

# **A Gestalt Terapia e o Indivíduo Neurótico**

**Autora: Juliana Correia Lopes**

## **INTRODUÇÃO**

O presente Trabalho trata-se de um estudo de caso, visando observar de forma fenomenológica a maneira como se dá o Processo de Formação e Fechamento de Gestalts.

Este estudo possibilita compreender de forma clara e objetiva a maneira como conhecimentos teóricos, adquiridos ao longo do curso de Especialização em Psicologia Clínica e Gestalt Terapia, são postos em prática no cotidiano psicoterapêutico.

Também visa proporcionar um maior entendimento da função do psicólogo clínico, bem como a maneira de se trabalhar em psicologia clínica através da Gestal-terapia e também do processo de terapia do indivíduo.

## FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A Gestat-Terapia, segundo RIBEIRO (1985) tem suas raízes a partir da escola da gestalt, iniciada por Max Weithermer, Wolfgang Kohler e Kurt Koffka. Mais tarde Kurt Lewin, com sua Teoria do Campo, e kurt Goldstein, com sua Teoria Holística, perfizeram o quadro científico que Frederick Perls se utilizou para ampliar a psicologia da Gestalt, criando a Gestalt-terapia.

De acordo com CARMO (2002), junto com Perls outras seis pessoas integravam o grupo dos sete, que segundo a autora seria a segunda versão para o surgimento da Gestalt-terapia, que são elas: Laura Perls, Paul Goodman, Isadore From, Paul Weis, Eliot Shapiro e Silverster Eastaman.

Para GINGER e GINGER (1995) a Gestalt-terapia se nutriu da combinação de numerosas correntes filosóficas e terapêuticas as quais cita as mais marcantes: Fenomenologia, existencialismo, humanismo, Psicologia da gestalt, Psicanálise e as filosofias orientais (Taoísmo, Zen-Budismo, Budismo); Seu fundador Perls tomou emprestado delas teorias, métodos e técnicas as quais foram ampliadas e enriquecidas tornando um “estilo pessoal” que se caracteriza como uma síntese da observação de seus contemporâneos.

No Brasil a Gestalt-terapia apareceu em 1972, com Therese A Tellegen, que publicou o artigo “Elementos de psicoterapia Gestaltica” e no ano seguinte trouxe Silvia Peters para um workshop de doze horas no Brasil. Nos anos de 1976 e 1977 são publicados no Brasil os primeiros livros de Gestalt Terapia: “Tornar-se Presente” e Gestalt Terapia Explicada”.

Em 1977 surgiu o primeiro grupo de treinamento no Brasil dirigido por Walter Ribeiro. Em 1981 Therese A Tellegen, Liliam Frazão, Abel Guedes e Jean Clark Juliano fundaram o centro de estudos de Gestalt de São Paulo.

Em 1984 Tellegen publica o primeiro livro brasileiro de Gestalt – “Gestalt e grupos: Uma Perspectiva Sistêmica” e no ano seguinte, Jorge Ponciano Ribeiro publica “Gestalt Terapia: Refazendo um caminho”.

Hoje Gestalt-terapia é uma abordagem Humanista, Existencial e Fenomenológica, ou seja: sua visão de homem recebe influências das três filosofias citadas a cima. Da mesma forma a prática clínica do Gestalt – terapeuta vai sendo permeada por estas filosofias.

A proposta da Gestalt-terapia é integrar a focalização da awareness do cliente com sua maneira de entrar em contato, promovendo assim o fechamento de gestalts abertas ou inacabadas, considerando o homem como um ser responsável e em constante crescimento.

O Homem tem estado em luta permanente, consigo e com os outros homens, na eterna tentativa de se firmar e de ser reconhecido como pessoa, o Humanismo reconhece o valor do homem. O existencialismo penetra nos pensamentos concretos do homem, em suas angústias e preocupações, suas emoções interiores, ânsias e satisfações. A Fenomenologia capta a essência mesma das coisas, como ela acontece e se processa.

### **Fenomenologia da Prática Clínica**

Fenomenologia advém de duas expressões gregas, phainomenon e logos. Phainomenon (fenômeno) significa aquilo que se mostra por si mesmo, o manifesto. Logos é tomado como discurso esclarecedor a respeito daquilo que se mostra por si mesmo. Para se chegar a isso Husserl propõe que o indivíduo suspenda todo o juízo sobre os objetos que o cercam.

