

COMUNIDADE GESTÁLTICA
CENTRO DE FORMAÇÃO, ESPECIALIZAÇÃO E APERFEIÇOAMENTO
EM GESTALT TERAPIA

CIBELI MACHADO SCHEIDT

GESTALT TERAPIA
Descobrimo Vínculos Terapêuticos

FLORIANÓPOLIS

2008

CIBELI MACHADO SCHEIDT

GESTALT TERAPIA

Descobrimo Vínculos Terapêuticos

Monografia apresentada como parte das exigências para obtenção do Título de Especialista em Psicologia Clínica na Abordagem da Gestalt Terapia, pelo Comunidade Gestáltica, Centro de Formação, Especialização e Aperfeiçoamento em Gestalt Terapia.

Orientadora: Ângela Schillings

FLORIANÓPOLIS

2008

**“A realidade decisiva é o terapeuta e não os métodos.
Sem métodos, se é um diletante.
Sou a favor dos métodos, mas apenas para usá-los,
não para acreditar neles.”**

Martin Buber apud Hycner (1995, p. 52).

AGRADECIMENTOS

Aos orientadores e supervisores Gabriela, Fabíola e Ângela e todos os profissionais convidados, que foram responsáveis pelo processo de construção de conhecimento e formação de profissionais éticos e competentes para o exercício da profissão.

Gostaria de agradecer à psicóloga Gabi pela imensa compreensão de todo o meu caminhar, que em conjunto, mostrou-me que a profissão de psicóloga clínica é feita com muito profissionalismo e acima de tudo com um grande toque de carinho.

Aos colegas do grupo componentes da especialização Ângela2004, pelo aprendizado de cada encontro com suas rodadas iniciais e workshops intensos de emoção.

Aos amigos do grupo de estudo LAVOR –Pablo, Lu Souza, Jaki, Lu Rosa, Débi. Nossos encontros marcados com empenhos e discussões sobre fazer psicologia a partir de um grande amor pela profissão.

Aos meus pais, ao meu marido e especial meus filhos que compreenderam minhas faltas para que pudesse mais uma vez alcançar um grande objetivo profissional e pessoal.

A coordenadora, supervisora e mestre Ângela pelo seu grande conhecimento e maneira muito especial de mostrar-nos como se faz um lindo trabalho terapêutico com um olhar sobre a Gestalt Terapia.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.

2. DISCUSSÃO TEMÁTICA.

2.1. NASCIMENTO DA GESTALT TERAPIA

2.2. VISÃO DE MUNDO E VISÃO DE HOMEM DA GESTALT TERAPIA

2.2.1. Fenomenologia Existencial;

2.3. CONCEITOS DAS TEORIAS DE FUNDO DA GESTALT TERAPIA

2.3.1. Teoria de Campo;

2.3.2. Fluxo Figura-Fundo; Aqui–Agora; Lei de Fechamento; Auto-Regulação Organísmica;

2.4. CONCEITOS CENTRAIS DA GESTALT TERAPIA

2.4.1. Contato–Fronteira de Contato, Suporte;

2.4.2. *Awareness*;

2.4.3. Ajustamento Criativo;

2.4.4. *Self* Funções e Dinâmicas;

2.4.5. Formas Funcionais e Disfuncionais de estar no mundo;

3. CONSIDERAÇÃO FINAL.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. INTRODUÇÃO:

Esse trabalho é escrito na vontade de esclarecer como um psicólogo gestalt-terapeuta se relaciona e, como estabelece vínculos com seu cliente no processo terapêutico. O objetivo é discorrer os conceitos-chaves da Gestalt Terapia, e, perceber qual a forma disso acontecer e como pode estar presente na prática clínica.

Visa-se delimitar alguns temas básicos como: teorias de fundo da Gestalt Terapia, olhar fenomenológico existencial, abordagem dialógica, teoria de campo, contato, ajustamento criativo, *awareness*, *self* e postura terapêutica, com interesse de esclarecer como o processo se estabelece. Assim, juntamente com os delineamentos teóricos, e a exposição da qual acredita-se que a construção aconteça.

É relevante lembrar a importância percebida na prática sobre a forma que se estabelece no vínculo para o processo terapêutico. Assim, observar as formas genuínas de lidar com as particularidades de cada cliente e que essas estejam claras aos profissionais.

A Gestalt Terapia é considerada uma abordagem fenomenológico-existencial. Seu modo de entender o humano é a partir do método fenomenológico, que consiste em uma prática descritiva dos fatos que ocorrem na vida. Assim, no corpo desse trabalho ficará claro como a forma apresentada por essa filosofia fenomenológico-existencial é presencial na prática de um gestalt-terapeuta.

O interesse sobre esse tema, vem ser fundamento em grande parte pela Abordagem Dialógica descrita por Buber em 1923. Que enfatiza o contexto relacional total, em que a singularidade de cada indivíduo e a sua particularidade é valorizada. Dessa forma, percebemos que na Abordagem Dialógica há um estar aberto à alteridade, daquilo que é singular no outro. Considerando assim, a psicoterapia que se utiliza da postura dialógica, uma psicoterapia da relação que prioriza o humano que há no outro. Portanto estará ligando outros conceitos da Gestalt Terapia com o fazer de uma psicologia clínica.

Os pontos levantados para discussão serão abordados e esclarecidos juntamente com o referencial teórico, dessa forma não haverá a seção discussão teórica, já que essa fará parte de todo o corpo do trabalho. Assim, acredita-se apresentar o tema para uma melhor compreensão do assunto.

Com base nessa introdução, estuda-se e encontra-se uma explicação de ver esse indivíduo que procura terapia, ser conduzido pela Gestalt Terapia a se conhecer, aproveitando num primeiro momento do auto-suporte disponível do terapeuta, para estabelecer e fortalecer seu auto-apoio e poder seguir a vida. E construir uma relação terapêutica, despertando a vontade de escrever sobre o vínculo construído no processo de psicoterapia.

2. DISCUSSÃO TEMÁTICA:

2.1. NASCIMENTO DA GESTALT TERAPIA.

Segundo Ginger (1995), em 1942 Perls publica o seu primeiro livro *Ego, Hunger, and Aggression*, "Ego, fome e Agressão", com colaboração de Laura Perls. Essa obra tinha uma pequena visão sobre o desenvolvimento humano, que mais tarde, em 1951, vai fundamentar a Gestalt Terapia.

Por volta dos anos 50, forma-se o *Grupo dos Sete*, com, Frederick Perls, Laura Perls, Paul Goodman, Isadore From, Paul Weisz, Elliot Shapiro, Sylvester Eastman, e depois é convidado Ralph Hefferline, esse grupo tem o objetivo de publicar teses.

Paul Goodman, segundo Ginger (1995), foi um dos organizadores do *Grupo dos Sete*. Além disso, foi o primeiro a estudar o processo de adaptação do mundo interno e externo do sujeito em interação com o meio onde vive, mais tarde denominado *self*. Assim a teoria do *self* se tornará um dos grandes eixos da Gestalt Terapia.

Em 1951, nasce a Gestalt Terapia a partir da publicação do livro "Gestalt Terapia" de autoria de Perls, Hefferline e Goodman.

A Gestalt Terapia nasce com o objetivo de promover um crescimento e amadurecimento na forma de estar no mundo, assim alcançando através da auto-regulação orgânica um auto-suporte a pessoa terapeutizada.

2.2. VISÃO DE MUNDO E VISÃO DE HOMEM DA GT:

2.2.1. Fenomenologia Existencial;

Com relação às psicologias do século XX, essas trazem transformações da visão de homem estudado pela ciência. Nesse sentido, Descartes foi identificado como um marco para a modernidade. Uma de suas certezas era, "...penso, logo existo"(1). A partir desse pensamento e do momento do qual a sociedade estava organizada, vê-se então que o indivíduo moderno passou a procurar a verdade em si mesmo, pois no mundo externo naquele instante estava encontrando "representações" dos seus desejos. Porém, esse olhar vai dividir o homem em duas substâncias: mente (pensante) e corpo (matéria). Assim, nesse momento via-se a relação *mente/corpo* como interação, e não como duas entidades em relação de reciprocidade.

Na contramão desse pensamento cartesiano nasciam algumas abordagens teóricas de caráter holístico, dentre elas a teoria da Gestalt e posteriormente a Gestalt Terapia, que passaram a questionar e criticar a visão dualista de homem proposta por Descartes.

A Gestalt Terapia se consolida em 1951, com a publicação de *Gestalt Therapy* e, o conceito dualista de *mente/corpo* não é aceito no seu campo de trabalho. Conforme o holísmo de Kurt Goldstein (apud Ginger, 1995) que foi uma das influencias da abordagem gestáltica, o homem é entendido como sendo organizado como um todo e, portanto, compreendido como "mais do que a soma das partes". Logo, vai interagir com o mundo de forma que a *mente/corpo* sejam uma só entidade.

A partir desse enfoque é possível considerar que o indivíduo não possui um *corpo* com uma *mente* ou uma *mente* que tem um *corpo*, mas sim como um homem total e unificado.

