

**COMUNIDADE GESTÁLTICA
CLÍNICA E ESCOLA DE PSICOTERAPIA**

DAYANE CRISTINE KRÜGER

**EU TE AMO, POIS ME AMO QUANDO ESTOU CONTIGO:
O CLIENTE QUE EXPRESSA SEU AMOR POR SEU
PSICOTERAPEUTA.**

FLORIANÓPOLIS - SC

2008

DAYANE CRISTINE KRÜGER

**EU TE AMO, POIS ME AMO QUANDO ESTOU CONTIGO:
O CLIENTE QUE EXPRESSA SEU AMOR POR SEU
PSICOTERAPEUTA.**

Monografia apresentada como parte das exigências para obtenção do Título de Especialista em Psicologia Clínica na abordagem da Gestalt-Terapia, pela Comunidade Gestáltica – Clínica e escola de psicoterapia.

Orientadora: Prof^a. M^a. Ângela Schillings

FLORIANÓPOLIS-SC

2008

**Dedico esta obra aos que eu amo,
pois me sinto amante de mim mesma quando estou com eles...
e é freqüente este sentimento.**

Agradeço aos meus pais...

Ao meu amor...

Ao meu grupo...

Aos meus amigos...

Resumindo, meu jovem amigo que pensa em ser terapeuta, se você sofre, se seus desejos são um pouco (ou mesmo muito) estranhos, se (graças a sua estranheza) você contempla com carinho e sem julgar (ou quase) a variedade das condutas humanas, se gosta da palavra e se não é animado pelo projeto de se tornar um notável de sua comunidade, amado e respeitado pela vida a fora, então bem-vindo ao clube: talvez a psicoterapia seja uma profissão para você. (CALLIGARIS, 2004.p.18)

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	7
1. O AMOR INEFÁVEL NA RELAÇÃO PSICOTERÁPICA.....	9
2. A FORMA DA GESTALT-TERAPIA.....	14
2.1 Awareness.....	14
2.2 Uma teoria de contato.....	16
2.2.1 O tocar.....	18
2.2.2 O ouvir.....	18
2.2.3 O falar.....	19
2.2.4 O movimentar-se.....	20
2.3 Ajustamento criativo.....	21
2.4 A estrutura <i>Self</i> e as funções <i>Id</i> , <i>Ego</i> e <i>Personalidade</i>	22
3. VIVÊNCIA TEMÁTICA.....	29
3.1 Dados do cliente.....	29
3.2 A revelação de um segredo íntimo.....	30
3.3 A manifestação do amor pela terapeuta.....	33
3.4 O desprendimento da relação terapêutica.....	35
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	38
REFERÊNCIAS.....	40

INTRODUÇÃO

Desde o corte do nosso cordão umbilical, todos nos tornamos seres separados, buscando a união com o que é diferente de nós.¹

A Gestalt-terapia oportuniza ao cliente dar-se conta do que ele faz e como ele faz algo no presente transiente, mesmo que suas pendências sejam do passado ou suas ansiedades para com o futuro. YONTEF (1998) afirma que, “na Gestalt-terapia não existe ‘deveria’ (as). Em vez de enfatizar o que deveria ser, enfatiza a *awareness* do que é. *O que é, é*”².

Nesse sentido, o gestalt-terapeuta atua como mediador na relação entre a pessoa com o mundo, vislumbrando o potencial constante de crescimento e auto-regulação, através do processo de desenvolvimento de auto-suporte, para o cliente ter condições de lidar com suas dificuldades e necessidades genuinamente, uma vez que este processo ocorre quando a pessoa se conhece, se aceita e se responsabiliza por suas escolhas. Configura-se, assim, uma relação de acolhimento e interação voltados para o que se apresenta saudável.

YONTEF (1998) ressalta a possibilidade de terapeutas e clientes se relacionarem baseando-se no que de fato é experienciado, realizado ou necessitado no exato momento da psicoterapia. O amor do cliente por seu terapeuta, durante o processo terapêutico, é uma situação muitas vezes vivenciada em consultório, porém, há poucos registros sobre tal assunto, provavelmente devido ao acanhamento dos profissionais da área, conforme afirma BRUÇÓ (1996). CARDELLA (1994) também afirma que “na literatura gestáltica, são raras as

¹ POLSTER, Ervin, e POLSTER, Miriam. Gestalt-terapia integrada. Tradução de Sonia Augusto. São Paulo: Summus, 2001.p.111.

² YONTEF, Gary M. Processo, Diálogo, Awareness. Tradução de Eli Stern. São Paulo: Summus, 1998.p.22.

referências sobre o amor como fenômeno humano”³. Contudo, ressalta-se a importância da presente monografia no intuito de expandir novos apontamentos e encorajar outros terapeutas a registrar e publicar suas experiências no *setting* terapêutico, enriquecendo imensamente a troca de conhecimentos.

Propõe-se, então, apresentar o tema “o amor do cliente por seu terapeuta”, a luz da Gestalt-terapia, abordagem que se fundamenta fenomenologicamente na descrição das relações subjetivas humanas. Tal abordagem inclui a postura do terapeuta na prática clínica como instrumento de trabalho, dada a impossibilidade de abster-se completamente das suas próprias experiências e interrupções, uma vez que o ser humano é um todo uno e integrado na visão de homem em Gestalt. Dessa maneira, a Gestalt-terapia é e está na relação cliente-terapeuta e funda-se no *setting* terapêutico. Sem o objetivo de esgotar o tema proposto, apresentam-se considerações sobre o amor na relação entre cliente e terapeuta, considerações sobre a Gestalt-terapia pertinente e análoga ao caso a ser descrito posteriormente, finalizando com as considerações finais.

³ CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos. O amor na relação terapêutica: uma visão gestáltica. São Paulo: Summus, 1994.p.41.

1. O AMOR INEFÁVEL NA RELAÇÃO PSICOTERÁPICA

Em estado de amor, podemos nos apresentar disponíveis ao outro, porém, o outro só poderá compartilhar o amor a partir do próprio estado de amor. Dessa forma, o amor pode ser recebido apenas em estado de amor, para ser percebido, sentido ou vivido.⁴

Amor impulsiona e instiga aquele que se prepara para entregar-se na relação com o outro. Caracterizado como uma das questões existenciais básicas, o amor é um dos maiores desejos e uma procura constante do ser humano. CARDELLA (1994) concebe o amor da seguinte forma:

Estado e um modo de ser caracterizados pela integração e diferenciação de um indivíduo, que lhe permite ver, aceitar e encontrar o outro como único, singular e semelhante na condição de humano [...] de natureza incondicional, o que implica a capacidade de amar o diferente e não apenas o semelhante. [...] implica a capacidade de estabelecer limites entre si e o outro, um contato de boa qualidade e retração, além de espontaneidade e autenticidade [...] envolve maturidade emocional, responsabilidade e posse da própria vida, auto-sustentação e independência em relação aos demais.⁵

A autora discorre sobre diferentes formas de o amor ser manifestado, entre elas o amor por si próprio como sendo condição primária para a pessoa estabelecer quaisquer relações amorosas. O amor por si próprio envolve a aceitação incondicional do próprio ser, que reconhece suas limitações vendo-se, ouvindo-se, compreendendo-se, respeitando-se e confirmando a si próprio. Uma vez que a confirmação de si próprio só é possível de ser estabelecida através do recebimento da confirmação de outros, “a experiência da confirmação está, então, no cerne do desenvolvimento do amor por si mesmo e da capacidade de amar o outro”⁶. Contudo, não é possível manifestar um estado amoroso naquele dependente ou

⁴ CARDELLA, 1994.p.16.

⁵ CARDELLA, 1994.p.16-22. A autora refere-se à responsabilidade nesse contexto como sendo “capacidade de responder às necessidades psicológicas da outra pessoa, o que não significa supri-las permanentemente, e sim, considerá-la na relação como alguém vulnerável às atitudes e aos comportamentos próprios”.

⁶ CARDELLA, 1994.p.23. A autora refere-se ao ato de confirmar como sendo um ato de amor, “é reconhecer a outra pessoa como alguém que existe em sua forma singular e que tem o direito de fazê-lo. Confirmar a si mesmo é reconhecer a própria existência, validar-se como um ser humano único, considerar as próprias potencialidades e compreender as limitações”.

imaturamente emocionalmente e cristalizado no seu processo de crescimento, restando a ele uma relação simbiótica com o outro tido como elemento de satisfação de suas necessidades emocionais básicas, alimentando, assim, o conflito, o sofrimento e a insatisfação constantes. Nesse caso, conforme a autora, não há os movimentos de aproximação e afastamento, imprescindíveis para o relacionamento saudável, quando a pessoa passa a vivenciar os relacionamentos amorosos ansiosamente e desenvolvendo padrões rígidos e repetitivos de comportamento nos relacionamentos.