Idhe (apud YONTEF,1998), descreve a fenomenologia como uma disciplina que ajuda as pessoas a sair de sua maneira habitual de pensar, para que possam verificar a diferença entre o que está de fato sendo percebido e sentido na situação presente e o que é um resíduo do passado.

Para Perls, o método fenomenológico de compreender através da descrição é muito importante, pois todas as ações implicam escolha, todos os critérios de escolha são eles próprios selecionados e explicações causais não são suficientes para justificar as escolhas ou ações de alguém.

O método fenomenológico se dirige para a experiência, observando refletindo, descrevendo e se deixando guiar pelas coisas como elas se manifestam em sua pureza original, sem se impor suspendendo as formas familiares de olhar as coisas.

Conforme GINGER e GINGER (1995), na fenomenologia é mais importante descrever do que explicar: o como sobre o porquê. É essencial a vigência imediata tal como é percebida ou sentida corporalmente, até imaginada, assim como o processo que esta se desenvolvendo aqui e agora. Onde a nossa percepção do mundo e do que nos rodeia é dominada por fatores subjetivos irracionais, que lhe conferem um sentido, diferente para cada um, conduzindo particularmente, a importância de uma tomada de consciência do corpo e do tempo vivido, como experiência única.

YONTEF (1998) acredita que na fenomenologia tudo é reconhecido como sendo visto da perspectiva da awareness tempo/espaco de alguém. Acredita ainda, que qualquer evento pode ser estudado e experienciado.

O autor acima citado, diz ainda que awareness é uma propriedade da gestalt, e que somente uma gestalt consciente (awareness), leva a mudança. É um tipo de consciência que envolve a totalidade do organismo do sujeito, ou seja, que envolve a consciência do sujeito no sentido afetivo, cognitivo, no sentido da ação e da intuição.

Parte da idéia de uma consciência que é produto necessário da relação entre o sujeito e o mundo. Consciência no sentido do vivido.

Segundo CARDELLA (2002), awareness, é a capacidade do indivíduo de discriminar e conseqüentemente assimilar o que é nutritivo e rejeitar o que é tóxico. É um processo que se modifica continuamente, pois é sempre presente, logo, fluido e dinâmico.

Para YONTEF (1998) awareness é uma forma de experiência que pode ser definida aproximadamente como estar em contato com a própria existência, com aquilo que é. É o processo de estar em contato vigilante com os eventos mais importantes do campo indivíduo/ambiente, com apoio sensório - motor, emocional, cognitivo e energético.

A awareness do que é leva a mudança espontânea. Quando o terapeuta “lidera” ou “cura” um paciente, na verdade, ele está conduzindo ou pressionando o paciente a ser diferente. E quanto mais o paciente é posicionado em direção a um objetivo, mais ele permanecerá fundamentalmente o mesmo. Forçar ou direcionar leva a resistência. Daí o paciente não só apresenta resistência ao seu funcionamento orgânico, mas agora também apresenta resistência a intrusão do terapeuta.

Se a pessoa muda de acordo com o empurrão do terapeuta, não será com base em autonomia e auto-suporte. E a pessoa não terá adquirido as ferramentas da autonomia de auto-suporte.

O método para lidar com pacientes estáticos, sem forçar e dirigir é: dialogo, awareness e experimentação. Somente desta forma a awareness total acontece e a mudança ocorre naturalmente sem sofrimento e nem cobranças.

O terapeuta ao “liderar” ou “curar” um paciente, ele esta conduzindo ou pressionando o paciente a ser diferente. Forçar ou direcionar leva a resistência.

A reação de resistência do paciente pode ser saudável se for consciente e se fizer parte do ajustamento criativo do organismo, mesmo quando o paciente resiste a sua própria awareness, pode ser saudável. A atitude do terapeuta nestes casos é trazer a resistência consciência, o objetivo é fazer o paciente entender as resistências e se encarregar delas com total awareness. Isso no ritmo do paciente.

Resistências também precisam ser respeitadas como algo que eles escolhem, porque preenchem uma necessidade importante. O respeito ao paciente inclui perceber que nível de auto-suporte o paciente é capaz.

Segundo YONTEF (1998) o neurótico não se permite ser aware de, aceitar e permitir às suas necessidades verdadeiras organizar seu comportamento. O neurótico está dividido, tem awareness reduzida e é auto-rejeitador.