Segundo Rodrigues (2000), o uso do método fenomenológico trabalhado por Husserl, vem para a Gestalt Terapia, com o interesse que esses tinham de descobrir a verdade, partindo do fenômeno em si, ou seja, dessa forma tem-se o que se utiliza para interagir com o cliente que é perceber o que está acontecendo, sendo assim uma das descobertas de Husserl, perceber que percebemos.

Assim, a Fenomenologia de Husserl servindo como técnica e modo de ver o mundo para a Gestalt Terapia. Pois, a fenomenologia é entendida como uma filosofia e também como um método de estudo.

(1) Descartes (apud Figueiredo 1997, p.30).

De acordo com Ribeiro (1985), a Fenomenologia usa como método, a descrição dos fatos percebida pela pessoa, levando em consideração o seu momento histórico. Com essa descrição a Gestalt Terapia percebe a dinâmica dos fatos, a partir dos fenômenos que são as reações das relações do indivíduo com o mundo em que está inserido.

E é assim, no processo terapêutico, apontar ao cliente que podemos ver o que de verdadeiro está acontecendo com o ele, sinalizando e então partir do que ele nos traz como importância do seu processo.

2.3. CONCEITOS DAS TEORIAS DE FUNDO DA GESTALT TERAPIA:

2.3.1. Teoria de Campo:

Nenhuma pessoa e sua vida estão soltas “no ar”. As histórias para serem identificadas precisam fazer parte de um campo, da qual esse indivíduo está inserido como um todo. Assim, o comportamento da pessoa deixa de ser visto como resultado de uma realidade, e passa a ser entendido em função do campo na qual ocorre a situação no momento.

Para Lewin (apud Ribeiro 1985), apesar de a pessoa ser um universo único e fechado, essa só se faz dentro de outro universo mais amplo, onde se encontra a partir das relações que acontecem nos limites demarcados pela diferenciação e a união. Essas propriedades são dialéticas, pois o indivíduo só pode se perceber a partir das relações que estabelece com o outro. É por esse e outros tantos motivos que acreditamos ser impossível à auto-análise, onde a pessoa sozinha e sem interação possa se analisar, pois o processo de relação estabelecido numa relação terapêutica auxilia a observação de pontos dialéticos dentro do universo amplo da qual esse indivíduo faz parte.

Nessa direção, em Buber podemos verificar como acontece o processo de relação. “As principais categorias desta vida em diálogo são as seguintes: palavra, relação, diálogo, reciprocidade como ação totalizadora, subjetividade, pessoa, responsabilidade, decisão-liberdade, inter-humano”. Buber (2004, pág.31).

Dessa forma as propriedades observáveis dessa relação vai existir, no espaço vital onde o resultado é a soma entre a pessoa e seu meio psicológico. Assim, pode-se perceber o conceito de permeabilidade e as suas formas de acontecer na relação. Para

Ribeiro (1985, p. 100) “a permeabilidade, portanto, funciona como uma propriedade facilitadora de busca de equilíbrio”. Partir disso, a comunicação que se chama de permeabilidade só é possível, segundo adjetivos utilizados para designá-la como: rígida, alargada e flexível, em que a pessoa, se utiliza para estabelecer ou não uma relação de contato.

Na prática terapêutica, o terapeuta precisa estar atento e perceber quais características mais comuns (rigidez, alargamento, flexibilidade) o cliente desenvolve para estabelecer contato, e entender qual a forma que esse mesmo cliente utiliza como busca de equilíbrio. Ou seja, dependendo de como o sujeito se coloca no mundo a permeabilidade vem auxiliar na melhora de ajustar o seu comportamento para o meio da qual participa.

A partir desse conceito, podemos observar que cada contato novo ou já experienciado, o terapeuta precisa buscar as emoções para o aqui-agora, onde esse vai alcançar a intercomunicação entre a região percepto-motora e a região intrapessoal do cliente e a forma como ele relaciona-se, ou seja, como ele se identifica e se envolve com o meio. É partir da sua percepção-motora, através dos seus cinco sentidos e identificar partindo da região intrapessoal, com a identificação da região periférica que avisa como fazer, sendo que o resultado alcançado pela região central é solicitado a partir das suas vivências.

Para poder entender melhor sobre o que se chama de psicologia do campo é preciso explicar cinco etapas, porém descritas didaticamente para o entendimento do leitor.

Portanto, para Ribeiro (1985), toda mudança no indivíduo ocorre dentro do seu campo experiencial, sendo que a força vetorial dessa mudança tem uma energia que não varia, mas seu potencial, seu ponto de aplicação e sua direção têm uma variabilidade, que não ficam soltas no espaço. Sendo que, a energia para conter a pessoa não é a mesma que o libera, assim, esse é um sistema complexo de energia psíquica, que existe em cada um, compreendendo-se não em partes, mas no todo.

A tensão é um estado alterado de uma região do corpo que se espalha promovendo, um corpo todo com tensão. Ou seja, em Gestalt Terapia ao trabalhar uma tensão se estará enfocando todo o corpo do indivíduo.

A necessidade ocorre quando uma pessoa se dá conta de que uma energia ou tensão está se diferenciando das outras partes do corpo. As necessidades estão ligadas ao meio do qual esse faz parte.

A valência pode ser considerada como o valor dado pela pessoa as suas necessidades, tomando como escolha satisfazê-la ou não. Quando a valência dada a uma necessidade for positiva tem o alívio da tensão, mas quando for negativa a tensão de uma região do corpo aumenta.

O momento de perceber esses movimentos acontecendo na prática clínica é quando o cliente é convidado a observar o que está acontecendo com ele a partir de uma observação processual (sua descrevendo ao terapeuta), onde a energia é percebida no corpo identificando uma tensão, e essa sinaliza a necessidade do momento, e assim a pessoa escolhe se a satisfaz ou não.

Por isso, a importância na Gestalt Terapia, de abordar o conceito de teoria de campo de Kurt Lewin para observar as necessidades do indivíduo orientá-lo e auxiliá-lo no seu processo de alcance da *awareness* sobre determinada situação de sua vida.

2.3.2. Fluxo Figura-Fundo; Aqui - Agora; Lei de Fechamento; Auto-Regulação Organísmica.

O conceito do fluxo figura fundo, segundo Ribeiro (1985), já esteve nos discursos de outros teóricos anteriores da Gestalt Terapia. Assim, pensar nesse conceito significa perceber uma parte do estímulo tornando-se figura, sinalizado como uma necessidade dominante e o resto do estímulo considerado fundo. Esse conceito se tornou relevante na Gestalt Terapia, sendo que, não há figura sem fundo. A esse respeito, é nesse contexto histórico de experiências do indivíduo que o faz suportar os acontecimentos do aqui - agora.

A Gestalt Terapia considera a totalidade do processo, para entender, que é a totalidade da pessoa ou do campo onde essa vive que oferece significados para sua vida, e também a intencionalidade que está nessa totalidade. (Ribeiro 1985).

É preciso considerar que o fluxo figura fundo está sempre em movimento, e esse é considerado um processo dinâmico, sendo que a pessoa pode se perceber a partir dos contatos que estabelece. Portanto, percebe-se na terapia que o cliente rígido, sem

movimento no fluxo figura fundo, não consegue perceber o fundo do que é, e a figura pela qual está se tornando. Por exemplo, é a emergência da figura que possibilita uma melhor realidade da experiência vivida pelo cliente dentro do seu processo. Podemos ver o cliente relatando que está tudo bem com ele, sem se dar conta da contenção de energia utilizada pelo organismo, para não deixar transparecer o quanto dele está aparecendo no processo. Descrevendo que está bem, mas aquele pé se mexe ininterruptamente. Identificamos nessa forma a equalização, que é um conceito designado à descoberta de uma energia e a sua distribuição correta para todo o organismo.

A cada momento a pessoa pode dar espaço para o fundo se tornar figura, conseguindo assim um campo mais sólido. Esses espaços que possibilitam a mudança de algo da posição de fundo para vir a ser figura dependerão de qual necessidade o indivíduo está precisando suprir naquele momento. Quando o fundo der lugar para a figura o campo se tornará mais fluído. Assim, encontraremos o que chamamos de auto-realização, que é uma tendência criativa do organismo de satisfazer as suas necessidades. Pondo-se de acordo com o ambiente, que seria viver nesse mundo onde as satisfações são realizadas, num “acordo” entre organismo e meio.

Segundo Ribeiro (1994), o conceito de aqui - agora, não pode ser considerado através do tempo e do espaço, pois se trata de uma maneira de viver e perceber a realidade. O aqui - agora é um processo de como o indivíduo está vivendo as percepções externas e internas e como essas influenciam sua vida. Sendo assim, a partir disso, ele pode observar suas experiências pessoais obtidas do aqui - agora. Então, esse também é um conceito que leva em consideração as explicações das relações que a pessoa estabelece com o campo em que está inserido, partindo das percepções que lhes são oferecidas.

