mito, porque a nossa atuação depende do estímulo do estresse, no entanto, a ausência do estresse ou seu excesso podem comprometer a saúde (Rossi, 1994).

Discussão

O campo das ciências psicológicas, para explicar alguns de seus conceitos, acaba por se conectar e familiarizar de alguma forma com alguns pensamentos das Ciências Exatas como a Física. Assim como o conceito da resiliência em psicologia foi desenvolvido a partir do conceito de resiliência física, a Gestalt Terapia também foi "beber" da fonte dos conhecimentos teóricos da Física. Como exemplo dessa aproximação e interface entre os conceitos da Gestalt Terapia e as ciências exatas pode-se citar a teoria de campo de Kurt Lewin. Ressalvas precisam ser feitas ao se transpor o conceito de resiliência dos materiais, proveniente da Física, para a área das Ciências Humanas e da Psicologia, pois, sob o enfoque psicológico, resiliência precisa ser compreendida como um processo no qual existe uma complexidade e multiplicidade de fatores e variáveis que precisam ser levados em conta nos estudos deste fenômeno. O que pode ser feito são alusões à referência e apontamentos conceituais a respeito das definições, tomando o devido cuidado com as particularidades de cada ciência. A cautela faz-se necessária no sentido de que o ser humano é um ser vivo com particularidades, que vive em um determinado tempo e local, e, diferente do objeto material seria impossível o sujeito regressar a sua forma primeira exatamente.

A partir dos cuidados necessários e entendimento dos conceitos de resiliência da Física e do conceito de resiliência aplicado à Psicologia, infere-

semetaforicamente que a tensão/pressão com a deformidade do material teria uma correspondência com relação à situação de risco, ao estresse, experiência adversa, e suas respostas fariam uma correspondência com a awareness, adaptação e ajustamento criativo do sujeito.

De acordo com Brandão et al. (2011), há de se considerar a importância da origem da definição do conceito de resiliência, porque é a partir do seu entendimento que as ações e o uso do conceito resiliência vão se desdobrar. Por exemplo, as pesquisas que têm o objetivo de extrair o máximo de pessoas bem adaptadas frente às adversidades ou a situações estressoras vão focar na resistência ao estresse ou nas pessoas que já passaram por essas vivências e se recuperaram. Já as pesquisas baseadas nos estudos de resiliência acerca da recuperação e superação focariam nas pessoas mais fragilizadas, e o objetivo seria de tornar essas pessoas mais fortes.

Em Perls (1988), para que um indivíduo feche uma Gestalt, satisfazendo suas necessidades, possibilitando a passagem ao próximo assunto, ele deve ter a capacidade de manipular a si próprio e ao seu ambiente, porque até mesmo as necessidades exclusivamente fisiológicas só podem ser satisfeitas frente à interação organismo com o ambiente. Conforme esse entendimento, o indivíduo resiliente precisa estar aware frente à situação adversa ou estressora, percebendo seu meio externo e interno (emoções, sensações no momento presente) de modo que seja possível, a partir do seu autossuporte, manipular a si mesmo e ao seu meio. Por mais difícil que seja a situação, a Gestalt está aberta e ele vai procurar de alguma forma um fechamento (fechar essa Gestalt).

O campo da resiliência, como exposto anteriormente nesse artigo, encontra-se em processo de exploração, no entanto, há de se ter cautela quanto ao emprego de conceito de resiliência em "todos" os contextos. Por exemplo, no mundo do trabalho atual, percebem-se muitas empresas que, na moda do desenvolvimento

dos colaboradores, têm feito uso de treinamentos para motivar e aumentar a produção, sem considerar outros fatores a respeito do colaborador, como a qualidade de vida. A atenção nesse sentido refere-se ao limite entre o abuso de poder e a sobrecarga de trabalho. É necessário cautela para evitar o modismo no mundo organizacional.

Na visão da Gestalt Terapia, o homem é um ser de possibilidades em movimento e livre para fazer escolhas, que necessita de contato desde o início da vida. Segundo Ribeiro (1997), há muitos escritos sobre a palavra contato, mas poucos a respeito do conceito de contato. Essa característica se assemelha com a dificuldade de definir o significado de resiliência. Barlach (2005) esclarece que "embora o sentido do fenômeno da resiliência seja relativamente simples de captar (intuitivamente), sua definição e significado psicológico são inequívocos" (p. 6), é um conceito fácil de entender, mas difícil de definir.