Essa auto rejeição e ausência de awareness, reduzem o auto suporte disponível para o neurótico, ele passa a acreditar que não pode ser auto regulado ou auto suportado e começa a manipular os outros para que lhe digam como ele deve ser ou então se força a viver de acordo com regras rígidas, assim o neurótico controla a si e aos outros e se permite ser controlado.

Desta maneira o neurótico transforma a terapia na repetição de uma situação antiga: alguém lhe diz como ser e ele resiste ou concorda.

Para trabalhar com o neurótico, o terapeuta faz contato e compartilha, dando ao cliente feedback. Recusamos a dirigir a vida do cliente, mas dirigimos experimentos e exercícios para aumentar a awareness.

### **Postura Terapêutica – Abordagem Dialógica**

De acordo com HCNER, e JACOBS (1997), a abordagem dialógica consagra a singularidade do individuo dentro do contexto relacional, é uma valorização da relação

entre pessoa e pessoa. No entre, todos participamos quando estamos envolvidos e realmente interessados em outra pessoa.

Para YONTEF (1998) um relacionamento é um evento que acontece, é um processo entre duas pessoas. Na abordagem dialógica é exigido que o terapeuta aborde o paciente com carinho, direta, aberta e atenciosamente.

BUBER (1979), um filósofo existencialista é quem desenvolve a idéia da diferença entre a relação Eu - Tu e Eu - Isso. O autor mencionado lutou para que o ser humano saísse de seu egoísmo e estivesse disposto a engajar-se no diálogo. Define pela situação relacional do homem, dois modos de existir e se relacionar, o Eu - Tu e o Eu – Isso.

O autor, coloca alguns tópicos relevantes do encontro eu-tu:

- é o ato essencial no homem; é o encontro genuíno entre pessoas;
- o eu-tu é encontro pela graça e não pela procura;
- é atitude de encontro entre parceiros na reciprocidade e na confirmação mútua;
- é atitude ontológica da existência humana, que requer distancia e relação;
- é relação;
- é bilateral, é respeito pelo que se é;
- o eu-tu é princípio, é interdependência;
- é relação de totalidade;
- no eu-tu o objeto não é um meio, é um fim em si mesmo.

Buber (apud CARDELLA, 2002) enfatiza a relação terapêutica como possibilidade de encontro e caminho de crescimento. O diálogo ocorre na esfera do “entre” mediante a vivência de duas polaridades, Eu - TU e Eu - Isso. Na atitude Eu - Isso a pessoa é considerada um objeto, um meio para se atingir um fim, atitude esta necessária para sobrevivência do homem.

A atitude Eu - Tu, o Eu se realiza na relação com o Tu, sendo assim esta atitude refere-se a relação com o outro valorizando sua alteridade. Ambas atitudes conferem, então, uma alternância entre separação e relação que caracteriza uma existência sadia. O terapeuta deve travar com o cliente uma relação Eu - Tu.

Para HYCNER (1995), na atitude Eu - Tu, valoriza-se a alteridade, por ser uma atitude de genuíno interesse na pessoa com que se está interagindo. Alteridade, então, é o reconhecimento da singularidade e nítida separação do outro em relação a nós, sem

que fique esquecida nossa relação e nossa humanidade comum subjacente. Em contraste a relação Eu - Isso, ocorre quando a pessoa é essencialmente um “objeto” para nós. Não é a atitude Eu - Isso que está errada, mas, sua esmagadora predominância, que esta sendo manifesta na sociedade moderna tecnocrata.

O autor acima cita alguns elementos que fazem parte da atitude Eu - Tu na relação terapêutica:

- Presença: é o estar mais completamente disponível para a pessoa num dado momento, sem a interferência de considerações ou reservas;
- Inclusão: é experienciar ao lado do cliente com um sentimento físico de estar no mundo dele e ainda manter a própria identidade;
- Confirmação: é aceitar o cliente como ele é;
- Comunicação genuína e sem reservas: sem manipulações, estar consciente de seus limites e respeitar os limites do cliente, comunicando suas percepções.

Assim como no existencialismo em Gestal - Terapia o homem é visto como um ser particular, concreto, com vontade e liberdade pessoais, consciente e responsável. Concebendo-se como único no universo e individualizando-se a partir do encontro verdadeiro entre sua subjetividade e sua singularidade.

Neste sentido, em Gestalt - Terapia o psicoterapeuta torna-se apenas um facilitador no processo de construção do individuo que procura fechar seus projetos inacabados, deixando-o livre para decidir e executar seus projetos de vida, já que trata-se de um ser consciente e responsável, não lhe sendo permitido culpar os outros ou o mundo pelo sucesso ou fracasso de seu atos.