A qualidade dos relacionamentos, segundo a autora, compromete-se devido ao isolamento, desconfiança e descrença manifestadas nas relações, levando a pessoa a não se sentir amada, percebendo-se incapaz de amar e expressar seus sentimentos. Desse modo, “o aprofundamento e a manutenção das relações amorosas torna-se uma ‘utopia’ distante”⁷, no paradoxo entre o amor caracterizado como grande objetivo do ser humano e também um de seus maiores medos. É uma constante nos processos terapêuticos o tema relacionamentos amorosos, sobre tudo, a vivência do amor no contexto terapêutico, podendo-se apresentar, conforme a autora, tanto no modo como o cliente estabelece a relação com o terapeuta, como também na forma como este amor é expresso na totalidade do processo terapêutico.

Na relação amorosa entre cliente e terapeuta, BRUÇÓ (2002) compreende o amor como uma atitude que incide “por encantamento” nessa relação. Dada esta atitude que inclui compreensão, aceitação e confirmação do cliente por parte do terapeuta, dá-se a possibilidade do cliente reconquistar sua “capacidade de amar e ser amado, ajudando-o a equilibrar-se emocionalmente”⁸. Assim, o terapeuta passa a fazer parte das relações do cliente, sem configurar um doar e receber ilimitados, e se torna outro potencial e de referência refletindo as diversas situações da vida do cliente. Os limites e possibilidades são estabelecidos, diferentemente de como acontece no dia-a-dia, e a psicoterapia é focalizada no processo da relação entre ambos.

O autor ainda refere-se ao amor presente na relação psicoterápica como aquele que se sabe quando e como é aceito ou não, há limites e discutem-se

⁷ CARDELLA, 1994.p.14.

⁸ BRUÇÓ, Mário Tadeu. A atitude amorosa subjacente à relação cliente-terapeuta: em busca do diálogo. Revista de Gestalt, Sedes Sapientral, nº 11, ano 2002.p.42. (cópia xerografada).

possibilidades que viabilizam o crescimento e o contato mais amplo, em direção à transformação criativa, subjetiva e relacional. Por ser inefável em sua totalidade, há uma linguagem simbólica de algo não necessariamente definido e, “o que lhe dá corpo é o seu sentido na existência da pessoa”⁹. Com isso, a atitude amorosa na relação psicoterápica possibilita ao cliente revelar-se capaz de amar. O autor ressalta que a atitude amorosa deve estar subjacente à relação cliente-terapeuta uma vez que o cliente necessita ser ouvido, aceito como é e desenvolver seu auto-suporte, e o terapeuta é aquele que pode mediar significativamente a reconstrução do mundo interno do cliente. O autor afirma que cada pessoa, por ser social e relacional, necessita ter sua existência confirmada pelo outro. O amor no contexto da psicoterapia visa à possibilidade do equilíbrio emocional e também resgatar e confirmar os sentimentos mais autênticos e puros do cliente.

CALLIGARIS (2004) trata do afeto na psicoterapia como facilitador, o amor como assegurador do processo terapêutico, desde que o encantamento cesse em algum momento e não mantenha o cliente em uma eterna dependência afetiva da terapia ou do terapeuta. Por mais genuíno que seja o afeto do cliente dirigido ao terapeuta, tem o seu verdadeiro alvo na vida ou na lembrança do próprio cliente. O autor pontua que, além de possibilitar o crescimento, o amor permite ao cliente viver ou reviver, na relação com o terapeuta, seus afetos e paixões dominantes em si.

O autor desaconselha transformar a relação terapêutica em relação amorosa e sexual baseada em um equívoco onde o cliente idealiza seu terapeuta, supondo que ele detém um saber de sua vida e com isso poderá “entendê-lo, transformá-lo e fazê-lo feliz [...] e quem idealiza acaba se apaixonando”¹⁰. Ele também articula que o amor do cliente pelo terapeuta pouco se difere de qualquer outro amor, uma vez que o equívoco no amor terapêutico é igual a qualquer que seja o amor, onde a pessoa apaixonada atribui qualidades, dons e aptidões e também idealiza seu objeto de amor, na expectativa de ser amado aos olhos de seus próprios ideais. Apesar disso, o autor assegura que é possível, por parte do terapeuta, ter carinho e simpatia sem se aproveitar do amor do cliente, caracterizando uma relação amorosa, saudável e terapêutica.

⁹ BRUÇÓ, 2002.p.43.

¹⁰ CALLIGARIS, Contardo. Cartas a um jovem terapeuta: o que é importante para ter sucesso profissional. 8ª edição. Rio de Janeiro: Elsevier, 2004.p.45.

Nos termos da teoria da Gestalt-terapia, CARDELLA (1994) refere-se ao relacionamento amoroso saudável como processo de contato, na possibilidade da pessoa diferenciar-se do ambiente e relacionar-se, como condição no desenvolvimento da capacidade de amar. No contrário disso, ou seja, quando não há a discriminação entre a pessoa e o meio, o processo de crescimento permanece estagnado, conforme já descrito anteriormente, valendo-se de mecanismos de evitação do contato, podendo o cliente isolar-se do meio ou confundir-se com ele.

Nesse caso, segundo o mesmo autor, o ajustamento confluyente como mecanismo de evitação do contato apresenta-se no relacionamento amoroso entre cliente e terapeuta caracterizado pela exigência de semelhanças e não há tolerância das diferenças entre eles, geralmente disfarçados ou “boicotados” na relação pelo cliente. A relação apresenta características simbióticas, como mencionado no início deste capítulo, e de dependência para aquele que conflui, no caso o cliente, geralmente tendo o sentimento de ameaça diante do afastamento do outro, o terapeuta.

ROBINE (2006) explora a definição de confluência da seguinte maneira:

A confluência designa para alguns uma plenitude, sensações oceânicas conscientes que seriam o objetivo do contato e a própria expressão do contato pleno. Para outros o objetivo do contato é a própria expressão do contato pleno. Para outros, remete a um “nós” indiferenciado e desprezado, do qual seria preciso fugir a qualquer preço, sob o risco de perder a individualidade.¹¹

De acordo com o autor, pode-se prever uma confluência saudável, quando esta possibilita a pessoa estar em contato deliberadamente com o meio, porém ainda há a diferenciação e o retorno à individualidade diferente de quando entrou. Quando esta separação não ocorre, a relação torna-se disfuncional, pois não há a satisfação genuína e a pessoa permanece confluyente a uma situação que se mantém inacabada, sustentando-se socialmente, satisfazendo necessidades que o meio apresenta, evitando a separação e estagnando o crescimento pessoal.

Contudo, ao contrário do que ocorre através do mecanismo de evitação do ajustamento confluyente disfuncional, o amor envolve relacionamento entre pessoas maduras e diferenciadas, a experiência de união e afastamento fluídos na fronteira de contato é característica da relação amorosa saudável, onde ambos os

¹¹ ROBINE, Jean-Marie. O self desdobrado: perspectiva de campo em Gestalt-terapia. Tradução de Sonia Augusto. São Paulo: Summus, 2006.p.95.

parceiros estão cientes, ou “*aware*” como usado na Gestalt-terapia, de suas diferenças e individualidades próprias. A teoria da Gestalt-terapia remete-se, em suma, ao relacionamento da pessoa com o mundo; o contato de um “Eu”, em sua plenitude e constante desenvolvimento e crescimento, com o que é diferente dele, ou seja, um “Tu”. A seguir, será apresentada a teoria da Gestalt-terapia sintetizada à compreensão do relacionamento amoroso no processo terapêutico focalizado no ajustamento confluyente de contato.

2. A FORMA DA GESTALT-TERAPIA

Muito mais do que a vontade de ensinar os outros e de mexer com suas vidas é importante [...] a aceitação carinhosa da variedade das vidas com todas as suas diferenças.¹²

Para haver uma compreensão teórica do que acontece quando o cliente expressa seu amor pelo seu terapeuta, propõe-se neste capítulo elucidar essa forma de relação à luz da teoria da Gestalt-terapia. Contudo, não se pretende esgotar a teoria nessa monografia.

A Gestalt-terapia é fundamentada no campo Fenomenológico como método de compreensão da realidade, caracterizada pelo uso da linguagem descritiva. Com a proposta de visão de homem em sua plenitude e em desenvolvimento integral de suas potencialidades, a Gestalt-terapia atua com o aqui-agora no *setting* terapêutico, considerando todos os dados objetivos e subjetivos, numa tentativa de desvelar o “o que” e o “como” as coisas acontecem, partindo do ponto de vista do campo organismo\ambiente. Dessa forma, o contato da pessoa com as partes que se apresentam na dinâmica de figura-fundo propicia uma nova percepção desses fatos, com desenvolvimento de auto-suporte para a pessoa ter condições de lidar com suas dificuldades e interrupções, através do processo da *awareness*.

2.1 Awareness

O conceito de *awareness* é da Gestalt-terapia propriamente dita, é o elo entre a Fenomenologia e a Gestalt. Na tentativa de explicar o processo de *awareness*, YONTEF (1998) refere-se à pessoa “estar consciente de” como estando “*aware*” da sua necessidade e que influencia nos seus movimentos e sentimentos.

¹² CALLIGARIS, 2004.p.29.

Para o autor, é um jeito de a pessoa estar em contato com a sua própria experiência de existir, e afirma:

Awareness é uma forma de experienciar. É o processo de estar em contato vigilante com o evento mais importante do campo indivíduo/ambiente, com total apoio sensorimotor, emocional, cognitivo e energético. Um continuum e sem interrupção de awareness leva a um Ah!, a uma percepção imediata da unidade óbvia de elementos díspares no campo. A awareness é sempre acompanhada de formação de gestalt. Totalidades significativas novas são criadas por contato de aware¹³.