A pessoa vive numa busca em satisfazer suas necessidades, se isto não acontece não há o equilíbrio, mas quando acontece acreditamos que o indivíduo está no caminho para o processo de auto-regulação orgânica. Que significa o resultado de sua interação com o meio, onde só é possível acontecer no fluxo figura-fundo e no processo do aqui - agora. Quando uma situação acontece com o cliente no campo fenomenológico, ele vai buscar uma forma possível de achar uma resolução para o seu problema atual para assim, satisfazer sua necessidade.

Conforme Kurt Goldstein (apud Ginger, 1995), o homem é organizado como um todo e entendido como "mais do que a soma das partes" do qual é composto. E esse é entendido como integrante e formador do mundo, de forma que mente corpo compõe uma só entidade. Assim, perceber-se que o homem não possui corpo com uma mente ou uma mente que tem um corpo, mas é total e unificado. Nesse contexto, vale afirmar que para a Gestalt Terapia mente corpo são entendidas como entidades não separadas e assim consideradas como uma teoria organísmica.

O papel do gestalt terapeuta na psicoterapia é servir de fundo para que o cliente busque através de seus acessos os fundos de sua história que servem de base para que as figuras apareçam, assim, acreditamos que o cliente é figura e o terapeuta fundo. Nesse processo é importante que o terapeuta observe as figuras que aparecem na relação com seu cliente, que se manifesta na forma que vem e não o conteúdo que o cliente demonstra. As figuras naturais fluem da relação e aparecem na forma mais natural, já as figuras não naturais são quando há algo imposto do organismo ou do meio para o próprio organismo.

Dentro do processo de psicoterapia, podemos pensar que o cliente é a figura e o terapeuta o fundo, onde esse tem que ter uma grande capacidade de retroflexão saudável para que nada que seja seu no fluxo figura fundo interrompa ou poderá intervir no processo que o cliente está desenvolvendo na busca da realização das suas necessidades.

Dessa forma, o papel do terapeuta na Gestalt Terapia, não é o de interpretar, pois isso é projetar algo que é seu no cliente. Sua postura então é a de não procurar resposta no outro, mas deixar que o cliente perceba o que está aparecendo. Assim, o contato cliente-terapeuta é possibilitar que ao vivenciar a situação, o cliente se dê conta do que experiência e para isto o terapeuta fica atento à expressão do óbvio que aparece na postura do cliente e solicita que ele perceba para que ele mesmo e dê o seu próprio significado.

Ser terapeuta é aceitar o paciente, sendo que aceitar é estar com o cliente como ele pode estar naquele momento. Formar vínculos terapêuticos é poder partir do que o paciente tem como possibilidade de crescimento e de auto-realização, sendo assim, o papel do terapeuta de auxiliador e acompanhante para acontecimentos vividos e revividos dentro do processo figura fundo experienciados no aqui agora do processo de

terapia, possibilitando em conseqüência um fechamento de assuntos inacabados quando esses existirem.

O fluxo de experiência no presente gera na pessoa confusão no fluxo figura fundo, pois esse ainda precisa ficar atento a outros pontos importantes como o tempo (necessário para contextualizar uma determinada situação), e o caos (é o momento onde o indivíduo fica “sem nada”, mas que é a partir desse que pode desenvolver a criatividade) e a sincronicidade (que seria a maneira de hierarquizar as necessidades).

A todo esse processo descrito chamamos Lei do Fechamento, onde o resultado de suas ações são as melhores saídas que a pessoa encontra no momento para resolver uma situação. Porém, quando em uma determinada situação a resposta apresentada vem pela primeira vez, chamamos de ajuste criativo. Mas, quando a mesma resolução do problema inicial persistir em situações novas, está acontecendo o que chamamos processo inacabado ou gestalt aberta. Assim, normalmente chega o cliente para o processo de psicoterapia, dando respostas velhas as situações novas.

Identificamos dessa forma que a postura do terapeuta precisa estar atenta ao que de fato esclarece a Gestalt Terapia como uma terapia de contato, sendo esse contato, acontecendo quando o terapeuta disponibiliza o seu foco para que o outro possa se perceber. Para tanto, é necessária à atenção do terapeuta no fluxo figura fundo do cliente, pois é a partir dessa que o cliente pode alcançar a *awareness*.

Nesse contexto, a intervenção do gestalt terapeuta, é pautar-se no processo de perceber e sentir do cliente. Proporcionando assim, um trabalho através da fala, mas que está a serviço dos experimentos e buscando a auto-regulação, ou seja, como processo final a *awareness*.

2.4. TEORIAS CENTRAIS DA GESTALT TERAPIA

2.4.1. Contato, Fronteira-de-Contato, Suporte.

O indivíduo existe num campo experienciando a fronteira que estabelece com o mundo e consigo. A fronteira não significa uma coisa nem mesmo um objeto fixo. Ela se "constrói" à partir do campo de relações que esse estabelece no entre do processo

organismo meio. Na fronteira não existe barreira ou linhas de limite, é no seu meio que as relações se desenvolvem, é a maneira da pessoa se estabelecer no mundo.

Conforme Polster "a fronteira-do-eu de uma pessoa é a fronteira daquilo que é para ela contato permissível" (ibidem,1979,p.108).

A fronteira de contato lhe proporciona uma visão de mundo modificada, a partir das suas vivências. O contato só vai acontecer através das fronteiras que ele estabelece durante sua vida. Pessoas que estão em constantes modificações de suas fronteiras estão em constante crescimento, possibilitando a modificação do seu *self*.

Polster (1979), relata que as fronteiras do *self* possui diversos pontos de vistas, tais como: fronteira-de-valor, fronteira-de-familiaridade, fronteira-do-corpo, fronteira-expressiva e fronteira-de-exposição.

Fronteira de valor: nessa fronteira estão as opiniões, valores e padrões já estabelecidos pelo indivíduo. Essa pode ser considerada uma fronteira flexível, quando a pessoa constrói tais valores, de modo que haja mudanças de posicionamento no mundo.

Fronteira de familiaridade: há um campo de relação em que se estabelece com o que é familiar nas suas relações de vida. Assim, possibilita uma sensação de bem-estar na pessoa que sempre faz contato com coisas ou pessoas que já conhece e tem o hábito estabelecido. Essa sempre será fundo de sustentação para outras fronteiras, porém, essa só aparece a partir das outras formas.

Fronteiras do Corpo: é a maneira como a pessoa utiliza o seu corpo para manter contato. Muitas não consideram fronteiras as partes mais próximas das genitais, "desqualificando" assim alguma forma de contato que possa ter com alguma pessoa e até consigo mesma.

Fronteiras expressivas: aqui é a identificação do modo como a pessoa se expressa no mundo externo e no interno. Essa forma acontece cedo, quando ainda se é criança.

Fronteiras de exposição: é a maneira como a pessoa se expõe para o mundo externo e como ele está sendo observado. O julgamento do externo cria a fantasia da maneira de como se é percebido pelo mundo.

O contato é um evento de fronteira, considerado como dinâmico, com fluxo e ocorrência de transformações. Entende-se então o contato como uma realidade existente

entre o indivíduo e o ambiente, onde esses se encontram e se envolvem mutuamente. Essa experiência vai ocorrer na fronteira entre organismo e ambiente. Assim, a partir dessa ocorrência que o novo é assimilado e apropriado que acontece o contato.

Para Perls, Herffeline e Goodman (1997, p.44), “...todo contato é criativo e dinâmico. Ele não pode ser rotineiro, estereotipado ou simplesmente conservador porque tem de enfrentar o novo, uma vez que só este é nutritivo”.

Para trabalhar o tema contato no processo de psicoterapia que visa o vínculo terapêutico como auxiliador no processo de alcance de *awareness*, é preciso trabalhar a partir do contato descrito por Hycner (1997), que vem elucidar que o contato dialógico acontece no *entre*, que é o evento de fronteira de contato na Gestalt Terapia, onde esse *entre* é igual a campo (que é a relação organismo – meio). O *entre* é análogo ao conceito da psicologia da gestalt em que o todo é diferente da soma das partes. Então, o processo dialógico vai acontecer na exploração desse *entre*. É imprescindível lembrar, que toda relação dialógica tem contato, mas nem todo contato é dialógico.

Há possibilidades naturais e saudáveis de contato nas fronteiras, ou seja, se existe um equilíbrio o contato é facilmente estabelecido, então a *awareness* e o ajustamento está relaxado. Agora se houver dificuldade de equilibrar as tensões tanto no organismo como no meio haverá muito ajustamento. Se perceber um risco nas fronteiras acontecerá uma rejeição. E se há frustração, teremos fronteiras muito tensa e exigente não podendo ser equilibrada no meio.

Porém, de acordo com Perls (1988 p. 35), “...nem todo contato é saudável, nem toda fuga é doentia”. Isso é ao se satisfazer no meio; o indivíduo precisa priorizar o que no momento é importante para fechar a sua gestalt, e assim avaliar se estabelece contato naquele momento.