Para que a pessoa tenha uma postura resiliente, precisa fazer contato com a situação adversa. Esse contato para a Gestalt Terapia, segundo Frazão (1999), como citado em Lima (2008), dá-se por meio das funções de contato: visão, audição, olfato, fala e movimento. "É através das funções de contato que nossa percepção se organiza e nossos sentimentos adquirem possibilidade" (Lima, 2008, p. 121). Na resiliência, o sujeito vai ampliar a awareness de si e do meio, contactando o meio de uma forma positiva, experienciando suas fronteiras de contato. Para Polster e Polster (2001), independente do que a awareness possa revelar, ela é um fator decisivo no processo do desenvolvimento de um novo comportamento.

Na resiliência, a mudança é um resultado inevitável, da mesma forma que acontece no contato. Precisa ocorrer uma assimilação do que é nutritivo e a rejeição do que é nocivo (D'Acri, Lima & Orgler, 2007). A pessoa precisa verificar qual é a sua realidade (as dificuldades sentidas e as informações recebidas) e, dentro disso, verificar o que é possível e o que é inviável. Para Yontef (1988), crescimento

requer autossuporte, e isso pede identificação do próprio estado, o que significa "conhecer sua experiência, comportamento e situação presente" (Yontef, 1988, p. 138).

Silveira (2012) afirma que "cada um faz contato com o mundo de uma maneira singular. [...] No contato ocorre o encontro de singularidades" (p. 21). Essa afirmação de Silveira corrobora com o entendimento do conceito de resiliência no sentido de que ela também ocorre de maneira singular. A postura resiliente está ligada, de certa forma, à historicidade de cada um. De acordo com a literatura pesquisada, a resiliência pode ocorrer tanto de "dentro para fora", como um traço da personalidade, ou de "fora para dentro" desenvolvido após a adversidade ou no decorrer da dificuldade, dependendo da historicidade do indivíduo.

Barlach (2005) afirma que a pressão rotineira vivenciada no dia a dia nos grandes centros urbanos do século XXI demanda certa competência adaptativa, semelhante àquela competência apresentada frente às catástrofes naturais ou desastres socioambientais relatados por pesquisadores da resiliência. Percebe-se que essa afirmação se assemelha com o entendimento de homeostase, autorregulação orgânica e ajustamento criativo que fundamentam a abordagem gestáltica.

De acordo com Rodrigues (2007), "buscamos o tempo todo tal possibilidade de autorregulação orgânica, equilibrando da maneira que nos for possível as forças existentes no meio do qual fazemos parte" (p. 81). Com base nos estudos para esse artigo, percebe-se que a autorregulação orgânica corresponde a uma forma que o organismo interage com o meio para que possa se atualizar, considerando e respeitando a sua natureza. De certa forma, o sujeito procura buscar manter seu equilíbrio por meio do processo homeostático.

Segundo Perls (1988) "O processo homeostático é aquele pelo qual o organismo mantém seu equilíbrio e, conseqüentemente, sua saúde sob condições adversas" (p. 20).

Perls (1988) sugere que "poderíamos chamar o processo homeostático de processo de auto-regulação, processo pelo qual o organismo interage com seu meio" (p. 21). No ajustamento criativo o sujeito é agente da sua vida, ele interage de forma criativa estabelecendo contato com seu meio e transformando-se.

Como exemplo da demanda da "competência adaptativa", termo empregado por Barlach (2008), pode-se citar a doença, e, em especial, as doenças crônicas e as incuráveis, como o câncer. De acordo com Schillings (1997), como citado em Silva e Boaventura, (2011):

Diversos pacientes oncológicos precisam trabalhar a aceitação da doença e os sentimentos gerados pela mesma como raiva, culpa e decepção, o lidar com a dor decorrente do tratamento, o engajamento necessário e a capacidade de lutar a favor da saúde, a compreensão do adoecer, entre outros. (Silva & Boaventura, 2011, para. 41).

Dessa forma "A doença pode ser vista como uma abertura para novas possibilidades existenciais a partir do confronto com determinados impedimentos." (Silva & Boaventura, 2011, para. 29). Observa-se que, assim como a *awareness*, a resiliência também está acompanhada por aceitação. Na resiliência, quando a pessoa passa a aceitar, ela começa a mudar e superar as dificuldades. Conforme Barlach (2005), o questionamento se modifica, passa do "por que eu?" para o "pra quê eu?". A primeira pergunta tem relação com uma explicação causal, remetendo-se a erros ou punições, por exemplo. No segundo questionamento, a orientação é para a mudança, a busca de possibilidades. A explicação passa a ser algo positivo que o remete a um tipo de "ser escolhido", com metas a serem superadas, um vencedor, que faz a diferença. Percebe-se que as pessoas vislumbram possibilidades, assim como acontece no ajustamento criativo.