Em se tratando das sensações e das ações relacionadas a elas, POLSTER e POLSTER (2001) ressaltam a auto-alienação “nessas perversões do relacionamento entre o sentimento e a ação”¹⁴. A relação entre as funções sensório-motoras é representada na experiência pessoal de *awareness* sensorial e a expressão que se mostra na ação. Essa união é chamada pelos autores de “Experiência Sináptica”, do grego “conjunção” ou “união”, cuja ênfase é as sensações e a expressão que emerge dessas sensações, formando uma única experiência.

Apesar de estarem intimamente ligados às sensações, os sentimentos incluem uma avaliação pessoal daquilo que emociona juntamente com o efeito que aparece no corpo, numa tentativa de encaixe de um acontecimento específico dentro do esquema mais amplo das próprias experiências. As sensações podem ser aceitas por si mesmas e não parecem exigir esse senso de encaixe num esquema maior, porém, por não serem específicas, dizem muito pouco a respeito do ser total de uma pessoa, conforme afirmam os autores:

Descrever o tom do sentimento, reconhecer as incongruências ou os vazios na experiência, focar aquilo que foi descoberto e ficar com isso até que a expressão orgânica emergja, todas essas situações usam os sentimentos como aberturas no ciclo da *awareness* e da expressão.¹⁵

Os autores exemplificam as batidas do coração que podem se intensificar por vários motivos não específicos, e complementam afirmando que na Gestalt-terapia, o objetivo é a pessoa abrir espaço para que os sentimentos sejam usados como um meio de integrar os vários detalhes de sua vivência.

¹³ YONTEF, 1998.p.215. Expressão usada também por PERLS, Frederick Salomon, HEFFERLINE, Ralph, e GOODMAN, Paul. Gestalt-terapia. Tradução de Fernando Rosa Ribeiro. São Paulo: Summus, 1997.p.46.

¹⁴ POLSTER e POLSTER, 2001.p.219.

¹⁵ POLSTER e POLSTER, 2001.p.228.

Assim como qualquer processo de *awareness*, a *awareness* deliberada é uma função de orientação que “dirige, mobiliza, canaliza, foca [...] um radar para o futuro”¹⁶, além de integrar a experiência do aqui-agora com o futuro e o passado culminante e resumido. A *awareness* deliberada reflexiva extrai sentido das sensações e sentimentos que levaram a pessoa a este momento presente de excitação. Uma vez que, no fluxo de figura-fundo, o excitação é reconhecido e expressado, está claramente definido e os elementos necessários estão disponíveis no meio e identificados, há a possibilidade da pessoa experimentar o senso de incisão e mover-se para um senso de completude e liberação. Nesse sentido, conforme autores, o excitação é figura.

Contudo, a *awareness* reflexiva centra-se em experiências unificadoras que incluem e resumem boa parte da vida vivida da pessoa e suas reações a ela, conforme afirmam PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN (1997) e YONTEF (1998). Deste modo, todo o processo de *awareness* que se objetiva na psicoterapia se caracteriza pela busca do contato genuíno da pessoa com o que é diferente dela, o novo que a transforma pelo sentir, pelo excitação e pela formação e destruição de gestalten. YONTEF (1998) assegura que a pessoa que está *aware* de si sabe e conhece o que ela faz e como faz e escolhe ser como é. Na oportunidade do processo de *awareness* total, o autor refere-se a uma funcionalidade completa quando acompanhada por aceitação, ou seja, a pessoa se conhece, envolvendo o próprio controle, a escolha e a responsabilidade¹⁷ pelo próprio comportamento e sentimento.

2.2 Uma teoria de contato

O contato é definido como “um todo de *awareness*, resposta motora e sentimento”¹⁸, e é entendido como base relacional fundamental e originária daquilo que se apresenta à experiência e constitui a base fenomenológica da Gestalt-terapia. Os autores definem contato conforme segue:

¹⁶ POLSTER e POLSTER, 2001.p.323.

¹⁷ YONTEF, 1998.p.216. O autor define literalmente responsabilidade como: “resposta-habilidade, habilidade de responder, de ser o agente primário na determinação do próprio comportamento”.

¹⁸ PERLS, Frederick Salomon. HEFFERLINE, Ralph. GOODMAN, Paul. Gestalt-terapia. Tradução de Fernando Rosa Ribeiro. São Paulo: Summus, 1997.p.68.

Entendamos contatar, awareness e resposta motora no sentido mais amplo, incluindo apetite e rejeição, aproximar e evitar, perceber, sentir, manipular, avaliar, comunicar, lutar, etc. – todo tipo de relação viva que se dê na fronteira, na interação entre o organismo e o ambiente [...] Primordialmente, o contato é awareness da novidade assimilável e comportamento com relação a esta; e rejeição da novidade inassimilável [...] Todo contato é ajustamento criativo do organismo e ambiente.¹⁹

A definição de contato como “sangue vital do crescimento, o meio para mudar a si mesmo e a experiência que se tem do mundo”²⁰, expressa o contato como condição *sine qua non* para a pessoa ser no mundo, ou seja, a pessoa só é, quando em contato com o mundo. Dessa forma, o contato e o ato de contatar, de acordo com os autores, apresentam-se essenciais no trabalho da Gestalt-terapia, uma vez que a experiência de contato é e está na “fronteira de contato”²¹, no “entre” o organismo e o meio, num processo de troca e como função sintetizadora da necessidade do elo de união e/ou separação entre eles.

POLSTER e POLSTER (2001) exemplificam que no próprio processo de crescimento, um abraço, um beijo, uma música, o vento, um olhar, só fazem sentido quando as duas partes se encontram, se misturam e se separam diferentes de quando se encontraram. Os autores ainda descrevem sobre um aspecto especial da capacidade de contato com *awareness* como sendo aquele momento único da pessoa consigo mesma, uma possibilidade de auto-questionamento, permitindo, assim, uma orientação no auto-crescimento.

Uma vez que “a ação traz as sementes do conhecimento interno, um conhecimento que abrange o alongamento das próprias fronteiras”²², a pessoa permanece sintonizada com suas ações, tendo esses momentos como guias pessoais e, através do sistema sensório motor, capta o mundo para si. POLSTER e POLSTER (2001), além dos cinco sentidos humanos (tato, olfato, visão, audição e paladar), incluem mais dois processos – a fala e o movimento – como “processos de

¹⁹ PERLS, F. HEFFERLINE, R. e GOODMAN P. (1951) apud ROBINE, 2006.p.59.

²⁰ POLSTER e POLSTER, 2001.p.113.

²¹ SCHILLINGS, Ângela. Fronteira de contato. In: D'ALRI, G. LIMA, P. e OCLER, S.. *Gestaltês*. São Paulo: Summus, 2007.p.116-117. Conforme a autora, “Fronteira de contato não é algo fixo e não pertence nem ao organismo nem ao meio, mas é o que os conecta indissociavelmente [...] sendo na fronteira que ocorre a experiência do organismo com o seu meio, sem que o organismo deixe de ser quem é, ao mesmo tempo que se modifica pelo contato que estabelece com o que não é ele, é nela (fronteira) que podemos perceber de que forma organismo e ambiente se unem e se separam”.

²² POLSTER e POLSTER, 2001.p.118.

funções de contato”²³ que é o meio por onde se pode estabelecer o contato ou proporcionar bloqueio ou a evitação do contato da pessoa com o ambiente, e ainda afirmam:

Nossas funções motoras e sensoriais são potencialmente aquelas pelas quais o contato é feito, mas é importante lembrar que, do mesmo modo que o todo é mais do que meramente a soma de suas partes, o contato é mais do que a soma de todas as funções possíveis que poderiam ser incluídas nele.²⁴

Independentemente de qual for a função capturada pelo dado, os autores asseguram que “existe uma carga de excitação dentro do indivíduo que culmina num senso de pleno envolvimento com o que quer que seja interessante naquele momento.”²⁵. Ou seja, quando a pessoa está em contato com o dado no ambiente, seja qual for o processo de contato, a pessoa está inteiramente naquele contato.

A seguir serão apresentados os processos de contato que envolvem tato, audição, fala e movimento, pertinentes nessa monografia.

2.2.1 O tocar

Estar em contato com o toque é a pessoa sentir em si aquilo que toca. POLSTER e POLSTER (2001) valorizam o processo de tocar como uma “função central de contato”²⁶, uma vez que é através do toque que a pessoa tem a possibilidade de redescobrir o impacto que o outro pode ter sobre ela. Por conta disso, reconhece-se o toque como o protótipo do contato, pois bater, afagar, segurar, dar tapinhas, entre outros toques, estes estão entre as maneiras mais comuns e primárias de uma pessoa entrar em contato com o mundo.

2.2.2 O ouvir

Apesar do processo de ouvir ser freqüentemente considerado secundário, quando comparado aos outros processos de contato, POLSTER e POLSTER (2001)

²³ POLSTER e POLSTER, 2001.p.140.