Cada pessoa é responsável pelos seus contatos e assim por sua construção do *self* durante seu processo de relação com o meio. Nesse sentido, dado a condição do meio, o indivíduo é inexoravelmente livre para escolher as fronteiras que vai construir ao longo de sua vida.

Quando o cliente procura o processo de psicoterapia na Gestalt Terapia (que tem como foco a abordagem dialógica), ele tem algo que o incomoda, ou seja, seu diálogo não fluído com outras pessoas e ou outras dificuldades de se perceber fazendo contato, (claro vale lembrar que o indivíduo não chega para terapia com tudo

organizado e delimitado). Assim, todo o processo dialógico não está na abstração das palavras ditas pelo cliente, mas sim, na experiência existencial desse em trabalho terapêutico, considerado a partir, do seu processo relacional.

O contato com o outro nos dá a possibilidade de nos tornar também aliados da totalidade do ser do outro. Dessa forma, pode-se pensar que não se chega a si somente através de si, mas também através do outro. Assim, temos a chance de apresentar das mais variadas formas, pois cada qual com quem nos relacionamos podem nos mostrar uma faceta não percebida. Podendo chegar então, no conceito de alteridade, que é a forma como podemos estar em contato com o cliente. (2)

Ribeiro (2007), nos traz:

“Alteridade, mais do que significar a individualidade singular de uma pessoa, ela é o que distingue das demais, ela se exprime através dos modos de sentir, de pensar, de agir e de falar que alguém vive na sua relação com o outro, despertando, em ambos, atitudes que interferem na relação de um com o outro. Em si, o processo da percepção da alteridade não separa, apenas distingue, ao passo que o processo da percepção do diferente não apenas distingue, mas separa. A alteridade está à base de todo processo criativo e de transformação. ...A união, a síntese das diferenças criam o novo. Não se trata de geração espontânea, casual, trata-se de um processo de inclusão...”(3)

Nesse contexto, o atendimento terapêutico na teoria da Gestalt Terapia, vai acontecer, respeitando a alteridade do cliente e assim, fazendo parte do todo. Proporcionado o pensamento de que o todo é maior que a soma das partes.

Pois o processo do cliente vai ser encarado pelo terapeuta A, diferentemente da forma como pode ser encarado por um terapeuta B. Por que aqui teremos indivíduos distintos, no papel de desenvolver uma teoria.

Para Buber (2004), o dialógico vai acontecer nas polaridades do Eu-Tu e do Eu-Isso, onde ambas são necessárias uma para outra. O Eu-Tu tem como atitude principal a conexão, o “encontro”, ele acolhe a alteridade e a singularidade do outro.

(2)- Revista de Goiânia, vol. 13. n. 01, 2007. “Eu-Tu-Nós: A Dimensão Espiritual da Alteridade nos Ciclos de Contato”por: Jorge Ponciano Ribeiro.

(3)- Ibidim.

Na relação terapêutica o terapeuta disponibiliza seu suporte para estar com o cliente, nesse momento abre uma possibilidade para que o terapeuta aceite e confirme a alteridade do cliente. Na relação Eu-Isso existe uma separação, e um propósito a se alcançar, ou seja, ela é intermediada por um objetivo. Assim, essas são as direções da relação dialógica e ser saudável é buscar a alternância entre elas.

A mudança ocorrida através do contato pode acontecer, quando a pessoa, ao procurar a mudança da figura, também consegue modificar outros pontos que estavam como fundo num momento de sua vida. Isso porque figura e fundo estão inter-relacionados num campo total. E é por esse motivo que o contato é sempre criativo e dinâmico. Portanto, defendemos que a nossa postura terapêutica é ter uma escuta apurada e delicada da maneira que o cliente vem à terapia para então, abordar e se colocar a serviço desse, considerando a responsabilidade de caminharem juntos, focando a forma de trabalhar com a Abordagem Dialógica.

Para Polster (1979), a partir do momento em que o indivíduo nasce existe a busca de seus próprios contatos com o mundo externo e interno. Sobre essa relação com o mundo externo refere-se à respiração e à sucção do alimento. Dessa forma, para que o contato aconteça com transformações, a pessoa precisa estar no mundo, com necessidades fisiológicas e emocionais. Ou seja, é necessário ter clareza da sua necessidade e assim promover a satisfação através do meio.

Segundo Perls (1988 p. 20), “homeostase é, portanto, o processo através do qual o organismo satisfaz suas necessidades”. Portanto, acredita-se que o organismo precisa satisfazer suas necessidades para assim re-equilibrar seu corpo. Desse modo, o contato é o caminho pelo qual o sujeito chega até o meio, e obtém o fechamento de gestalten através da auto-regulação.

Várias necessidades aparecem simultaneamente e para serem satisfeitas, precisam estar numa ordem de prioridades. Num organismo saudável, essa hierarquia será estabelecida pelas necessidades fisiológicas e, por conseguinte, pelas outras que possam estar no fundo aguardando para se tornarem figura. Esse então, é o círculo criado pela teoria da homeostase, ou seja, a busca da satisfação das necessidades a partir do contato com o meio.

Ao entender contato a partir do aspecto de homeostase descrito, é preciso acrescentar também o conceito de suporte. Que segundo Porchat (1982), inclui um

conjunto de fatores que são fisiologia, postura, coordenação, equilíbrio, sensibilidade, mobilidade, linguagem, hábitos e costumes, habilidades e aprendizagens, e as experiências vividas e defesas adquiridas ao longo da vida. Nesse sentido, entende-se suporte como, a inter-relação das organizações das partes, que vão sustentar a auto-regulação, e proporcionar ao sujeito um equilíbrio homeostático para sua vida, promovendo contato com o mundo.

Nessa mesma direção Polster (1979), considera que o contato é para os humanos um evento muito importante, sendo que esse, possui sete funções e para que possam acontecer é necessário que haja o menor distanciamento possível entre as pessoas que estão envolvidas na situação. Todas as funções têm características importantes e também podem ser feitas por todos os seres humanos, até mesmo quem tem algum tipo de necessidade especial não está excluído de realizar o contato. As funções são: o olhar, o escutar, o tocar, o falar, o movimento, o cheiro e o gosto.

Assim, acreditamos que a prática clínica que, se fundamentada na atitude fenomenológico-existencial, vai possibilitar ao terapeuta a atenção na observação do que está presente no contato, percebendo o como da fala e o seu conteúdo. Sendo que, o conteúdo mais importante, é a forma como esse se apresenta, para assim, descrever o fato sem que haja nenhum *a priori*. Tendo esse objetivo, o gestalt terapeuta, vai proporcionar ao cliente um ensino de ficar *awareness* (atento), do que está fazendo e como está fazendo. Pois, o processo do terapeuta é ver e sentir o cliente e assim compartilhar com ele as suas observações.

2.4.2. *Awareness*

De acordo com Yontef (1998, p. 215) o conceito de *awareness* passa a ser entendido como sendo “...uma forma de experienciar. 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”. Essa vem “sempre acompanhada de formação de gestalt”. Sendo então, entendida como a integração do indivíduo.

O conceito de *awareness* possui quatro características:

Awareness é uma propriedade do contato, essa somente vai acontecer se houver contato. Entretanto, o contato pode acontecer sem haver *awareness*.

O pré-requisito do contato é que esse deve se ligar a algo diferente e assim provocar transformação. O sentir está diretamente ligado à natureza da *awareness* é nela que está incluída a sensório-percepção.

Há necessariamente um processo do excitação para o que vai se mobilizar a partir do sentir. Onde é a partir do grau de excitação, que faz a *awareness* chegar à consciência.

De acordo com Perls, Herffeline e Goodman (1997 p. 33) “A formação de gestalten sempre acompanha a *awareness*”. Pois essa é a formação e o fechamento de uma necessidade. Sendo ainda uma unidade dinâmica do fluxo figura fundo.

Essas quatro características não podem ser entendidas como etapas, mas como processo, elas estão separadas de forma didática para poder compreender, que a *awareness* é a integração entre o organismo e o ambiente.

A *awareness* não se constitui por lembranças do passado ou projetos do futuro. Ela acontece somente no aqui e agora. Se após o contato, a pessoa tiver alguma emoção ocasionada pela lembrança do fato, ele não vai ter a *awareness*, pois ela é factual e momentânea, pode-se dizer que ele entrou em contato com algo que não estava disponível. E ainda, a *awareness* pode influenciar as emoções futuras, no sentido de que o indivíduo aprende e apropria-se de transformações ocorridas durante o processo.

Para Yontef (1998), a *awareness* é sempre aqui-agora, o passado existe como memória, o futuro como fantasia e expectativas. O ato é sempre aqui agora, embora o conteúdo possa estar em outro momento. Percebe-se que no processo de terapia o vínculo construído se desenvolve a partir das descobertas ocasionadas pelas *awareness*, desenvolver no cliente o alcance de sua “tomada de consciência” de coisas que acontecem na vida é possibilitar um crescimento e deslocamento de um hetero-suporte para um auto-suporte.

Com a publicação do Gestalt Terapia em 1951, passa-se a definir *awareness* a partir de níveis: *awareness* sensorial, *awareness* deliberada e *awareness* reflexiva.