## **O Existencialismo**

O Existencialismo moderno surgiu na França e na Alemanha através das meditações de Kierkegaard, Heidegger, Sartre e Jasper, a afirmação “A existência precede a essência” de Sartre é a característica principal do existencialismo, onde a liberdade e a liberdade se fazem presente (CARMO, 2002).



Segundo YONTEF (1998), o Existencialismo, baseia-se no método fenomenológico, que foca a experiência da pessoa, as relações interpessoais, as alegrias e os sofrimentos assim como são diretamente experienciados.

Os princípios e pressupostos do Existencialismo ajudam a Gestalt Terapia a se fazer no mundo como um modo específico de estar no mundo e de lidar com ele (RIBEIRO, 1985).

De acordo com YONTEF (1998), o Existencialismo afirma que as pessoas estão infinitamente se refazendo ou se descobrindo, não há nenhuma essência da natureza humana ser descoberta de maneira definitiva, sempre há novos horizontes, novos problemas e novas oportunidades.

A Gestalt - terapia se apresenta como uma filosofia existencial, uma “arte de viver, uma forma particular de conceber as relações do ser vivo com o mundo”. (GINGER e GINGER, 1995, p.17)

CARDELLA (2002), mostra que para o Existencialismo e para a Gestalt, o homem é um conjunto de possibilidades que pode se atualizar, se realizar durante sua existência, tendo liberdade para realizar suas escolhas vividas com angústia e inquietação, já que não pode escolher todas as coisas e precisa renunciar a muitas possibilidades.

Segundo GINGER e GINGER (1995) o primado do existencialismo está na vivência concreta “tudo que diz respeito à forma como o Homem experimenta sua existência, a assume, a orienta, a dirige... a autocompreensão para viver, para existir... é existencial: é espontânea, vivida, não erudita”. (p.36)

Faz parte desta filosofia, a singularidade de cada existência humana, a originalidade irreduzível da experiência individual, objetiva e subjetiva. Ou seja, a noção de responsabilidade de cada pessoa que participa ativamente da construção de seu

projeto existencial e confere um sentido original ao que acontece e ao mundo que a rodeia.

Desta forma o existencialismo “acredita que todo ato humano é intencional e deve ser compreendido através de si próprio. A intencionalidade é o ato, é a figura o desejo onde se faz presente a vontade e a liberdade. Já que todo ato humano visa um objeto e não ocorre no vazio.” (CARMO, 2002)

Neste sentido segundo FADIMAN (1986, p. 131), na filosofia existencial “um indivíduo só pode ser compreendido por meio da descrição direta que o próprio indivíduo faz de sua situação única”. O existencialismo compreende que todo ato humano é intencional e deve ser compreendido através de si próprio, já que ele mesmo é o melhor interprete de si e é o único ser capaz de projetar-se e antecipar a si mesmo, assim o homem é aquilo que decide ser e em constante transformação.

Nesta concepção, segundo Angerami (apud CAMON, 1984), pode-se de dizer que o homem passa grande parte da sua vida buscando o sentido de sua existência, caso contrario ele não existe, pois, “a subjetividade é a verdade, a subjetividade é a realidade” sem esta indagação o homem vive sendo aniquilado e achatado pelo sistema social que o desumaniza, tornando-o um ser que boicota a possibilidade de se realizar destruindo sua existência.

O existencialismo vê o homem como um ser livre, porém neste caso liberdade trata-se da capacidade de fazer escolhas e responsabilizar-se por estas já que a vida é uma conseqüência das nossas escolhas, para viver é necessário fazer escolhas o tempo todo. A escolha é vista com núcleo da existência humana, pois para existir o indivíduo é obrigado a fazer opções.

Para YONTEF (1998), a maioria das terapias existenciais, inclusive a Gestalt, considera importante o encontro existencial interpessoal, este relacionamento é definido por Martin Buber como Relação Eu – Tu.

RIBEIRO (1985), nos mostra que o Existencialismo também prega que o homem por si só não existe, ele só existe enquanto ser em relação com o mundo e/ou com outros homens, assim o homem torna-se produto de seus relacionamentos, que são modos possíveis de existência e refletem dois pólos da mesma humanidade que são: a relação Eu - Tu, que implica em reciprocidade e unicidade; e a relação Eu - Isso, que implica em manipulação, unilateralidade e coisificação. Porém, ambas são essenciais ao homem.