No ajustamento criativo existe uma capacidade de

interagir ativamente com o meio na fronteira de contato, adaptando-se quando necessário a demanda das necessidades às possibilidades de atendimento do meio. Essa capacidade do ajustamento criativo se assemelha com a capacidade de adaptação criativa da resiliência. O indivíduo assume a responsabilidade de sua vida frente ao trauma passado e procura, da melhor maneira possível, dar seguimento à sua vida.

Outro ponto que se destaca e se assemelha com a Gestalt Terapia é a substituição do questionamento "por quê?". A pessoa acaba por focar seu interesse não mais na causa, mas em como ela chegou até aquela situação e o que ela pode fazer para mudar a partir do que ela já tem de suporte. Em Perls (1988), "as perguntas 'por que' só produzem respostas no passado, defesas, racionalizações, desculpas e a ilusão de que um evento pode se explicado por um causa única" (p. 89).

Na resiliência, as pessoas mesmo em situações de risco, passando por graves dificuldades, superam seus problemas demonstrando muita criatividade. "A nossa capacidade de nos ajustarmos criativamente vem a ser a expressão mesma das nossas potências de afetar e ser afetado" (Silveira & Peixoto, 2012, p. 79).

Assim como a Gestalt Terapia, a resiliência se configura como um processo interativo e relacional. A partir disso, verifica-se que alguns aspectos semelhantes se destacam entre os conceitos da Gestalt Terapia e da resiliência.

Considerações finais

Esse artigo teve como propósito verificar a relação entre alguns conceitos da Gestalt Terapia e a Resiliência, possibilitando maior compreensão de seus conceitos.

A partir da revisão de literatura, percebeu-se a importância da concepção do termo resiliência, uma vez que as consequências do seu entendimento e da origem da sua definição desdobram-se nos projetos e intervenções das pessoas que utilizam esse enfoque teórico.

Observou-se também a

importância da cautela ao transportar conceitos de outras ciências para as ciências humanas, visto cada uma ter particularidades que precisam ser compreendidas e respeitadas.

A presente revisão de literatura ressalta a importância de se investigarmos estudos dos conceitos relacionados à resiliência, assim como de fomentar pesquisas e discussões a respeito das possibilidades de intervenção do psicólogo neste campo. Considera-se também a necessidade de ampliar as discussões para além da definição do conceito de resiliência, compreendendo o aspecto de caráter interdisciplinar relativo à resiliência e sua inter-relação com outros fenômenos implicados como, por exemplo, o estresse.

Apesar de atualmente grande parte da literatura conceber que a capacidade de resiliência vai muito além da recuperação de um dano, visto que essa capacidade implica no crescimento pessoal com a superação do que se era anteriormente, não existe um consenso, dando margem a muitos questionamentos a respeito desse entendimento. Essa generalização acaba por aparentar que se estudam vários fenômenos com a mesma nomenclatura. A Gestalt Terapia abre possibilidades para ampliar um entendimento mais concreto acerca da resiliência.

No momento histórico em que nos encontramos, as adversidades estão em todos os cantos. As mudanças são tão rápidas que as pessoas acabam ficando interrompidas no contato com o meio. Muitas vezes, a dessensibilização é tamanha que o ser humano fica no automático, perdendo a vitalidade. Às vezes essa vitalidade só regressa quando alguma adversidade se interpõe no seu curso vital, abalando a homeostase. Nesse momento frente à dificuldade, algumas pessoas conseguem reinventar suas vidas, e, literalmente, levantam-se, sacodem a poeira e dão a volta por cima.

A Gestalt Terapia pode auxiliar significativamente, não apenas na construção do conceito de resiliência, mas também na promoção de saúde e qualidade de vida, pensando em

possibilidades de intervenções. De acordo com a Gestalt Terapia, à medida que o homem entra em contato com si próprio, começa a agir criativamente. Esse potencial criativo que se desenvolve a partir do contato vai auxiliá-lo a superar as necessidades que se apresentam frente a ele e nele próprio em diferentes situações, transformando numa boa forma tais situações.