Awareness sensorial, ela orienta os sentimentos onde há uma co-relação entre o processo de perceber um movimento e os sentimentos que este pode provocar. Ainda pode-se falar que essa forma de *awareness* é um processo de abertura ao novo, sendo que não há somente conteúdos materiais, mas também sentimentos, memória, desejos e histórias.

A *awareness* deliberada é uma forma espontânea, mas não consciente de alcançar a *awareness*. Essa designa a partir do excitação mobilizando a nossa história e assim motivando o futuro.

Awareness reflexiva é a apreensão lingüística de uma gestalt conquistada enquanto uma aquisição objetiva de algo vivido.

Considera-se que a *awareness* traz uma aprendizagem cognitiva e emocional, por que ela apóia-se no processo de contato do indivíduo com o mundo externo ou interno. Assim, a *awareness* propiciará transformações na vida da pessoa.

O fazer fenomenológico-existencial em Gestalt Terapia significa compreender e descrever os fatos acontecidos no processo, visando o alcance do cliente da *awareness* sensorial e assim, proporcionar a *awareness* reflexiva do ato vivido. Nesse processo o paciente aprende a ficar *awareness* daquilo que está fazendo e como está fazendo. Portanto o trabalho da Gestalt Terapia tem como base a experimentação fenomenológica que inclui o exercício de *awareness* dirigida.

No trabalho terapêutico, o terapeuta funciona como um “sinalizador” do cliente. Ou seja, verifica com ele qual emoção está sendo percebida no momento em que algo novo é apropriado. Assim, nossa função é clarear a etapa por ele alcançada de *awareness* do processo, proporcionando dessa forma o continuum de *awareness*. Nesse contexto, é descrever o que ele percebeu e que significado ele tem para emoção nova.

Nessa parte do texto é preciso reintegrar as formas de trabalhar com a abordagem dialógica que estão descritas nos conceitos de presença, inclusão, confirmação e comunicação. Nesse aspecto fazer a integração dessas formas com o conceito de *awareness*, é um jeito de acreditar que a partir do momento que se alcança a *awareness* seguindo um método fenomenológico, faz-se possível perceber e sinalizar ao cliente como se está em contato com ele.

As formas não estão em linhas cronológicas, mas descritas nessa ordem por definição didática. Sendo que uma interdepende da outra.

A presença tem como entendimento, olhar o outro como ele é, diferente do indivíduo e de qualquer necessidade do que o vê ou percebe. É acolher o cliente sem *à priori*, em relação ao tema que o faz procurar psicoterapia. Então, é desamarar de pré-conceitos que possam existir e interferir no trabalho do cliente. Sem esquecer de que

não é preciso anular a pessoa do terapeuta para se relacionar com o cliente, mas estar aberto tanto quanto possível para o outro.

Através da inclusão, busca-se a experiência mais próxima possível do cliente, sem perder o próprio centro, é como diz Hycner (1997, p.42) “A inclusão é um movimento de “ir-e-vir”, de ser capaz de pular para o outro lado e ainda assim permanecer centrado na própria existência”. É o movimento do ajustamento criativo confluyente saudável. Não é empatia, por que há uma diferença onde empatia é um sentimento e ignora um lado que seria no caso da terapia o do terapeuta.

Na confirmação, tem-se a compreensão que é voltar-se para o outro e afirmar sua existência com diferenças. Portanto, algumas pessoas não experienciaram a confirmação quando crianças (que seria quando mais precisavam), assim, formam um “falso eu” que é um substituto para chegar à confirmação do que imagina que o outro deseja afirmar. Porém, confirmar significa “aprovar” o que é autêntico no outro, mas tendo o cuidado para não confirmar uma inverdade ou uma interrupção do contato.

Por fim, na comunicação pode-se considerar o cliente um ser genuíno. Sendo, importante o terapeuta não esperar, nem planejar nada, que possa acontecer no processo de psicoterapia, e sim deixar e ver o que se pode fazer com o que acontece e aparece.

2.4.3. Ajustamento Criativo

O ajustamento criativo é a forma como o indivíduo se coloca no meio, satisfazendo as suas necessidades, promovendo através desse processo o crescimento pessoal. Nesse modo podemos ver em Robine (2006), que o ajustamento criativo é a maneira de estar ligado ao novo que está acontecendo no momento presente da situação, pois, esse conceito pode ser descrito como uma das idéias centrais para a psicoterapia.

Segundo Perls, Herfferline e Goodman, (1997), o contato é o caminho da construção que formará um campo de presença; poder chegar assim na descoberta de possibilidades como resposta para um só evento. “Veremos de acordo com isso que o caráter de estar presente numa situação e o ajustamento criativo constitui a função-*self*”. (ibidem, p.206). Denominam-se as funções do *self* de: função ego, função id, função

personalidade. Assim, o self também é entendido a partir das dinâmicas que vão acontecer no sistema de contato: no pré-contato, contato, contato final e no pós-contato.

O mecanismo resistente consiste em um conflito entre o interno (auto-regulação orgânica e a integração das polaridades) e o externo, o que significa que o indivíduo no movimento resistente tenta defender-se das ameaças sofridas pelo mundo, equilibrando-se no seu processo de vida. O que pela primeira vez é considerado criativo, após repetições de escolha por determinadas formas, vai ser identificado como ajustamento neurótico. Alguns especialistas vão abordar o tema considerando o olhar da psicopatologia na Gestalt Terapia, assim, percebendo as formas de interrupções feitas pelo cliente no contato.

Em certos momentos de sobrevivência, a resistência é importante, pois, é uma energia que auxilia a pessoa na relação com o mundo. Podemos pensar então, que a resistência seria uma maneira saudável, um ajustamento criativo que no momento foi necessário para manter a integridade no contato.

A resistência no início surge como um ajustamento criativo, e só vai deixar de ser, quando esse comportamento perante o mundo continuar de forma cristalizada. Mas essa se torna disfuncional a partir do momento em que o indivíduo continua dando velhas respostas a novas situações da sua vida. De outro jeito, porém, podemos ver no processo terapêutico, o cliente verificar uma situação e a partir dela “arranjar” uma nova possibilidade de acontecimento, e assim fechar uma gestalt inacabada, e promover um crescimento para rumos diferentes de ver o mundo; é muito bonito esse acontecimento na terapia.

Para Perls (1988), quando o cliente já cristalizou a sua maneira de viver no mundo, pode considerá-lo um neurótico, que é entendido como resistente. Sendo que, no processo de psicoterapia, investir contra a resistência é fazer com que essa se fortaleça ainda mais.

Nesse sentido, cada cliente como ser humano, tem suas particularidades e, portanto uma maneira específica de se vincular com o terapeuta. Assim, sua forma de vinculação vai depender dos seus fundos de vividos.

Entende-se o conceito de vínculo, como o modo do indivíduo se experienciar na relação com si e com o mundo e assim como esse foi correspondido na ação do

contato. Acreditamos que essa possa demonstrar sua postura corporal que servirá de base para as suas relações afetivas. (4)

Nesse contexto, partindo da intervenção de observação dos sentimentos através do corpo que na Gestalt Terapia se chegará as “raízes” das dinâmicas de contato: confluência, introjeção, projeção, retroflexão e egotismo.

Logo, o terapeuta precisa estar atento ao tipo de vínculo que o paciente disponibiliza e necessite para entender a natureza do seu próprio vínculo e assim, compreender como ele facilita ou dificulta o seu processo de vinculação.

Nesse sentido, para Hycner (1995, p. 55), “antes de tudo, em uma abordagem dialógica genuína o terapeuta é visto como “alguém que está a serviço do dialógico””. Acredita-se que para o “bom” trabalho do terapeuta é preciso que este coloque de lado suas questões pessoais a cerca do que o cliente está trazendo. É colocar ao cliente como impacta o que ele está trazendo, mas sem seu pré-juízo como fundo para entender o cliente.

2.4.4. *Self*: Funções e Dinâmicas.

O *self* dá unidade ao contato, e assim pode-se dizer que é através do contato que se constrói o *self*, possibilitando sua maneira de estar no mundo. A partir do nascimento o indivíduo, vai aos poucos constituindo seus contatos e como seqüência construção do *self*, que é entendido como a maneira particular de se portar no mundo.

A cada contato que o *self* desenvolve no mundo, há uma transformação da pessoa. Só que esse contato não se estabelece com a estrutura mundo e esse só poderá acontecer na relação, ou seja, no *entre* descrito por Buber (2004), onde a pessoa disponibiliza o seu “mundo” para estar na relação com o outro. Infelizmente, essa forma pouco é vista nos nossos dias. Então, a busca do terapeuta gestáltico é proporcionar ao cliente uma busca de qual jeito esse está se relacionando.

(4) - Artigo da Revista Psicologia Corporal n.01 - 11/98 “Vínculos e sua Função Reorganizadora”. Por: Adriana Dal- Ri

Como a teoria fica como fundo de todo o processo, desse modo, o terapeuta estará abrindo-se para o cliente de forma que não haja nenhum pré-conceito sobre a forma que esse possa ter escolhido para se relacionar com o seu mundo.