Conforme RIBEIRO (1985), o que se deseja é recuperar a integridade do ser humano, fortalecendo seu movimento interno para harmonia. O existencialismo tenta e procura o valor e o significado do homem.

O homem busca o sentido da vida, seu significado, para CAMON (1984), esse sentido está cada vez mais distante de uma existência plena, pois o homem se deixa conduzir pelo sistema social, muitas vezes se aniquilando. O sentido da vida é a propulsão motivacional da existência, “o homem desprovido de sentido de vida e significação, é incapaz de superar as angústias da existência” (p.19).

O homem, apesar de ter a seu dispor toda potencialidade que inclui desde emoções, inteligência e sua capacidade introspectiva, ele sofre a dor de não poder experimentar a “totalidade de suas possibilidades existenciais” sendo que a compreensão desta totalidade implica em “despojar-se de conceitos alienantes, sedimentados em aspectos não inerentes a existência”. (CAMON, 1984, p. 22)

Segundo RIBEIRO (1985), assim como no existencialismo em Gestal - Terapia o homem é visto como um ser particular, concreto, com vontade e liberdade pessoais, consciente e responsável. Concebendo-se como único no universo e individualizando-se a partir do encontro verdadeiro entre sua subjetividade e sua singularidade.

De acordo com GINGER e GINGER (1995), pode ser considerado existencial tudo que diz respeito à forma como o homem experimenta sua existência, a assume, a orienta, a dirige. A auto-compreensão para viver, para existir, é existencial, é espontânea, vivida.

## **Teoria de Campo**

Segundo RIBEIRO (1985), a Gestalt-terapia afirma que a pessoa deve ser vista como um todo, ou seja, que seu comportamento só se torna compreensível a partir de sua visão dentro de um determinado campo com o qual ela se encontra em relação. Um campo tem diversos pontos e fontes de força, formando assim, uma rede, um todo de forças e a percepção do terapeuta vai depender desta rede.

Um cliente é um campo. Sua roupa, sua idade, seus sapatos, seu perfume são “forças” nesta rede. A percepção total dele vai depender do modo como este todo de força chega até o terapeuta. Assim, objetos e pessoas só se fazem inteligíveis ou compreendidos quando são vistos na sua relação total com o ambiente que os cerca, ou seja, a pessoa não se faz compreensível a não ser no contexto total em que se encontra.

O comportamento deixa de ser entendido apenas como resultado da realidade interna da pessoa e passa a ser analisado em função do campo que existe no momento em que ocorre. A situação comportamental é vista como um todo, da qual decorrem partes diferenciadas. A pessoa é sempre vista dentro de um espaço maior que ela.

Assim, Lewin (apud RIBEIRO, 1985) representa a pessoa como um círculo fechado no seu isolamento do resto do universo. Tudo que está dentro do círculo é pessoa (P), o que está fora é não pessoa (não-P). Apesar da pessoa ser um universo fechado, este se encontra necessariamente dentro de um universo mais amplo, com o qual se encontra necessariamente em relação.

Desta maneira ocorrem duas propriedades: diferenciação – separação do resto do mundo, por meio de um limite contínuo; relação parte-todo, que é a inclusão da pessoa num universo mais amplo. Para Lewin, existe o meio Psicológico que ligado a Pessoa, torna-se igual, ou sua somatória, nada mais é do que o Espaço Vital.

A teoria lewiniana é uma teoria estrutural onde os conceitos de pessoa, meio e espaço vital se tornam fundamentais. A pessoa, portanto, ao mesmo tempo em que se individualiza, enquanto separada do resto do mundo, se “comuniza” incluída num universo mais amplo.

É nesta segunda dimensão que ela chega até nós e se faz compreensível. O homem é um ser do universo e no universo. A relação entre eles é não apenas cósmica e existencial, mas dinamicamente influente, modificadora, transformadora.

Para RIBEIRO (1985), por exemplo, as pessoas que apresentam os chamados problemas existenciais são aquelas que estão lidando difusamente com seus limites dentro desta concepção de espaço vital. Não obstante o espaço vital ser distinto e separado do mundo físico, nós sabemos que um influencia materialmente o outro. Fatos psicológicos podem alterar o mundo físico e vice-versa.