²⁴ POLSTER e POLSTER, 2001.p.114.

²⁵ POLSTER e POLSTER, 2001.p.140.

²⁶ POLSTER, e POLSTER, 2001.p.154.

referem-se ao ato de ouvir como “um processo muito ativo e aberto”²⁷, em que a pessoa também seleciona o que irá ou não ouvir, proporcionando limites na capacidade de contato, uma vez que, “como orientação, ouvir é básico para a ação conseqüente”²⁸. Nesse sentido, estar em contato com o som é a pessoa sentir em si aquilo que escuta.

Os autores ainda afirmam que o ouvinte não está apenas em contato com meras palavras, mas também com todo o movimento do som a ser ouvido, seja no som em si, no tom, na inflexão. Contudo, “quando o ouvinte ouve, ele sabe que está num bom contato, e quando a pessoa que fala sabe que está sendo ouvida, seu contato também é avivado”²⁹. Com isso, entende-se que, quando a pessoa está em contato, sua escuta está inteiramente voltada para aquilo que significa algo para ela e, conseqüentemente, a pessoa é afetada por tudo aquilo que se propõe a ouvir.

2.2.3 O falar

Estar em contato com a fala é a pessoa sentir em si aquilo que está expresso. POLSTER e POLSTER (2001) dividem o processo de contato através da fala em duas dimensões: voz e linguagem. Em relação à primeira dimensão, os autores consideram a voz como “protótipo do tom expressivo”³⁰, instrumento que possibilita o bom envolvimento entre duas pessoas que se introduzem incisivamente com harmonia, e que por outro lado, caso a pessoa não seja incisiva com sua voz, pode nunca atingir o outro. Afirmam os autores:

As palavras de algumas pessoas caem a meio caminho entre quem fala e quem ouve, algumas passam direto pelo ouvinte, algumas o rodeiam ou vão além dele, enquanto algumas pessoas fazem o contato exato, com a sensação de renovação e de acertar o alvo.³¹

Através das diferentes tonalidades da voz, aqui tida como a forma que cada pessoa expõe seu conteúdo no mundo, proporciona expressão à linguagem. A linguagem é potencialmente descrita pelos autores como sendo “um dos agentes

²⁷ POLSTER e POLSTER, 2001.p.148.

²⁸ POLSTER e POLSTER, 2001.p.149.

²⁹ POLSTER e POLSTER, 2001.p.152.

³⁰ POLSTER e POLSTER, 2001.p.156.

³¹ POLSTER e POLSTER, 2001.p.158.

mais poderosos para o contato”³², pois é através da linguagem que a pessoa define sua forma de contatar com outra; seja com vigor, urgência, simplicidade, direção, entre tantas outras características.

Nenhuma palavra significa exatamente a mesma coisa para duas pessoas [...] porque a emergência de uma palavra é um acontecimento que concentra toda uma vida de sensações, memórias, desejos, imagens. Assim, cada palavra autêntica logicamente teria sua própria configuração única de significado.³³

Os autores relatam em sua obra casos atendidos, ressaltando hábitos lingüísticos como: circunlóquio, jargão, explicações em demasia, comunicar-se através de perguntas ao invés de afirmativas, repetir-se, frases do tipo sim-mas e se ao menos. Asseguram que “dizer aquilo que desejamos é um ato magnífico de criação, facilmente negligenciado, porque as pessoas falam demais”³⁴. Deste modo, a linguagem, apesar de sua importância inquestionável no que se refere a estabelecer contato, ainda pode facilmente servir para a pessoa manter-se friamente no contato.

2.2.4 O movimentar-se

POLSTER e POLSTER (2001) tratam o movimento como processo de contato capaz de tanto facilitar ou proporcionar, como também interromper ou bloquear o contato da pessoa com o meio. Estar em contato com o movimento é a pessoa sentir em si seu próprio mexer. Os autores ressaltam a importância da experiência do movimento, em que o corpo, uma vez integrado em suas partes, estabelece e mantém o contato. Contrariamente disso, o movimento é desconexo com esse corpo, tendo como válvulas de escape, saídas não genuínas, conforme afirmação a seguir:

Mesmo que o corpo ative uma tensão suficiente para gritar, a mensagem nunca chega até a cabeça; ela pode se revelar num nó no estômago ou em dores nas costas ou no tensionamento da parte superior dos braços, mas a cabeça não está disponível para saída ou a expressão, de modo que a ação

³² POLSTER e POLSTER, 2001.p.160.

³³ POLSTER, Ervin. POLSTER, Miriam. Gestalt-terapia integrada. Tradução de Sonia Augusto. São Paulo: Summus, 2001. P. 164.

³⁴ POLSTER, Ervin. POLSTER, Miriam. Gestalt-terapia integrada. Tradução de Sonia Augusto. São Paulo: Summus, 2001. P. 164.

precisa buscar essas saídas substitutas [...] a cabeça, também, separada da informação sensorial do restante do corpo, é deixada com suas próprias engendrações.³⁵

Deste modo, ressalta-se a importância da liberação de cada parte do corpo, no que diz respeito à sustentação pela qual o corpo é responsável, caso contrário, “no contato cotidiano, o movimento com frequência desaparece no fundo e exerce apenas um efeito sutil e muitas vezes despercebido”³⁶. Contudo, conforme os autores, dar atenção ao movimento é entrar em contato com aquilo que emerge genuinamente na relação com o ambiente tendo em vista que o movimento em si é a possibilidade de se contatar com a forma, do mais simples mexer de dedos a mais complexa dança.

2.3 Ajustamento criativo

O ajustamento criativo, descrito por PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN (1997), compreende a auto-regulação organísmica como sendo um processo espontâneo do organismo em equilibrar-se em seus incitamentos ou em qualquer outro aspecto que necessite uma satisfação genuína. Ou seja, abarca funções criativas de auto-regulação, acolhimento prazeroso, destruição e reintegração de experiências.

Na ocasião de um desequilíbrio no organismo, essa necessidade invoca uma satisfação genuína. O processo de auto-regulação incide criativamente, através dos processos de contato, nos quais a relação organismo-meio, mais precisamente na superfície-fronteira³⁷, propicia a satisfação genuína dessa necessidade e o reequilíbrio do organismo.

Ainda conforme estes autores, essa energia em torno do contato no campo provém de ambas as partes, tanto do organismo, como também do ambiente. Os autores descrevem o processo de ajustamento criativo como “uma seqüência contínua de fundos e figuras, cada fundo esvaziando-se e emprestando sua energia à figura em formação, que, por sua vez, torna-se o fundo para uma figura mais

³⁵ POLSTER e POLSTER, 2001.p.173.

³⁶ POLSTER e POLSTER, 2001.p.167.

³⁷ Termo utilizado pelos autores PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN (1997) referindo-se ao campo organismo/ambiente.

nítida”³⁸. Tendo em vista que o contato é um todo de *awareness*, resposta motora e sentimento, o “sistema de ajustamentos criativos”³⁹, denominado *Self*, integra essas funções perceptivas, necessidades orgânicas e as funções motor-musculares. Nesse sentido, ajustamento criativo como função constitucional do *self*, ou seja, *self* é o sistema de ajustamentos criativos.

2.4 A estrutura *Self* e as funções *Id*, *Ego* e Personalidade

Entende-se *Self* como processo ou sistema de contatos de cada pessoa existir no mundo, ou seja, são os seus vividos em transformação que se constroem, momento a momento, quando a pessoa está na relação com o ambiente, na fronteira de contato. De acordo com PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN (1997), *self* é dinâmico e organizador subjetivo, por conta disso tem a singularidade como aquilo que diferencia cada pessoa. Os autores definem *self* da seguinte forma:

Chamemos de ‘Self’ o sistema de contatos em qualquer momento [...], é flexivelmente variado, porque varia com as necessidades orgânicas dominantes e os estímulos ambientais prementes; é o sistema de respostas; diminui durante o sono, quando há menos necessidade de reagir. O *self* é a fronteira-de-contato em funcionamento; sua atividade é formar figuras e fundos.⁴⁰

Na função de contatar o presente transiente concreto, sempre em movimento e conectado às vivências passadas e projeções futuras, *self* é o agente organizador dos contatos em uma totalidade e campo na unidade organismo/ambiente sem uma divisão rígida ou fixa. Dessa forma, uma vez que o “agora” muda a cada instante, os mecanismos de contatos exigem que o *self* se diferencie em três funções – *ID*, *Ego* e Personalidade – numa dinâmica de figura e fundo, ou seja, quando uma função é figura, as outras funções são fundo, objetivando a abertura e fechamento de Gestalten, conforme definição a seguir:

Enquanto aspectos do *self* num ato simples espontâneo, o *Id*, o *Ego* e a Personalidade são as etapas principais de ajustamento criativo: o *Id* é o fundo determinado que se dissolve em suas possibilidades, incluindo as excitações orgânicas e as situações passadas inacabadas que se tornam

³⁸ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.208.

³⁹ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.60.