A mudança e o auto-conhecimento acontecem, quando a pessoa na fronteira do *self* seleciona "algo", esse somente passa a constituir nova propriedade do *self* à medida que é assimilado e apropriado por ele.

O contato está no presente, que não é o presente estático, mas em movimento, (recebendo passado e futuro), e concreto porque sempre se vive no aqui agora. Assim, de acordo com Perls, Herfferline e Goodman, (1997, p. 179), “não se deve pensar o *self* como instituição fixada, ele existe onde quer que haja de fato uma interação de fronteira, e sempre que esta existir. Parafrazeando Aristóteles: quando se aperta o polegar, o *self* existe no polegar dolorido”.

Nesse contexto, na terapia, é possível observar clientes no processo de não atentos ao que os vívidos estão possibilitando, mas em busca de uma resposta baseada no passado, sem presentificação da “verdadeira” emoção. É uma fala baseada no lá então (passado), sem percepção do que está acontecendo no aqui agora, a partir do que essa emoção provoca.

Conforme Perls, Hefferline e Goodman, (1997), o *self* é considerado como um sistema flexível e variado. O *self* integra as funções perceptivo - proprioceptivas, funções motor - musculares e necessidades orgânicas. Assim, não pode ser considerado como sistema fixo. Nesse sentido, para Perls, Herfferline e Goodman, (1997, p. 180), “em situações de contato, o *self* é a força que forma a gestalt no campo; ou melhor, o *self*, é o processo de figura/fundo em situações de contato”.

O *self* se constitui com funções e dinâmicas. Entende-se por funções: função ego, função id, função personalidade. Já, as dinâmicas do *self* acontecem no sistema de contato, que inclui o pré-contato, contato, contato final e pós-contato. Descreveremos agora cada etapa desse processo.

No pré-contato, há uma necessidade que surge e torna-se figura, porque existe um horizonte de passado, que sustenta o fundo. Acontece então uma orientação do excitação que simultaneamente tem um horizonte de futuro. Essas formas são o *self* no tempo de passado, presente e futuro. Já a orientação para o futuro, vai ser chamada de contato, que vai acontecer a partir da deliberação ou da decisão.

Para Robine (2006), a interrupção do sujeito na fase do pré-contato, mostra que há uma fixação na confluência, do não largar o que não é seu para poder abrir possibilidades de contato com outras novidades.

Conforme Granzotto (2005), para transcender o campo de presença é importante agir logo após a deliberação, onde uma nova ação ou um novo ato será resultado de um novo evento, acontecendo o contato. Nesse momento da relação com o ambiente, é a hora de escolher o que se quer para alcançar satisfação da necessidade em foco. Após esse ciclo (que didaticamente é assim descrito de forma teórica visando compreensão conceitual), fecham-se as gestalten, e o que foi assimilado passa a ser fundo, caracterizando-se como vividos, e co-presentes nos eventos seguintes.

Completando a satisfação da tarefa inicial através da ação, tem-se o contato final e a abertura de novas possibilidades. Segundo Robine (2006, p.65), “o contato final é a meta do processo de contato...”. Assim, “o pós-contato é a consequência do contato, isto é, o crescimento”. Com o fechamento do ciclo, inicia-se uma nova etapa, contando com a assimilação do que foi vivido na experiência anterior.

Para poder descrever as funções do *self*, é importante relatar que essas funções estarão descritas dessa forma para destacar o estudo e não são estáticas e nem demarcadas na função *self* do indivíduo. Assim, didaticamente é o melhor jeito de observar e discutir o tema.

Função id tem como “tarefa” no processo de *self* ser um corpo próprio, que se entende por si mesmo num campo de relação entre organismo e o ambiente. A função id se caracteriza por ser essencialmente inconsciente. Assim, o “id então surge como sendo passivo, disperso e irracional...” Perls, Herfferline e Goodman, (1997, p. 186). Portanto, a função id, mobiliza a espontaneidade do sistema *self*.

É possível entender a função ego a partir da *autoconsciência* do ego, descrita por Perls, Herfferline e Goodman (1997, p. 185), como “deliberada, de modo ativo, sensorialmente alerta e motoricamente agressiva, e consciente de si própria como estando isolada da sua situação. A deliberação saudável é a restrição consciente de determinados interesses, percepções e movimentos para concentrar a atenção em outra parte com uma unidade mais simples”. O ego refere-se à deliberação, ação e destruição de obstáculos. Ou seja, tudo que se relacionam as transformações e ações caracteriza-se como funções ego.

Na função personalidade, o *self* pode ser entendido como a forma de “racionalização” dos atos que o ego realizou. Aqui se pode, incluir as noções de moral, valores e as regras internalizadas do meio. Assim a função personalidade caracteriza-se pelos papéis assumidos pelo sujeito no mundo.

Segundo Perls, Herfferline e Goodman, (1997, p. 187), “A Personalidade é o sistema de atitudes nas relações interpessoais; é a admissão do que somos, que serve de fundamento pelo qual poderíamos explicar nosso comportamento, se nos pedissem uma explicação”. Assim, essa função tem autonomia de escolha com *awareness* reflexiva no processo.

2.4.5. Formas funcionais e Disfuncionais de estar no mundo.

No processo de formação, Perls, Hefferline e Goodman, (1997), vão considerar cinco os tipos de processo de crescimento, conforme a forma do homem se colocar e de se relacionar no mundo. As formas descritas são: a confluência, projeção, introjeção, retroflexão e o egotismo. Essas formas podem se estabelecer enquanto resistências funcionais ou disfuncionais. Veremos como elas aparecem saudáveis ou não, no processo terapêutico. Visto que, as formas não podem ser encaradas como estruturas marcadas na constituição da pessoa. Elas são entendidas pela Gestalt Terapia, como formas horas funcionais e em outros momentos disfuncionais de o indivíduo, manter contato com o que o cerca.

Para Perls (1988), um recém-nascido faz confluência com sua mãe, pois precisa dela, porque ainda não consegue distinguir o que é seu e o que é o mundo. Assim, essa é uma forma funcional de confluir.

De acordo com Perls, Herffeline e Goodman (1997, p.252), “a distinção entre as confluências saudáveis e as neuróticas é que as primeiras são potencialmente contatáveis (por exemplo, a memória disponível) e as últimas não podem ser contatadas devido à repressão”. É importante esclarecer que não se conflui com a pessoa, mas sim com o conteúdo do que ela traz que vai buscar um fundo de vivido na história do terapeuta.

Assim, a confluência na forma saudável vai acontecer a partir dos sistemas de contato. Na função id, acontece quando há ausência de experiência na fronteira, ou seja,

na passagem do pré-contato para o contato no processo de construção e destruição de *gestalten*, não há reflexão sobre o ato.

No pré-contato – o *self* está inteiramente “comprometido” com a situação (organismo-meio) – e a sensorialidade vai num crescente e a *awareness* (sensorio-motora) está ampliada.

Na função ego, o contato existe. A formação da figura que é constituída pelo meio em suas múltiplas possibilidades pode ser contatada para dar sentido e direção ao fechamento da situação, ou seja, há horizonte de futuro.

No contato final – o *self* alcança o seu máximo e está completamente comprometido com a situação do contato em andamento. No pós-contato – o *self* diminuiu, o que era figura agora vai para um fundo possibilitando nova assimilação. O equilíbrio está restabelecido, há relaxamento.

A confluência disfuncional vai impedir o pré-contato. O seu estado sensorial não estará disponível para o novo, impedindo assim a emergência de uma situação nova, a excitação. A pessoa está presa à situação inacabada, que por sua vez, encontra-se presa a uma outra anterior que lhe facilitava satisfação, pois essa é uma situação conhecida e segura. Não é um apego ao contato, pois ele já terminou e sim um apego a uma situação inacabada. Concluindo assim um não contato, pois não há figura que se destaque do fundo, gerando um estado de dependência total do meio.

O mecanismo da confluência impossibilita o cliente de manter contato com o mundo externo e consigo. A fronteira do *self* é interrompida deixando que o indivíduo sinta-se identificado com o grupo e não mais identificado como pessoa. Fica impossibilitado, de identificar o que é seu, e o que é do mundo externo.

Para Ginger (1995), quando acontece o rompimento abrupto da confluência a pessoa pode perder sua zona de conforto que foi adquirida no processo, podendo chegar ao processo psicótico ou no processo de culpa.

O trabalho terapêutico é possibilitar ao cliente a sua individualidade e sua diferenciação do mundo. É nesse momento possibilitar seu vínculo terapêutico como suporte para que este alcance e experiencie o vazio. O que Perls (1988), vai identificar de vazio fértil, que é o momento que se possibilite “ficar zerado” para assim, iniciar um novo processo de formação de figura agora com possibilidades identificá-las como sua. Um exercício que o terapeuta pode propor para que o cliente chegue a esse momento é

exercitar com ele o trabalho de iniciar a frase com “eu”, por exemplo: “eu quero chocolate” e não “eles querem que eu queira chocolate”.