A comunicação entre os dois domínios se chama de propriedade de permeabilidade. Isto significa que se pode funcionar em níveis diferentes no que se refere a contato ou a limite do contato que se estabelece com a realidade. Aquilo que não pertence ao espaço vital permanece no campo das hipóteses ou, melhor dizendo, da fantasia. Algo adquire realidade objetiva no momento em que é trazido para dentro do espaço vital.

Assim, idéias ou coisas sobre as quais não se tem nenhum poder permanecem no campo das antecipações, como se diz em Gestalt-terapia, pois algo se torna pessoalmente real no momento em que se tem algum tipo de poder sobre ele.

RIBEIRO (1985), enfatiza que o campo é uma noção dinâmica não estática. É preciso perceber quando uma emoção tem relação com outra, quando é firme ou fraca/alargada (qualquer coisa entra e sai do limite é uma troca permeável demais), fluida/flexível (a troca ocorre naturalmente quando há necessidade) ou rígida (impede ou dificulta a troca) e, sobretudo, captar seu significado dentro do campo, do espaço vital ou meio comportamental, pois é esta relação dinâmica que dita o que fazer em cada momento.

A ação do psicoterapeuta só poderá surtir efeito se estes três elementos forem de fato analisados e trabalhados: o trabalho tem que ter uma direção, uma energia própria, um ponto real e concreto de ação. Não basta o cliente saber que descobriu o que o preocupa. O problema é como sair do conflito. A redução da tensão se faz com um trabalho paciente através da localização das necessidades básicas.

Para YONTEF (1998), o que alguém pensa a respeito do mundo, incluindo sua orientação filosófica, em parte, é uma função do caráter e vice-versa; o caráter é, em parte, uma função da nossa maneira de pensar. A teoria do campo indica o processo pelo qual pensamos. A teoria do campo é uma parte vital da teoria da Gestalt-terapia, sobre a qual a metodologia da Gestalt-terapia é construída, um Gestalt-terapeuta que deseja uma compreensão abrangente de sua abordagem escolhida precisa estudar teoria de campo.

Para se entender melhor a teoria de campo, existe algumas características: um campo é uma teia sistemática de relacionamentos; um campo é contínuo no espaço e no tempo; tudo é de um campo; os fenômenos são determinados pelo campo todo; o campo é uma fatalidade unitária: tudo no campo afeta todo o resto.

Ainda segundo YONTEF (1998) também existem as atitudes adicionais da teoria de campo: a realidade percebida é configurada pelo relacionamento entre o observador e o observado; o Princípio da contemporaneidade; processo: tudo é tornar-se; insight de invariáveis genotípicas.

As forças de energia, que compõem um campo, interagem no presente. Não existe ação a distância, assim como não existe energia movimentando as coisas que não seja a energia do campo. Na psicologia, se o passado, a genética, a sociedade influem, então as forças têm de estar presentes no campo contemporâneo. Os efeitos acontecem quando os fenômenos tocam uns aos outros, quando interagem no mesmo tempo e lugar.

### **Psicologia Organísmica**

Segundo POLSTER e POLSTER (2001), os psicólogos da Gestalt-terapia, ao analisar a dinâmica do ato de perceber, observaram que o percebedor organizava e impunha ordem as percepções do fluxo sensorial que o atingia, além de movimentar-se em direção ao seu fechamento, vendo a figura, como uma imagem completa delimitada.

Para CARMO (2002), o processo figura e fundo retrata também o processo pelo qual entramos em contato com nossas necessidades. Ela significa para nós o que é emergente, preferencial. Sabemos que a necessidade organiza o campo, porque é ele que provoca e mantém o processo dinâmico de suceder-se da figura e fundo. Quando uma vivência é resolvida plenamente, passa a ser fundo na experiência da pessoa e permite que outra experiência se transforme em figura.

Segundo RIBEIRO (1985), esta harmonia se mantém normalmente, sendo modificada apenas por fortes estímulos, como uma tensão alta. O organismo se expressa ora como figura ora como fundo. A figura é tudo aquilo que emerge do fundo e o diferencia. O fundo se apresenta como uma realidade contínua, que circunda a figura e lhe dá limites. Uma figura destacada do fundo mantém-se ligada a ele e recebe dele sua origem e explicação.

POLSTER e POSLTER (2001) acrescentam que, quando o indivíduo é impedido de muitas coisas que deseja fazer, essas ações incompletas, são forçadas a ficar no fundo, onde permanecem inacabadas e incomodadas, distraindo o indivíduo daquilo que ele está fazendo no momento.