⁴⁰ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.49.

conscientes, o ambiente percebido de maneira vaga e os sentimentos incipientes que conectam o organismo e o ambiente. O Ego é a identificação do contato em andamento, incluindo o comportamento motor, a agressão, a orientação e a manipulação. A Personalidade é a figura criada na qual o self se transforma e assimila ao organismo, unido-a com os resultados de um crescimento anterior.⁴¹

Em primeira instância, no que diz respeito ao pré-contato, há um estímulo que desperta as sensações da pessoa. Os autores descrevem esse momento da seguinte forma:

Uma função fisiológica completa-se internamente, mas em última instância nenhuma função pode continuar a fazê-lo (o organismo não pode “se preservar”) sem assimilar alguma coisa do ambiente, sem crescer (ou expelir algo no ambiente e morrer). Assim, as situações fisiológicas inacabadas excitam com periodicidade a fronteira de contato devido a algum déficit ou excesso, e essa periodicidade se aplica a todas as funções, seja o metabolismo, a necessidade de orgasmo, a necessidade de dividir, a de excitar ou repousar etc.; e todas estas ocorrem no self sob a forma de anseios ou apetite, fome, ânsia de excretar, sensualidade, cansaço etc.⁴²

Deste modo, conforme os autores, o que está presente é a função *id* da situação, “dissolvendo-se em suas possibilidades”⁴³, e complementam afirmando que a função de *id* inclui “as excitações orgânicas e as situações passadas inacabadas que se tornam conscientes, o ambiente percebido de maneira vaga e os sentimentos incipientes que conectam o organismo e o ambiente”⁴⁴.

ROBINE (2006) afirma que “aquilo que diz respeito à necessidade, apetites, instintos, desejos, virá fundamentalmente da ‘função *id*’ do *self*”.⁴⁵ Está presente, nesse momento, o processo de *awareness* sensorial. O autor ressalta ainda a importância da qualidade⁴⁶ do pré-contato, uma vez que é nesse primeiro momento que a figura emerge de um fundo de possibilidades, dando uma forma a esse fundo que determina o desenvolvimento do fluxo de figura-fundo. O dado é evento material que se apresenta concretamente e está constantemente exposto no ambiente. A partir da significação desse dado pela pessoa, forma-se um campo de presença. Nesse primeiro momento, quando o *self* é, está inteiramente voltado para

⁴¹ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.184.

⁴² PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.206.

⁴³ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.208.

⁴⁴ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.184. Dada sua importância, também citado na obra de ROBINE, 2006.p.61-62.

⁴⁵ ROBINE, 2006.p.61.

⁴⁶ ROBINE, 2006.p.63.O autor caracteriza qualidade como: “qualidade da ‘estrutura’ do pré-contato, a ‘limpeza do terreno’ e ‘dar forma’ ao fundo”.

o dado e preenche esse dado com uma história, uma significação; esta é a função de *Id*.

Contudo, a interrupção no início desse processo, segundo o autor, resulta na confluência como estado de não-contato, elevando a possibilidade de fixação a uma situação do passado, impedindo que o novo surja no campo organismo-meio e que o crescimento aconteça. Dessa maneira, pode-se afirmar que a função *Id* caracteriza a singularidade de cada pessoa, uma vez que orienta a função *Ego* e influencia nas tomadas de decisões particularmente.

Segundo PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN (1997), ao se lançar para um campo de possibilidades, quando o dado é, então, diferenciado, o *self* é campo e atua no ambiente através da função *Ego*, que por sua vez, é movimento no sentido de empenho corporal. Está sempre lançado para o futuro, objetivando satisfazer-se genuinamente. No contato, “o excitação do apetite torna-se o fundo e algum ‘objeto’ ou conjunto de possibilidades é a figura”⁴⁷.

Explica ROBINE (2006), as sensações e a necessidade, que emergem no pré-contato, passam a formar uma Gestalt, energizando um fundo e possibilitando que surja no ambiente uma nova figura como uma série de possibilidades. Esse retorno para um fundo e o surgimento de uma nova figura constitui, conforme o autor, a excitação que, quando imobilizada, gera angústia.

A função de *ego* garante, nesse momento, as identificações e alienações, as escolhas e as rejeições às possibilidades oferecidas no campo organismo-ambiente. Ou seja, a função de *ego* agindo e contatando, “identificando-se com as funções de *Id*, integrando as aquisições das experiências anteriores, tais como assimiladas pelas funções-personalidade, levando em conta os dados da vertente ambiental do campo que representam a novidade”⁴⁸.

Contudo, estar em contato é a pessoa ter a possibilidade de visualizar aquilo que está disponível no ambiente e que a faz viver, fundar em si auto-suporte em um fundo de possibilidades que proporcionam a assimilação das figuras que surgem na sua vivência do contato. Está presente, nesse momento, o processo de *awareness* deliberada.

Enquanto função *Ego*, o *self* parte para uma singularização de si, no sentido que só a própria pessoa pode “fazer a ação”, ou seja, o corpo está em ação,

⁴⁷ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.208.

⁴⁸ ROBINE, 2006.p.64.

lançando a pessoa para o contato final, defendendo sua integridade no campo organismo-ambiente. PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN (1997) afirmam que a meta da dinâmica de contato é o estágio de contato final, descrevendo esse estágio da seguinte forma:

Em contraste com um fundo de ambiente e corpo desprovidos de interesse, o objetivo vívido é a figura e está em contato. Relaxa-se toda liberação e há uma ação espontânea unitária da percepção, do movimento e do sentimento. A awareness está no seu ponto mais radiante na figura do Tu.⁴⁹

É tão somente no contato final que as funções sensitivas, perceptivas e motoras, ocupam, com sua espontaneidade e absorção⁵⁰, o primeiro plano no campo. O organismo está consciente da unidade de processo de interação entre o organismo e o ambiente, as funções perceptivas tornam-se figura e o que o *self* sente é nada mais que a si mesmo. ROBINE (2006) descreve o contato final como momento intrínseco de dissolução da fronteira de contato, uma confluência saudável na sua plena realização de unidade da figura e do fundo, uma vez que há o relaxamento da intenção deliberada e o desaparecimento das fronteiras.

Conforme PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN (1997), à medida que se desenvolve, empenhando-se espontaneamente no contato com algo que está no meio, *self* define-se num “Eu” que só existe na polaridade do contato com um “Tu” e um “Isso”⁵¹. Dessa forma, “o crescimento surge da metabolização do desconhecido, que é assimilado do ambiente, tornando-o como conhecido, o que o transforma num aspecto do *self*”⁵². O campo de vividos, quando assimilado, forma a singularidade de cada pessoa. Na função Personalidade, *self* está na assimilação, objetivação, reconhecimento e reflexão.

Ainda segundo os autores, “a Personalidade é o sistema de atitudes adotadas nas relações interpessoais; é a admissão do que somos [...] a Personalidade é transparente, é inteiramente conhecida, porque é o sistema do que

⁴⁹ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.208-222. O termo “Tu” é descrito como objeto que preenche o campo inteiro e de completa dedicação do *self* no processo de contato final.

⁵⁰ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.222. A absorção do *Self* no contato final como atos do *Self* está inteiramente dentro do objeto.

⁵¹ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.183. Os autores definem os termos “Eu”, “Tu” e “Isso” da seguinte maneira: “O Isso é a sensação dos materiais, dos anseios e do fundo; o Tu é o caráter direcionado do interesse; o Eu é tomar as providências e fazer as identificações e as alienações progressivas”.

⁵² PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.25.

foi reconhecido”⁵³. O evento só é, então, assimilado quando se fecha uma Gestalt. Portanto, nem todas as vivências fazem parte da Personalidade uma vez que esta é compreendida como conjunto de registros de vivências, de domínio cultural/social, que se constituem na linguagem e, por conta disso, exclusiva do humano.

A partir disso, essa vivência é eterna! Os autores ainda afirmam que a Personalidade é a estrutura responsável pelo *self*⁵⁴, com os registros de vivências às quais a pessoa se identifica e que a refletem no mundo. Mesmo assim, e pessoa pode deixar de se identificar com algumas dessas vivências, não significando que estas deixam de fazer parte da Personalidade. Conforme autores, jeitos diferentes de sentir, fazer e registrar, com objetivo final do processo de contato, o crescimento do organismo, e não da estrutura *Self*. Os autores descrevem especulativamente esse crescimento da seguinte maneira:

- 1) Após o contato, há um fluxo de energia que soma à energia do organismo os novos elementos assimilados do ambiente; 2) A fronteira de contato que foi “rompida” se reforma agora, incluindo a nova energia e o “órgão de segunda natureza”; 3) O que foi assimilado faz parte agora da auto-regulação fisiológica; 4) A fronteira de contato está agora “fora” do aprendizado, do hábito, do reflexo condicionado, etc.; assimilados – por exemplo, o que é semelhante ao que aprendemos não nos afeta, não suscita nenhum problema.⁵⁵

Os autores explicam que na formação de personalidades, em sociedade, a pessoa imita ou se identifica com os outros do grupo e, com base nos modelos sociais existentes, forma suas personalidades através de dois movimentos já descritos anteriormente: a assimilação, onde o contato se dá por incorporação e a parte irrelevante é praticamente desconsiderada, e o movimento da identificação, onde o contato ocorre por proximidade ou tato, e a parte rejeitada é ainda potencialmente interessante, e a pessoa então se transforma no outro ou identifica-se com ele. Nesse sentido, os autores afirmam a existência de uma “interação fluida entre organismo/ambiente que não é uma figura/fundo: o *self* diminui”⁵⁶. A função personalidade da estrutura *self* assume, então, a figura criada, transformando a estrutura *self* atrelada ao crescimento anterior.