A confluência é o momento em que se rompe o excitamento primário (sendo à base da neurose), e assim é a partir dessa que se começa a desenvolver as outras dinâmicas: introjeção, projeção, retroflexão e egotismo.

A introjeção, em sua forma saudável promove a aprendizagem, por exemplo: a linguagem falada e escrita em que todas as crianças que adquirem, incluídas em uma sociedade, a introjetam e podem manter contato com as outras pessoas e assim compreenderem e serem compreendidas.

Em sua forma disfuncional, o introjetor vai interromper a excitação, substituindo seu verdadeiro desejo por algo que é do outro. Chegando a um acordo consigo de inversão de afeto, desconhecendo o seu, para valorizar e aceitar o do meio. E como única saída de ajustamento criativo, é a satisfação através do masoquismo.

Para Perls (1988), um indivíduo ao aceitar conceitos ou atitudes do mundo externo sem que reflita, indague e critique, e que isto não seja verdadeiramente seu, pode estar desenvolvendo o processo de introjeção. Tudo que lhe causa desconforto ao ser ingerido é depois jogado fora ou fica depositado no organismo de forma muito incômoda, contendo informações não aceitas, mas, que a pessoa às depositou por algum motivo.

De acordo com Polster (1979), a pessoa que absorve valores do mundo externo quando criança necessita que na fase adulta seja da mesma forma, alguém faça para ela. Ao haver uma mudança no mundo pode surgir na pessoa o sentimento de ansiedade e assim, sua atitude defensiva será seu modo de viver no mundo.

Quando no processo de psicoterapia o cliente solicita ao terapeuta para que este dê respostas prontas para suas queixas ou dúvidas, é importante e necessário que não se deixe “seduzir” pela tentação de saber o que é melhor para seu cliente, possibilitando assim, direcionar o caminho que ele deva seguir. O trabalho do gestalt terapeuta é acompanhar o cliente com o seu suporte e onde esse consegue o levar.

A introjeção é sempre resultado de uma projeção. Na projeção impõe-se responsabilidade ao meio, mas na verdade o *self* do indivíduo é quem foi responsável por determinada ação. Na introjeção o *self* é invadido pelo mundo exterior, na projeção

é o *self* que invade o mundo exterior. Segundo Robine (2006, p.68), é possível considerar projeção saudável é o que chamamos no senso comum de “intuição”.

O cliente interrompido nesse mecanismo tem uma perturbação na fronteira de *self*, pois ele acha que os outros estão armando algo contra ele. Mas na verdade é ele quem trama algo contra os outros. Isso o impossibilita muitas vezes de manter um contato sem desconfiança e sem projetar nada que é seu em outra pessoa.

Para Polster (1979), no mecanismo de projeção a pessoa não aceita os seus sentimentos e ações, direcionando assim a outra pessoa e não a ele. Na projeção não existe pré-contato, porque a pessoa não se aproxima e nem confronta nada com o meio, assim, nega os sentimentos como sendo seus. Como satisfação possível à pessoa alcança a fantasia de forma dramática, tendo pensamentos não verdadeiros com a realidade existente.

Nessa forma de contato a partir do mecanismo de projeção o cliente não consegue identificar os sentimentos como seus e assim, verbalizam e vivenciam como sendo dos outros. O vínculo terapêutico vem de encontro nesse momento em terapia para auxiliar ao cliente que identifique a diferenciação e apropriação do que realmente possam ser sentimentos seus. Portanto, identificar e responsabilizar como forma de escolha de estar no mundo. O terapeuta disponibiliza o mecanismo de presença e inclusão como “técnica” para esse alcance.

De acordo com Perls (1988), retroflexão é uma energia que o indivíduo mobiliza para jogar para o mundo, na tentativa de satisfazer suas necessidades, voltando-a para si, tornando-se assim seu principal inimigo. Ao observar a sua “raiz” tem uma situação inacabada na projeção.

A retroflexão funcional acontece na medida em que o cliente retrai alguns sentimentos e vontades que possam prejudicar o meio ou as pessoas que fazem parte desses. Para Polster (1979), a retroflexão é uma capacidade humana de se dividir em observador e observado. É uma das habilidades do homem de falar consigo, ou seja, os pensamentos podem ser considerados como forma saudável da retroflexão. É uma forma de auto-conhecimento, para após se estender para o contato com ação. Sendo assim, é o controle de si ligado à intervenção da vontade como processo de dar-se conta, permitindo um reajuste no campo, da situação e das emoções e ainda uma correção dos fundos vividos. Vimos isso acontecer de forma saudável.

Mas a retroflexão disfuncional acontece na medida em que o indivíduo não consegue controlar suas necessidades exacerbadas, trata a si como o único objeto possível de satisfação. A pessoa se impossibilita de confiar na energia do meio, interrompendo assim a ação e em consequência ocorre uma luta interior. Isso nos faz acreditar que esse seja o mecanismo neurótico que mais traz sofrimento para o cliente. Existem duas formas de mecanismo retroflexivo, fazer para si o que gostaria de fazer ao meio. E ainda, fazer a si o que gostaria que o meio lhe fizesse. E assim nenhuma das maneiras o satisfaz.

Esse é o mecanismo que os gestalt terapeutas acreditam ser a forma mais visível, pois, é no corpo que as interrupções vão aparecer e se tornam notórias. Nessa direção a Gestalt Terapia é uma abordagem que enfoca o como acontece e não o porquê acontece. Isso na prática clínica significa que o terapeuta não deve estar focado no conteúdo e onde aconteceu a interrupção. Mas, este precisa sim, estar atento para as mudanças que esse mecanismo de retroflexão provoca no comportamento do cliente, ou seja, é verificar com ele (cliente) se percebeu a mudança e o que está sentindo no exato momento. É estar alerta para as visualizações corporais que o mecanismo retroflexivo provoca no organismo do indivíduo.

A dinâmica de contato egotista vai enfatizar a maneira como o indivíduo se relaciona com o meio. Sendo que há uma inter-relação com o meio sem que haja contato e sem sair da fronteira, pois esse se utiliza do meio para se satisfazer, mas se engana por não haver contato, não havendo satisfação. Tendo apenas a vaidade como satisfação possível de se utilizar do meio para uso próprio e não trocar nada com ele (meio). Na verdade acredita-se que o egotista tem medo do abandono. Assim visita um pólo a outro quando o assunto é como se sente, vai do sentimento “do grandioso” para “do lixo”.

Ele evita qualquer coisa que sai do seu controle, por medo da competição, mesmo sendo pessoas muito inteligentes e extremamente conhecedoras. São solitários, pois se impedem de manter contato impossibilitando-se de novas experiências. Em Robine (2006, p.68), teremos “o egoísmo, saudável possibilita uma verificação das fronteiras, reduz o contato-final, mas não recusa o envolvimento”. Podemos ver isso acontecer na terapia, quando o cliente nos explica algo que necessariamente é preciso uma elaboração teórica rica para que se entendam os conceitos do qual quer chegar, e assim, verifica-se em contato de como está se sentindo frente à explicação tão correta. E se vê satisfeito por ser entendido, naquele momento.

No processo terapêutico o cliente que mantém um ajustamento egotista, exige do terapeuta uma atenção redobrada, para que este cliente não faça da lógica racional somente a forma de contatar. Esse tem como vaidade a sua satisfação de responder racionalmente questões que lhe solicitem emoções, e assim, o faz muito bem.

Segundo Robine (2006), entendemos que, para entendimento didático do que foi exposto acima temos: nas fases de dinâmicas do self o acontecimento de formas saudáveis ou não de contato. Que na fase do pré-contato, o acontecimento da confluência. Na fase do contato, podem acontecer os mecanismos de introjeção, projeção e retroflexão. Já no contato-final só poderá parecer o mecanismo egotista. Mas, o pós-contato, é o momento em que há um crescimento ou não, ou seja, prevê-se aqui um distanciamento e uma retração. Quando nessa etapa houver uma nova interrupção, pode-se iniciar o ciclo com uma nova confluência interrompendo um novo contato, com possibilidades de acontecer.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Acreditamos e verificamos que o contato terapêutico acontecendo no espaço terapêutico é a verdadeira forma de entrega, de estar em contato com o cliente que o terapeuta estará possibilitando o desenvolver do vínculo terapêutico, imprescindível para que estabeleça um atendimento psicológico. Ou seja, trabalhando no processo da Psicologia Dialógica descrita por Buber, em que se enfatiza o contexto relacional total, no qual a singularidade de cada indivíduo e sua particularidade é valorizada.

Portanto, é observar um estar aberto à alteridade para aquilo que é singular do outro, e atento para a relação que prioriza o humano que há no outro. Logo, acreditamos um estabelecimento de vínculo na Gestalt Terapia se dá através da relação de contato, que se inicia na relação terapêutica.