De acordo com RIBEIRO (1985), a figura não é uma parte isolada do fundo, ela existe no fundo, o fundo revela a figura, permite que ela apareça. A figura está no todo, o que o cliente traz como figura, é parte de seu todo, também seu fundo.

Segundo YONTEF (1998) qualquer figura clara e vigorosa é significativa, pois num dado momento ela se destaca contra o pano de fundo da experiência desta pessoa. A medida em que a figura fenomenológica da pessoa não é nítida, aguda e energética, seu sentido de significado também será reduzido.

GINGER E GINGER (1995) acreditam que, a pessoa saudável deve poder discernir claramente a figura dominante do instante, que só assume pleno sentido se estiver relacionada com o fundo, o plano posterior. Assim uma reação no aqui e agora (figura emergente) deve inserir-se no conjunto da situação e da personalidade (fundo).

Para POLSTER e POLSTER, o fundo não possui limites e nem forma, sua função principal é proporcionar o contexto para a figura, sendo constituído por três elementos básicos:

1. Vivências anteriores: São características que orientam a vida e influenciam a experiências que emergem no primeiro plano do presente. Neste sentido, o trabalho da psicoterapia é alterar o senso que o indivíduo tem de seu fundo, de modo que as novas experiências possam ser harmoniosas com sua natureza. O Cliente precisa descobrir que as experiências não são o que ele achava que seria de fato, elas são bem vindas e que por meio destas experiências em mudança seu fundo se altera e passa ser possível ter harmonia em sua vida.
2. Situações Inacabadas: Todas as experiências ficam em compasso de espera até que a pessoa as finalize, a maioria das pessoas tem uma grande capacidade de tolerar situações inacabadas, uma vez que no decorrer da vida estamos destinados a ter muitas delas, mas se as situações inacabadas forem poderosas o indivíduo nunca estará satisfeito, até que aja este fechamento, que precisa



acontecer ou por retorno a antiga questão ou ao relacionar-se com questões paralelas no presente.

3. O Fluxo da Experiência Presente: Quando os propósitos, interações e desenvolvimentos atuais são complexos, eles criam grandes dificuldades para coordenar o fluxo figura e fundo. Há uma falta de sincronia entre as necessidades do momento e as situações inacabadas, sendo necessário desenvolvimento da habilidade para administrar essas incompatibilidades temporárias. Assim, cabe ao terapeuta mostrar ao cliente que a distinção do que pode esperar fechamento e o que precisa ser fechado no momento, faz com que a pessoa recupere o senso de escolha pessoal na vida.

Para CARDELLA (2002) é importante lembrar que o cliente é sempre a figura e o psicoterapeuta fundo na relação psicoterapêutica, e que o próprio cliente vai expressando uma sucessão de figuras (temas) na sua comunicação.

### **Teoria da Awareness**

De acordo com GRANZOTTO (2005) para Pells, as funções organísmicas exprimem uma sorte que ele chama de awareness que se entende como uma forma de atenção não abstrata, o fluir pelos vários estímulos em proveito de uma organização indiferenciada e mutante.

CARDELLA (2002) define awareness como “presentificação”, “tornar-se presente”, “concentração”, “conscientização”, pode ser considerada portanto, uma forma de experienciar, isso significa ser necessário ocupar-se do óbvio, do dado e descrever a situação tal qual se oferece a cada momento.

YONTEF (1998), diz que awareness é uma propriedade da gestalt, e que somente uma gestalt consciente (awareness), leva a mudança. É um tipo de consciência que envolve a totalidade do organismo do sujeito, ou seja, que envolve a consciência do sujeito no

sentido afetivo, cognitivo, no sentido da ação e da intuição. Parte da idéia de uma consciência que é produto necessário da relação entre o sujeito e o mundo. Consciência no sentido do vivido.

Segundo CARDELLA (2002), awareness, é a capacidade do indivíduo de discriminar e conseqüentemente assimilar o que é nutritivo e rejeitar o que é tóxico. É um processo que se modifica continuamente, pois é sempre presente, logo, fluido e dinâmico.

Para YONTEF (1998) awareness é uma forma de experiência que pode ser definida aproximadamente como estar em contato com a própria existência, com aquilo que é. É o processo de estar em contato vigilante com os eventos mais importantes do campo individuo/ambiente, com apoio sensório - motor, emocional, cognitivo e energético.