Referências:

- Barlach, L. (2005) O que é resiliência humana? uma contribuição para a construção do conceito. Dissertação de mestrado, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.
- Barlach, L.(2008). O conceito de resiliência aplicado ao trabalho nas organizações. Recuperado em 02 de maio, 2013, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0034-96902008000100011&script=sci_arttext
- Brandão, J. M., Mahfoud, M. & Gianordoli-Nascimento, I. F. (2011). A construção do conceito de resiliência em psicologia: discutindo as origens. *Paidéia*, 21 (49). Recuperado em 06 de junho, 2013, de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2011000200014&lng=en&nrm=iso
- Cardella, B. H. P. (2002). A construção do psicoterapeuta: uma abordagem gestáltica. São Paulo, Summus.
- Costa, M. C. O., Bigras, M. (2007) Mecanismos pessoais e coletivos de proteção e promoção da qualidade de vida para a infância e adolescência. *Ciênc. saúde coletiva*, 12 (5). Recuperado em 02 de maio, 2013, de <http://www.scielo.br>
- D'Acri, G.; Lima, P.; Orgler, S. (2007) Dicionário de Gestalt-terapia: Gestaltês. São Paulo: Summus.
- Dondé, C. V. (2004). Aspectos emocionais e relacionais presentes na pessoa obesa na perspectiva da Gestalt Terapia. Recuperado em 02 de maio, 2013, de <http://www.comunidadegestaltica.com.br/sites/default/files/MONOGRAFIA%20CARMEM%20DOND%C3%89.pdf>
- Lima, S. B. L. (2008). A dor da perda amorosa em Gestalt-Terapia. *IGT na rede*. 5 (9), 114-125. Recuperado em 28 de março, 2013, de <http://www.igt.psc.br/ojs/>
- Martins, C. V. S. (2006). O trabalho de grupo como facilitador para o tratamento de pessoas com sintomas relacionados ao processo de estresse. *IGT na Rede*, 3 (4). Recuperado em 28 de março, 2013, de <http://www.igt.psc.br/ojs/viewarticle.php?id=142>
- Oliveira, P. L. M. de & Bardagi, M. P. (2009). Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares. *Bol. psicol*, São Paulo, v. 59, n. 131, dez. Recuperado em 01 de junho, 2013, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S000659432009000200003&script=sci_arttext
- Perls, F. (1988). *A Abordagem Gestáltica e Testemunha Ocular da Terapia*. 2 ed. Rio de Janeiro: LTC,
- Perls, F., & Hefferline, R. & Goodman, P. (1997). *Gestalt-terapia*. (F.R. Ribeiro, Trad.) São Paulo: Summus. (Original publicado em 1951)
- Polster, E., & Polster, M. (2001). *Gestalt-terapia Integrada*. São Paulo: Summus.
- Resende, M. C., Ferreira, A. A., Naves, G. G., Arantes, F. M. S., Roldão, D. F. M., Sousa, K. G. & Abreu, S. A. M. (2010). Envelhecer atuando: bem-estar subjetivo, apoio social e resiliência em participantes de grupo de teatro. *Fractal*. Recuperado em 02 de maio, 2013, de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-02922010000900010&lng=en&nrm=iso
- Ribeiro, A. C. A., Mattos, B. M., Antonelli, C. S., Canêo, L. C. & Júnior, E. G. (2011). Resiliência no trabalho contemporâneo: promoção e/ou desgaste da saúde mental. Recuperado em 03 de maio, 2013, de http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722011000400013&script=sci_abstract&lng=pt
- Ribeiro, J. P. (1985). *Gestalt Terapia: Refazendo um caminho*. 4. ed. São Paulo: Summus.
- Ribeiro, J. P. (1997). *O Ciclo do Contato: Temas básicos na abordagem gestáltica*. 2. ed. São Paulo: Summus
- Robine, J. M. (2006). *O Self desdobrado – Perspectiva de campo em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus.
- Rodrigues, H. E. (2007). *Introdução à Gestalt-Terapia: conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica*. (4 ed.). Petrópolis: Vozes.
- Rossi, A. M. (1994). *Autocontrole: Nova maneira de controlar o Estresse*. 5 ed. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, p. 01- 42.
- Silva, R. B.; Boaventura, C. B. F. (2011) *Psico-oncologia e Gestalt-terapia: uma comunicação possível e necessária*. *Rev. abordagem Gestalt*, 17, (1), Recuperado em 03 de maio, 2013, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672011000100007&lng=pt&nrm=iso.
- Silveira, T. M., & Peixoto, P. T. C. (2012). *A estética do contato*. Rio de Janeiro. Arquimedes.
- Vergara, S. C. (2008). A resiliência de profissionais angolanos. *Rev. Adm. Pública*, Rio de Janeiro, v. 42, n. 4. Recuperado em 05 de junho, 2013 de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-76122008000400004
- Yontef, G. M. (1988) *Processo, diálogo e awareness*. Ensaio em Gestalt-Terapia. São Paulo: Summus.