Nesse contexto, nenhuma pessoa tem sua história construída aleatoriamente, mas, identificada e delineada no campo da qual faz parte. O comportamento da pessoa deixa de ser visto como resultado de uma realidade e passa a ser entendido assim, em função do campo na qual pertence e com a sua cultura sócio-histórica.

O papel do terapeuta, no processo terapêutico, é poder centralizar, limitar e verificar o que, daquilo que é trazido pelo cliente, mobiliza suas emoções, já que o cliente vai procurar no recurso da psicoterapia respostas para suas angústias, referentes

aos mais variados temas. Nesta perspectiva, o psicoterapeuta precisa estar “aberto” às temáticas do mundo contemporâneo, ou seja, não fazer de seus pré-conceitos a base para a percepção daquilo que o cliente lhe trás como revelação.

A partir da Gestalt Terapia é possível tratar as superações dos problemas do paciente como uma nova figura sendo re-configurada, e assim, acessar fundo de vividos, possibilitando uma nova figura, ou seja, uma gestalten nova, portanto um ajustamento criativo e saudável.

Então, acreditamos que, ao escolher a Gestalt Terapia como teoria de compreensão da prática clínica, o terapeuta está visando ampliar seu trabalho de psicoterapia, através das relações de contato que vai estabelecer com seu paciente. E assim, proporcionar o alcance da *awareness* para situações da sua vida. O processo de *awareness* do terapeuta precisa estar bem acurado, considerando que somos nós mesmo, os terapeutas, nosso instrumento de trabalho para o desenvolvimento das técnicas e métodos descritos e fundamentados na teoria. Dessa forma, é possível que esteja presente nossa singularidade e particularidade sem a obstrução da singularidade do nosso cliente.

Portanto, o vínculo terapêutico possibilita no aqui e agora o alcance da *awareness*, quando e assim, demarcar com o cliente a experiência acontecida naquele momento, para a qual não há explicações científicas e sim, considerar que é um encontro entre “almas” que se relacionam num momento especial da vida de ambos. Arriscamos acreditar que, o processo psicoterápico tenha “ganhos”, o cliente com qualidade de vida e o terapeuta com o maravilhoso processo de estar na relação para acompanhar seu cliente na jornada de descobertas existenciais.

Na busca da homeostase me que o organismo vai descobrir seu caminho para satisfaz suas necessidades procurando se re-equilibrar e é indiscutível, a partir das leituras feitas fundamentadas na base da Gestalt Terapia e seus conceitos teóricos, afirmar que o contato é o caminho pelo qual o indivíduo chega até ao meio e a partir desse obtém o fechamento da gestalt com a auto-regulação. Logo, nós terapeutas proporcionamos ao cliente, o delineamento do “mapa” por onde ele está passando e assim, auxiliamos a perceber se quer continuar; ou sua busca com a entrada na psicoterapia possa mostrar que outros caminhos possam ser seguidos para que esse alcance do alívio dos seus anseios tenha como objetivo a sua evolução na condição humana.

E é assim, também para a Gestalt Terapia, onde a pessoa que procura um terapeuta estará sendo recebida por um profissional que se utilizará do olhar teórico, estando na relação como pessoa, utilizando-se da ética e direcionada a respeitar os limites e anseios de seu cliente e suas particularidades. A postura do gestalt terapeuta na utilização da Abordagem Dialógica é de se perceber conhecedor de seus “instrumentos” como profissional disposto a seguir fundamentado no contato no aqui-agora que deve prevalecer na relação, sendo ele o grande responsável com o encontro com seu cliente.

É importante compartilhar a opinião de que é possível caminhar teoricamente sobre o tema deste trabalho – Vínculo Terapêutico, mesmo quando já existem referências bibliográficas sobre o assunto. Sempre há algo novo a ser descoberto e assim, já praticamos o respeito na alteridade do outro, proporcionando o interesse pela discussão sob o olhar de um novo escritor.

Outra evidência é a apresentação de que o olhar terapêutico na Gestalt Terapia, na forma de respeito à singularidade de cada pessoa, estabelece o contato entre cliente e terapeuta. Um dos importantes aspectos que faz a Gestalt Terapia se diferenciar de outras abordagens psicológicas é o fato de ela respeitar qualquer demonstração de forma de viver, sendo que não salienta e nem reforça coisas que o cliente não traga, mas essa pode sim observar e discutir no âmbito do relacional.

Assim, para finalizar este estudo, foi possível deparar-se com o enfrentamento absoluto do terapeuta em si mesmo, quando está em relação com seu cliente, pois, estar aberto ao outro é se mostrar, também. E é por isso que fica claro perceber e entender que para a Gestalt Terapia o instrumento de trabalho do terapeuta é ele mesmo. Salienta-se a importância de se implicar no processo de estar com o cliente.

Sendo assim Cardella (1994), vai descrever que as relações de amor podem existir no contato terapêutico, acreditando que o homem é capaz de crescer e se auto-realizar.

Por fim, é importante ressaltar que este estudo, não tem interesse de ser conclusivo, mas ampliar possibilidades de aprofundamentos futuros.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- BUBER, Martin. Eu e Tu. (tradução do alemão, introdução e notas por Newton Aquiles Von Zuben). São Paulo. Ed. Centauro, 2004.
- CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos. O Amor na Relação Terapêutica: uma visão Gestáltica. São Paulo. Ed. Summus, 1994.
- D'ACRI, Gladys; LIMA, Patrícia; OGLER, Sheila. Dicionário de Gestalt-Terapia: "Gestaltês". São Paulo. Ed. Summus, 2007.
- DAMÁSIO, Antônio R. O erro de Descartes: Emoção, razão e o cérebro humano.(tradução de Dora Vicente e Giorgina Segurado). São Paulo. Ed. Summus, 1996.
- FIGUEIREDO, Luís Cláudio; SANTI, Pedro Luiz Ribeiro. Psicologia uma (nova) Introdução. 2ª ed. São Paulo. Ed. Educ, 1997.
- FIGUEIREDO, Luís Cláudio. A invenção do psicológico. Quatro séculos de subjetivação 1500-1900. 4ª ed. São Paulo. Ed. Educ, 1999.
- GINGER, Anne; GINGER, Serge. Gestalt uma Terapia do Contato.(tradução de Sonia de Souza Rangel). São Paulo. Ed. Summus, 1995.
- HYCNER, Richard. De Pessoa a Pessoa. Psicoterapia Dialógica. (tradução Elisa Plass, Enila Chagas, Márcia Portella). São Paulo. Ed. Summus, 1995.
- HYCNER, Richard; JACOBS, Lynne. Relação e Cura em Gestalt-Terapia. (tradução de Elisa Plass e Márcia Portella). São Paulo. Ed. Summus, 1997.
- KIYAN, Ana Maria Mezzarana. E a Gestalt Emerge: Vida e Obra de Frederick Perls. São Paulo. Ed. Altana, 2001.
- MÜLLER-GRANZOTTO, Marcos José; MÜLLER-GRANZOTTO, Rosane Lorena. Fenomenologia e Gestalt-Terapia. São Paulo. Ed. Summus, 2007.
- MÜLLER-GRANZOTTO, Rosane Lorena. Gênese e Construção da Filosofia da Gestalt na Gestalt-Terapia. Tese de Mestrado. SC. UFSC, 2005.
- PERLS, Fritz. A Abordagem Gestáltica e Testemunha Ocular da Terapia. (tradução de José Sanz; revisão técnica de Jorge Alberto Costa e Silva). 2ª ed. Rio de Janeiro. Ed. LTC, 1988.

- PERLS, Frederick; HEFFERLINE, Ralph; GOODMAN, Paul. Gestalt-terapia. (tradução Fernando Ribeiro). 2ªed. São Paulo. Ed. Summus Editorial, 1997.
- POLSTER, E. & POLSTER, M. Gestalt-terapia Integrada. Belo Horizonte. Ed. Interlivros, 1979.
- PORCHAT, Ieda. (org.). As Psicoterapias Hoje- Algumas Abordagens. São Paulo. Ed. Summus, 1982.
- RIBEIRO, Jorge Ponciano. Gestalt-Terapia: Refazendo um Caminho. São Paulo. Ed. Summus, 1985.
- ROBINE, Jean-Marie. O Self Desdobrado: Perspectiva de Campo em Gestalt-Terapia. (tradução de Sonia Augusto). São Paulo. Ed. Summus, 2006.
- RODRIGUES, Hugo Elidio. Introdução à Gestalt Terapia: Conversando sobre os Fundamentos da Abordagem Gestáltica. Rio Janeiro. Ed. Vozes, 2000.
- STEVENS, J. O. (org.). Isto é Gestalt. (tradução de George Schlesinger e Maria Júlia Kovacs; revisão científica: Paulo E. F. de Barros). São Paulo. Ed. Summus Editorial, 1977.
- YONTEF, Gary M. Processo, dialógico e awareness. Ensaio em Gestalt-Terapia. (tradução de Eli Stern). São Paulo. Ed. Summus Editorial, 1998.
- ZINKER, Joshef. O Processo Criativo. (tradução de). São Paulo. Ed. Summus, 2007.