⁵³ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.187-188.

⁵⁴ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.189.

⁵⁵ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.231.

⁵⁶ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.209.

ROBINE (2006) define a assimilação do contato recém acontecido no processo de pós-contato da seguinte forma: “a experiência vivida é metabolizada, semiotizada, transforma-se em palavras, representações, toma seu lugar no que está presente do ‘já vivido’, estabilizada pela função personalidade do *self* que gera a ‘representação’ de ‘quem sou eu’”⁵⁷. Na tentativa de manter a satisfação plena do contato, a interrupção do movimento de distanciamento e retração através do mecanismo da confluência, recusa a temporalidade do contato.

Conforme o autor, o mecanismo de evitação da separação com o “Tu”, recusa a temporalidade de contato e o que permanece nesse “Eu” e “Tu” ansiogênicos é a segurança trazida pela fixação nesse “Nós”⁵⁸ ilusório. O organismo mantém-se preso a uma situação inacabada, e o que permanece é a fixação, ou até mesmo a angústia da assimilação, essa confluência na origem da construção da Gestalt seguinte, não há destruição da Gestalt antecedente. Desse modo, a nascente do disfuncional funda-se no contato confluyente que impede a emergência de uma nova figura, fazendo com que a pessoa fique alienada a uma situação anterior, com um fundo indiferenciado, impossibilitando a pessoa delinear uma nova figura.

No processo de construção e destruição de gestalten, o mesmo autor explica que a confluência disfuncional impede o contato, assim como o processo de *awareness*, pois não há experiências na fronteira de contato, promovendo a falta de limites entre interno e externo, tornando difícil a diferenciação entre um e outro. Contudo, o crescimento é interrompido uma vez que a sensorialidade não está disponível para o novo rechaçado.

Em suma, o contato tem origem numa sensação, um sentimento que se delinea como figura, impulsionando a pessoa para a ação que responde à necessidade em questão. A Gestalt se completa quando o organismo restabelece seu equilíbrio, voltando ao estado de relaxamento, diferente de antes, se colocando à disposição de novas figuras motivacionais.

Portanto a relação organismo/ambiente é descrita como um processo contínuo de segmento de figuras que mobilizam o organismo como um todo, ativando seu sistema vegetativo, sensorial, motor e cognitivo, uma vez que é no perceber o que é da pessoa e o que não é dela, que se pode estabelecer um contato

⁵⁷ ROBINE, 2006.p.66.

⁵⁸ ROBINE, 2006.p.66.

com o que não é dela. PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN (1997) definem a fluência de formação e destruição contínua de Gestalten como “excitamento consciente crescente”⁵⁹, implícito no processo de crescimento e desenvolvimento criativo da pessoa e de suas relações.

O processo de crescimento do cliente, experienciado no *setting* terapêutico, firmou-se em um relacionamento processado com base no ajustamento confluyente, de início saudável. Contudo, a psicoterapia manteve como foco o processo de *awareness* o desenvolvimento de auto-suporte, instituindo novas possibilidades para a vida do cliente externamente ao *setting* terapêutico, através do usufruto da experiência do próprio relacionamento entre o cliente e a terapeuta.

⁵⁹ PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997.p.208.

3. VIVÊNCIA TEMÁTICA

Uma pessoa pergunta ao terapeuta: 'Como você pode sentar-se aí, ouvindo pessoas o dia inteiro?'. Ele explica: 'Quem ouve?'.⁶⁰

Nesse capítulo será focalizada a relação entre o cliente e a terapeuta, apesar de outros temas do processo terapêutico terem também contribuído para o crescimento do cliente.

3.1 Dados do cliente

O cliente iniciou seu processo psicoterapêutico aos 22 anos de idade em fevereiro de 2006. Seu primeiro contato foi por telefone, indicado por outra psicóloga, agendando um horário. No horário marcado, ainda na sala de espera, o cliente apresentou-se não pelo nome, mas levantou as pernas da calça mostrando as próteses das duas pernas. Foram duas sessões para que o contrato terapêutico fosse efetivado, demonstrando dificuldades em estabelecer uma relação de confiança. Suas sessões foram combinadas semanalmente, com valor das sessões reduzidas devido à sua condição financeira.

Ao nascer, teve complicações e permaneceu na UTI Infantil durante 43 dias. Aos 12 anos, andava com dificuldades devido ao atrofiamento dos pés por doença congênita. Aos 17 anos de idade, teve parte dos dois pés amputados e, aos 19 anos, as duas pernas logo acima do tornozelo. O cliente, filiado a uma associação para deficientes físicos que oportunizava trabalho alternativo e remunerado, encontrava-se afastado do mercado de trabalho. De poucos relacionamentos interpessoais, o cliente expressou que nunca havia tido um envolvimento amoroso assumido, tão pouco relações sexuais. Contou histórias

⁶⁰ POLSTER e POLSTER, 2001.p.148.

envolvendo risadas, loucuras com amigos, o uso de álcool e drogas ilícitas, mas no momento em que se dispôs a iniciar seu processo terapêutico, encontrava-se solitário, permanecendo em casa e tentando parar com o uso das drogas.

À medida que o processo terapêutico evoluía, o cliente mostrava-se inquieto quando se chegava a questões pautadas em relacionamentos interpessoais no que dizia respeito à iniciativa de aproximação, de expressar seus sentimentos e vontades para com o outro. Apesar das dificuldades, manifestava desejo de amar e ser amado através de suas malogradas tentativas de aproximação.

Pode-se dizer que seu processo terapêutico teve três grandes momentos: a revelação de um segredo íntimo, a manifestação do amor pela terapeuta e o desprendimento da relação terapêutica, apresentados a seguir.

3.2 A revelação de um segredo íntimo

Num dado momento da terapia, o cliente tornou-se redundante em seu discurso. Suas sensações esmaeciam e se apresentavam confusas, na maioria das vezes. Frases do tipo “isso deve ser alguma coisa” ou “não me vem nada agora sobre o que estou sentindo” eram respostas para os questionamentos da terapeuta sobre seus sentimentos com relação ao aqui-agora. À medida que o processo psicoterapêutico evoluía, a terapeuta se percebia inquieta e ansiosa para ouvir do cliente algo que confirmasse sua hipótese de que ele nunca havia tido relações sexuais e que este poderia ser o ponto dessa redundância. Estava claro para ela um ponto que se mantinha fixo no discurso do cliente, sem ser descrito em detalhes, mas que estava sendo “rodeado por palavras” conforme afirmava o próprio cliente. Um ponto sobre o qual não havia como falar à terapeuta, apesar de o cliente afirmar que era isso o que estava maior naquele momento e há muito tempo.

A terapeuta, dentre outras tentativas, propôs ao cliente escrever no papel, uma vez que falar ou representar estavam fora de cogitação para ele. Desenhou uma cruz fortemente, passando a caneta várias vezes por cima, e logo abaixo escreveu uma frase, com letras tremidas: “Virgem, só”. O cliente colocou o papel sobre a mesa, sem mostrar à terapeuta, e deixou o consultório. Imediatamente após, a terapeuta verificou o papel e sua suspeita estava confirmada. Em seu ajustamento egotista, a terapeuta formada a menos de um ano, sentiu-se privilegiada por ter

recebido tal informação. Sua sensação naquele momento foi de “etapa cumprida, você está no caminho certo”.

Na sessão seguinte, a terapeuta estava em dúvida sobre como receberia o cliente. Decidiu, então, colocar o papel em cima da mesa, praticamente do mesmo jeito como o cliente havia deixado, a fim de ver o que aconteceria, tanto consigo, quanto com o cliente. Para a terapeuta, expressar ao cliente o que sentiu quando leu o papel era muito difícil, pois isso significava para ela ter de admitir seu entusiasmo em testar seus conhecimentos teóricos e práticos enquanto gestalt-terapeuta valendo-se do cliente. Por isso, tomou a decisão de não admitir que já havia visto o papel, para não ter de responsabilizar-se por seus próprios sentimentos.

O cliente entrou no consultório, sentou na poltrona, virou-se e percebeu a folha na mesa. A terapeuta olhou para ele e com o rosto expressou um “e aí, o que vem daí”. Ele expressou seus anseios de como a terapeuta receberia tal informação que escrevera, como seria acolhido aquilo que “estava escondido numa caixa de madeira velha, cheia de pó, no sótão do meu castelo”, disse o cliente. Ela, por sua vez, disse a ele que não havia mexido no papel, apesar da sua vontade, pois esperou para saber através dele mesmo o que havia ali. Ele então pegou o papel, virou para a terapeuta para que ela o lesse e disse: “sou virgem”. Foi proposto, a partir de então, abrir a “caixa”, e o que mais apareceu foram os relacionamentos interpessoais: os beijos não dados, os abraços esquecidos, as mãos que nunca se encontravam, os olhares que eram desviados, a conversa que só acontecia por telefone, os encontros desencontrados, o telefone celular muitas vezes quebrado contra a parede e jogado fora, o amigo da época de infância que ainda o cumprimentava na rua e ele não percebia, a caminhada para o outro ponto de ônibus só para não ver a moça, dentre muitos outros movimentos que foram desvelados pelo cliente durante o seu processo terapêutico.