Luciane Pereira dos Santos Santana é psicóloga formada pela Universidade Federal de Santa Catarina em 2012/2.

EXPRESSION LIVRE

APRENDER A APRENDER: OS PRIMEIROS PASSOS DE UM PSICOTERAPEUTA

Por Elise Haas

O menino não sabia que poderia ter rodas,

O irmão segurava a bicicleta atrás, sem pretensão, sem empurrão, só mantinha-se ali, como a dizer: "pode ir, que estou aqui, não tenha medo."

O pequeno, que antes olhava a cada minuto para trás, conferindo se o maior estava ali, a confortar seu medo, agora já podia quase esquecer que havia alguém lhe segurando...

Sentia mais firmeza, olhava à frente e o chão não amedrontava.

O ventinho gostoso no rosto, agora era suave e companheiro. Antes, mal o percebia; estava gelado por dentro.

E, aos poucos, ele pedalou mais, e o sol parecia lhe sorrir. E o irmão soltou a mão e contemplou quietinho, pra não assustá-lo, sua partida, livre e só!

(...)

Dali a pouco, o pequeno se dá conta de que está longe, e olha para trás, "Mano, não tá na hora de vol...tar?"

E ele vê!

Vê o caminho que percorreu, vê que está por suas próprias pernas, que não caiu, e que, mesmo quando se desequilibrar, tem pés, braços, para defendê-lo, e, na pior das hipóteses, um ombro de irmão pra lhe dar apoio caso encontre o chão, num deslize.

Aprender é assim. Aprender é um processo tão inevitável, tão incrível e sem volta, que ao se descobrir capaz, nada o derruba, pois o chão é logo ali, e é possível levantar quando cair.

Elise Haas é gestalt-terapeuta, supervisora e um ser humano com muitas artes.



EXPEDIENTE

EQUIPE EDITORIAL

EDITORA GERAL

Angela Schillings

COMISSÃO EDITORIAL EXECUTIVA

EDITORES EXECUTIVOS

Marcelo Pires de Araujo

Leandro de Medeiros Benedet

EDITORES DE SEÇÃO

Marcelo Pires de Araujo

Leandro de Medeiros Benedet

COMISSÃO CIENTÍFICA

BRASIL

Adriano Holanda - UFPR

Ari Rehfeld - PUC-SP

Arlene Leite Nunes - Univille

Cintia Mara Lavratti - UNAMA/Centro de Capacitação de GT-PA Georges D. J. B. Boris - UNIFOR

Gláucia R. Tavares - UFMG

Jorge Ponciano Ribeiro - UNB

Jean Clark Juliano - SP

Lilian M. Frazão - USP / Sedes Sapientiae Loeci Maria Pagano Galli - Gestalt Centro - RS Mônica B. Alvim - UFRJ

Myrian Bove Fernandes - Instituto Gestalt de SP

Patrícia A. Lima (Ticha) - IBMR

Selma Ciornai - Instituto Gestalt de SP / Sedes Sapientiae Sérgio Lízias C. O. Rocha - UFC / Instituto de Gestalt do CE Silvério L. Karwowski - FCRS / Instituto de Gestalt do CE

INTERNACIONAL

Carlos Vinacour (Argentina)

Dan Bloom (EUA) - AAGT / NYIGT

Gary Yontef (EUA)

Jean-Marie Robine (França) - IFGT / NYIGT

Carmen Vázquez Bandín (Espanha) - AETG / CTP
Macarena Diuana (Portugal) - SLEPG

Margherita Spagnuolo Lobb (Itália) - Istituto di Gestalt
HCC Marta Fishman Slemenson (Argentina) - AGBA

Myriam Muñoz Polit (México) - Instituto Humanista de
Psicoterapia Gestalt

Myriam Sas de Guiter (Argentina) - Coloquio de Gestalt
en Buenos Aires

Philip Lichtenberg (EUA) - GTIP

REVISÃO

A revisão é de responsabilidade dos autores.

DIREITOS

AW@RE REVISTA ELETRÔNICA

© Trabalhos publicados - Proibida a reprodução do conteúdo publicado sem a autorização dos editores.

® Marca Registrada:

Comunidade Gestáltica

www.aware.psc.br

aw@re
Revista Eletrônica®



**comUnidade
gestáltica**
clínica e escola
de psicoterapia

Direção e Responsabilidade Técnica:

Angela Schillings - CRP-12/00080

R. Irmão Joaquim, 169

Centro - Florianópolis - SC - Brasil

CEP: 88020-620

Tel: +55 (48) 3222-7777

E-mail: centro@comunidadegestaltica.com.br

www.comunidadegestaltica.com.br