Cliente: *Um amigo meu me pediu se eu ainda era virgem (contando uma história em que estava com 19 anos de idade) e eu não disse nada. Ele riu de mim e falou bem alto ‘Virgem!’ Depois disso, não conversei com mais ninguém sobre isso. Agora está sendo diferente, é diferente dizer algo tão empoeirado numa coisa nova. Estou aqui nervoso, tremendo, mas eu sei que você realmente está aí (referindo-se à terapeuta) e abrir essa caixa não estando sozinho é diferente, porque agora ela está sendo aberta e não mais quebrada em lascas ou roubada.*

A terapeuta colocou-se disposta a cuidadosamente acolher esta “caixa” que se apresentava frágil e de tamanha importância para o cliente. Objetivando confirmar o cliente na relação terapêutica, possibilitando o início de uma reestruturação no jeito de ambos estabelecerem contato um com o outro, o trabalho psicoterapêutico teve como foco esta relação que estava sendo delineada e estabelecida.

Nesta tentativa de confirmar o cliente em relação, a terapeuta, então, o convidou a se revelar do jeito que era na sua essência. Em uma das oportunidades experimentais, a terapeuta percebeu que as mãos do cliente estavam unidas entre si, voltando à atenção do cliente para seu processo de *awareness* sensório-motor. Foi quando ele passou a fazer carinho em suas próprias mãos, expressando sua vontade de fazer o mesmo carinho nas mãos da terapeuta, que, neste exato momento, também percebeu que estava acariciando suas próprias mãos. Propôs, então, que o cliente pegasse em sua mão. Esse movimento era expresso por ele como “quase impossível” de ser realizado. Na percepção da terapeuta, levando em conta o “quase”, aproximou suas mãos das dele e esperou para que ele aceitasse o experimento. Na espontaneidade da terapeuta, a proposta do experimento veio ao encontro do seu processo de *awareness* sensório-motor, percebendo-se envolvida, naquele momento, com a necessidade de um contato mais intenso: o contato físico genuíno. Foi uma entrega mútua. Ele se possibilitou sentir outro corpo se aproximar; ela se possibilitou aproximar-se do cliente, uma mão segurando a outra, carinhos, troca de olhares. E não foi como ele descrevera em vivências anteriores, pois ele não fugiu, ele sentiu e ainda se despediu da terapeuta com um abraço. Havia reciprocidade, a terapeuta também se permitiu não fugir, sentir e se despedir com um abraço.

A terapeuta se viu quebrando seus paradigmas acadêmicos, percebendo-se envolvida com sentimentos genuínos no processo terapêutico de um cliente, permitindo-se agir com uma postura profissional na prática clínica como instrumento de trabalho, mas *aware* da impossibilidade de abster-se completamente das suas próprias experiências e interrupções. As sessões antes encerradas com um levantar da poltrona e um “tchau” caminhando embora, passaram a ser encerradas, através do processo de *awareness* deliberada-reflexiva, com um abraço dentro do consultório ainda fechado e um “tchau” seguido de um olhar no olho ao sair da sala. O “quase impossível” dito nesse experimento permaneceu latente, e em momentos

posteriores, foi dito e ouvido pelo cliente que passou a ser reconhecido como “é muito difícil, mas eu quero”.

Desse modo, a terapeuta entregava-se genuinamente para o contato com o cliente. Transparecia, sem receio, seu afeto por ele e utilizava este afeto como instrumento nos experimentos. Foi dessa maneira que a terapeuta possibilitou ao cliente encontrar-se em relação genuína com outra pessoa, ou seja, ela própria.

3.3 A manifestação do amor pela terapeuta

Aware da sua presença profissional e, também, mulher nesta relação, a terapeuta sentiu-se capaz de instigar no cliente sentimentos presentes em si mesma como o amor, excitação, raiva e alegria, estando *aware* da transparência de seus sentimentos no *setting* terapêutico.

Pela disposição da terapeuta nos experimentos, o cliente pôde resgatar em si um sentimento de amor, capacidade de amar, até então trancados em sua caixa. Os experimentos terapêuticos objetivavam o resgate do contato do cliente com o dado presente no ambiente, no caso, a relação com a terapeuta no *setting* terapêutico. O cliente mostrava-se integrado espontaneamente na relação com a terapeuta, vivenciando no nível da *awareness* sensório-motora e reflexiva os experimentos, sobretudo os que envolviam o toque com a terapeuta, mas também envolvido com outras formas de contato como o ouvir, o movimento e suas expressões.

Em uma das sessões, o cliente estava expondo que havia adquirido sua nova prótese. Entusiasmado com a notícia, repetiu várias vezes que havia algo muito importante para dizer a terapeuta, algo que estava muito difícil para ele, mas que queria muito e não sabia como fazer. Então se deu o seguinte diálogo:

Cliente: Você iria junto comigo? (Referindo-se a ir buscar a prótese que se encontrava numa Instituição em outra cidade.)

Terapeuta: Você está me convidando?

Cliente: Não. Eu gosto de você.

O cliente fechou os olhos, seu corpo se encolheu na poltrona do consultório, suas mãos ficaram molhadas e o suor escorreu pelos braços.

Cliente: Me dá um tempo.

O cliente manteve-se dessa maneira por alguns minutos. A terapeuta permaneceu em silêncio.

Cliente: E se eu te falasse que te amo?

Terapeuta: Você está me dizendo que me ama?

Cliente: Não. Não tô dizendo, mas eu sinto. Você gosta de mim?

Terapeuta: Eu gosto de você.

Nesse diálogo, que não foi um experimento proposto, mas uma experiência espontânea, a terapeuta colocou-se disposta a confirmar o cliente através de seu sentimento de afeto genuíno por ele, viabilizando seu crescimento e o contato mais amplo, em direção à transformação criativa subjetiva e relacional do cliente, possibilitando-lhe admitir e restaurar sua capacidade de amar e poder receber afeto.

A prioridade foi resgatar sua sensorialidade, experimentando no *setting* terapêutico estar em estado de amor. O ajustamento confluyente presente nesta relação propiciou um estado de afeto mútuo. Dessa maneira, na continuidade das sessões terapêuticas, foi possível ao cliente assimilar e reorganizar seu auto-suporte, através do processo de *awareness* reflexiva, nas quais surgiram novas possibilidades de restauração do contato com aquilo que expressava estar interrompido: a possibilidade de amar. O cliente pôde experimentar-se, expressando seus sentimentos a uma pessoa, pegando em sua mão, olhando nos olhos, após muitas oportunidades vistas por ele como sendo difíceis, mas que lhe eram importantes e, principalmente, importantes de serem expressadas.

Apesar de a terapeuta impor limites e fortalecer constantemente sua condição profissional, muitas vezes se percebeu confluyente na relação com o cliente. Em alguns momentos, por sua pouca experiência enquanto profissional, em outros momentos por sua espontaneidade e genuinidade na relação.

Contudo, uma confusão começou a se apresentar. Aos poucos, a terapeuta se viu numa relação estabelecida com o cliente através de uma condição de dependência. O cliente afirmava que saía de casa apenas para vir à psicoterapia, vinha de cabelo arrumado, de barba feita, passava perfume, sempre ligava para confirmar as sessões, apesar de geralmente serem no mesmo horário. Quando havia a necessidade da terapeuta mudar o horário, o cliente expressava sua injúria exigindo maiores justificativas, porém logo aceitava e confirmava o horário proposto.

A terapeuta se viu em situação de desconforto, sem pretensões de atender às exigências do cliente.

Apesar de indicar outros profissionais da área, de ambos os sexos e em momentos diferenciados do processo terapêutico, o cliente fazia afirmações como “mas se não for com você, não farei mais terapia”. Ou ainda “só confio em você e em mais ninguém”. Com isso, a terapeuta também não tomava a atitude de encerrar, sentindo-se presa a uma relação baseada na fantasia da responsabilidade pelo sucesso do trabalho.

O ajustamento confluyente como mecanismo de evitação do contato apresentou-se caracterizado pela estagnação do processo de crescimento do cliente ressaltando estar “misturado” com o ambiente do *setting* terapêutico e praticamente isolando-se do meio externo a este. O cliente manteve-se em um amor imaturo e não diferenciado do outro, a experiência de união e afastamento não fluíram na fronteira de contato caracterizando uma relação não saudável. Contudo, a psicoterapia manteve como prioridade a discriminação entre o cliente e o *setting* terapêutico. Desta forma, as diferenças e individualidades puderam ser observadas por ambos no processo terapêutico, voltando-se ao desenvolvimento de *awareness* deliberada e reflexiva do mecanismo de evitação, retomando aos poucos, o crescimento do cliente.

3.4 O desprendimento da relação terapêutica

Então o cliente apareceu na sessão terapêutica com os olhos vermelhos. Ele disse estar chateado e envergonhado por estar ali naquele estado, em frente à terapeuta. Havia oito meses de grande esforço para não recorrer mais ao uso da maconha, apesar desse tema aparecer em seu discurso em quase todas as sessões. Mas, com esses olhos vermelhos, que não só estavam “chapados”, mas também vermelhos de raiva, de dor, de choro preso, ele se permitiu experimentar um olhar e uma conversa com esses olhos, com a maconha, uma “amiga íntima”, única recorrida quando se sentia só.

Nas sessões seguintes, alguns “vazios” começaram a tomar forma, focalizando o cliente no olhar para dentro de si, no reconhecimento das opções que

teria para dar, aquilo que ele iria guardar só pra si e aquilo que ele estivesse disposto a trocar com o meio. Desse modo, o desenvolvimento de auto-suporte proporcionou segurança importante ao contatar com imprevistos nas relações, citando o afeto da terapeuta por ele como “bom, porém não igual”, referindo-se ao afeto dele pela terapeuta, concluindo e tendo a *awareness* de que esse olhar não era egoísta, muito pelo contrário. Era dar-se conta daquilo que estava disposto a fazer, e reconhecer seus próprios limites numa relação com outra pessoa, não iludindo o outro nem a si mesmo.

Diante de tantas experiências no *setting* terapêutico, houve oportunidades de recuperar a unidade do cliente enquanto pessoa integrada no que se refere às sensações e sentimentos na sua mudança de comportamentos, antes bloqueados, e que nesse instante estavam, do jeito dele, fluindo. Ou seja, dar-se conta do que sentia pela terapeuta foi um passo crucial no seu caminho de desenvolvimento de um novo comportamento, o de se sentir amando, tornando-se *aware* de si, ao compreender partes que se apresentavam separadas, porém num todo abrangente.

A terapeuta, por sua vez, deu-se conta de muitos dos seus movimentos na conquista desse cliente, envolvendo projeções de sentimentos como amor, raiva, angústia, anseios, principalmente nos experimentos. Percebeu-se em seus introjetos e quebrando um de seus maiores paradigmas naquela época de que “terapeuta não pode se envolver emocionalmente com seu cliente”. Ousando, acertando e errando muito, a terapeuta vibrou com o cliente a cada passo dado, seja pra frente, pra trás, pros lados, os pulos para cima e os agachamentos para baixo. Pois ela se incluiu e ele não a excluiu do seu processo de pequenos e grandes processos de *awareness*. Assim como ele disponibilizou e demonstrou confiança no trabalho dela, ela também se empenhou e o teve como agente motivador para seu trabalho, uma vivência inesperada e excitante para ela.

Na última sessão, o cliente trouxe a temática de que seus pés (das próteses) não eram da mesma cor e, então, tirou o par de tênis. Confessou que desde quando seus pés foram amputados, não tinha mais andado descalço. A proposta da terapeuta foi que ele andasse pelo consultório sem os tênis. Com receio e estranheza, o cliente levantou-se da poltrona e, ao dar o primeiro pequeno passo, escorregou. Imediatamente a terapeuta o segurou, fazendo com que recuperasse o equilíbrio novamente. E seguiu-se um diálogo:

Cliente: Meu coração está batendo muito forte, estou assustado.

A terapeuta ainda o estava segurando, contribuindo para seu equilíbrio.

Terapeuta: O que te assusta?

Cliente: Me dá um tempo.

O cliente controlou sua respiração ofegante e, ainda de mãos dadas com a terapeuta, caminhou mais dois passos vagarosos, olhou para a terapeuta e prosseguiu o diálogo.

Cliente: Vou tentar agora sem você me segurar. Se eu escorregar, me segura.

Ele andou mais alguns passos no tapete e, ao pisar no piso, escorregou e caiu. A terapeuta tentou segurá-lo, mas não foi possível.

Terapeuta: Você se machucou? Tem alguma coisa que eu possa fazer por você nesse momento?

Cliente: Não! Gostei de ter caído! [risos] Foi uma adrenalina gostosa e nem me machuquei!

A terapeuta sentiu-se tensa, com os músculos enrijecidos, estava tremendo, assustada com a queda do cliente. Ficou presente, naquele momento uma sensação de impotência, de não ter total controle das situações no *setting* terapêutico, e que mesmo assim, as coisas acontecem, fluem e transformam.

Após levantar-se, o cliente voltou caminhando até a poltrona, sentou-se, colocou os tênis e olhando para a terapeuta disse:

Cliente: Hoje eu aprendi a cair sozinho! Aprendi que mesmo com você por perto, você não pode estar comigo sempre que preciso. Aprendi que sem você posso ter momentos de adrenalina e é gostoso! É difícil te dizer isso, mas acho que aprendi que sem você eu posso ter outras coisas em minha vida [...] o que eu sinto por ti, é quando te vejo aqui dentro, e aqui você é tudo pra mim, mas também não há outra coisa, só você. Você me dá coragem aqui dentro, mas eu quero tudo isso lá fora, e lá eu não te tenho. Quando você me disse aquela frase de que eu te amo porque me amo quando estou contigo, faz muito sentido [pausa]. Acho que a sessão está acabando, estou indo, te deixando para ter outras coisas.

O cliente deu um sorriso, abraçou fortemente a terapeuta, saiu do consultório, pegou sua bicicleta e foi embora. A terapeuta o viu indo embora da janela do consultório. Não houveram mais palavras nesta despedida, mas a terapeuta sentiu o “adeus”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O “bom” paciente não é obediente, mas aquele cuja vida de fantasia é rica e ousa permitir que sua mente e suas ações fluam. Certamente, o terapeuta tem um papel importante no estabelecimento de um clima em que essa característica do paciente possa florescer, mas os “bons” pacientes podem transformar a maioria de nós em “bons” terapeutas.⁶¹

Aqui, então, apresento-me como um Eu que conseguiu sentir e reconhecer um espaço que um Tu ocupava e, em cada frase escrita, ambos estamos presentes. Uma oportunidade única onde um Eu pôde olhar para um Tu e deixar surgir sentimentos ao longo da construção desta monografia, o que possibilitou idas e vindas em um caminho repleto de detalhes inéditos. Vários registros foram apagados, outros foram guardados, outros, não sei. Ter revisto este caso vivido, possibilitou um processo de *awareness* fantástico deste Eu terapeuta, deste Eu mulher, deste Eu no grupo.

Olhar para a postura terapêutica na prática clínica com um Eu instrumento de trabalho, valorizando um Tu como ser humano uno e integrado, focalizando a relação entre ambos, fundada no *setting* terapêutico como um terreno a ser explorado e focalizado na forma. Firmou-se a experiência de um relacionamento baseado no fenômeno humano que é o amor, uma experiência digna de outros olhares, críticas, troca de conhecimentos e comentários.

A presente monografia também é símbolo da conclusão de um ciclo. É muito importante expressar a valiosa experiência e trabalho terapêutico que foi ser integrante e crescer como um EU em um grupo de “Tus”. A maior dificuldade nesta construção foi estar *aware* de que a conclusão estava sendo burlada para não ser tocada e reconhecida como a morte de um grupo que não existe mais. Fica fortemente presente um vazio cheio de cores, mas também o crescimento pessoal e

⁶¹ POLSTER e POLSTER, 2001.p.172.

profissional. Esta monografia representou uma caminhada com um Tu às vezes sozinho, outras vezes com um grupo de “Tus”. EU e TU abrimos, mexemos, fechamos, paramos, crescemos, suportamos, duvidamos, vivemos... Contemplar estes “Tus” foi olhar para EU e reconhecer o quanto estes “Tus” mexeram e mobilizaram o Eu e, assim, permitiram a fantástica oportunidade de sentir o quanto estes “Tus” fizeram que Eu crescesse!

REFERÊNCIAS

BRUÇÓ, Mário Tadeu. A atitude amorosa subjacente à relação cliente-terapeuta: em busca do diálogo. Revista de Gestalt, Sedes Sapientral, nº 11, ano 2002. p.41- 46.

_____. Quando o cliente se apaixona pelo terapeuta: reflexões. Boletim de Gestalt, Agosto\1996.p.30-33.

CALLIGARIS, Contardo. Cartas a um jovem terapeuta: o que é importante para ter sucesso profissional. 8ª edição. Rio de Janeiro: Elsevier, 2004.

CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos. O amor na relação terapêutica: uma visão gestáltica. São Paulo: Summus, 1994.

PERLS, Frederick Salomon. HEFFERLINE, Ralph. GOODMAN, Paul. Gestalt-terapia. Tradução de Fernando Rosa Ribeiro. São Paulo: Summus, 1997.

POLSTER, Ervin. POLSTER, Miriam. Gestalt-terapia integrada. Tradução de Sonia Augusto. São Paulo: Summus, 2001.

ROBINE, Jean-Marie. O self desdobrado: perspectiva de campo em Gestalt-terapia. Tradução de Sonia Augusto. São Paulo: Summus, 2006.

SCHILLINGS, Ângela. Fronteira de contato. In: D'ALRI, G. LIMA, P. OCLER, S. Gestaltês. São Paulo: Summus, 2007.p.116-117.

YONTEF, Gary M. Processo, Diálogo, Awareness. Tradução de Eli Stern. São Paulo: Summus, 1998.