GRANZOTTO (2005) afirma que, para Perls a saúde organísmica está diretamente relacionada ao fluxo de awareness, ao passo que as formas de ajustamento disfuncional tem a ver com a interrupção deste fluxo, assim o sintoma psicopatológico se caracteriza na indicação de uma interrupção no fluxo de awareness, ou seja, o paciente não conseguiria destruir ou unificar, estando impedido de criar e conseqüentemente, de fluir desde o passado em direção ao futuro, o impedimento seria a rendição não deliberada de um ato passado de inibição de um conteúdo.

Ainda segundo a autora acima citada, existe três tipos de awareness:

1. Awareness Sensorial: designa o processo de abertura ao novo.
2. Awareness Deliberada: Designa o excitamento.
3. Awareness Consciente: Cujas Características é justamente a fixação da gestalt conquistada enquanto tema de aquisição objetiva.

O trabalho clínico, não se deveria ocupar de encontrar para as formas de inibição de awareness uma causa ou motivo, mais recomendável seria a proposição de experimentos e desafios que incrementassem a concentração do cliente na sua awareness. Deste modo buscando identificar onde e como o cliente se interrompe.

## **Teoria do Contato**

POLSTER e POLSTER (2001) definem contato como o sangue vital do crescimento, o meio para mudar a si mesmo e a experiência que se tem com o mundo. A mudança é um produto inevitável do contato, porque apropriar-se do que é assimilável e rejeitar o que é inassimilável na novidade irá inevitavelmente levar a mudança. Neste sentido, a diminuição de contato aprisiona o homem a solidão, em meio a um acúmulo de hábitos, conselhos e costumes.

Para Perls, Hefferline e Goodman (apud CARDELLA 2002), contatar é todo tipo de relação viva que se dá na fronteira, na interação entre o organismo e o ambiente.

Contato é o processo de formação de uma figura contra um contexto (fundo) no campo organismo/meio. O indivíduo precisa aproximar-se ou retrair-se na fronteira de contato a fim de satisfazer suas necessidades.

Para POLSTER e POLSTER (2001) o contato é incompatível com o permanecer o mesmo, a pessoa não precisa tentar mudar por meio do contato, a mudança simplesmente acontece.

De acordo com Loffredo (apud CARDELLA, 2002), contato é o reconhecimento do outro, o lidar com o outro, o que é não-eu, o diferente, o novo, estranho.

POLSTER e POLSTER (2001) explicam que o que distingue o contato da intimidade ou união, é que o contato, acontece numa fronteira em que se mantém um senso de separação, para que a união não sobrecarregue a pessoa, pois a partir do momento que há uma fronteira, ambos sentem o contato e o afastamento.

Segundo CARDELLA (2002), a fronteira de contato, é onde o homem entra em contato com o meio, ou seja, sua experiência indivíduo-meio. A fronteira de contato não é fixa, assim quando uma pessoa não consegue discriminar o que é ele mesmo e o que é o outro, ele pode ficar mais próximo ou mais afastado da fronteira de contato, com isso usa de mecanismo de evitação do contato.

Essa evitação é considerada uma disfunção do contato, que pode gerar uma rigidez ou uma permeabilidade da fronteira, podendo levar a pessoa a um isolamento, a perda da capacidade de diferenciação e identificação. O indivíduo confunde-se com o ambiente, ou isola-se dele. O indivíduo saudável deve poder diferenciar-se do ambiente e relacionar-se com ele num ritmo fluido de aproximação e retraimento.

Uma fronteira eficaz exige permeabilidade suficiente para permitir o acesso da nutrição, e impermeabilidade suficiente para manter para manter a autonomia e deixar o que é tóxico fora. Fronteiras eficazes são suficientemente flexíveis para ir de um grau de abertura/fechamento a outro. A regulação da fronteira, entre extremos polares de fusão e isolamento exige awareness, (YONTEF, 1998).

Para GINGER e GINGER (1995) a terapia acontece na fronteira de contato entre o cliente e o seu meio, é aí que podem ser observados as disfunções do contato do ciclo normal de satisfação das necessidades (ou resistências).

YONTEF (1998), afirma que, é na fronteira de contato que ocorre a awareness, quando a awareness não se desenvolve (figura e fundo não se formam numa gestalt clara) em tal transação, ou quando os impulsos são impedidos de expressão, as gestalten incompletas são formadas e a psicopatologia se desenvolve.

Conforme CARDELLA (2002), é na fronteira de contato que contém os eventos psicológicos como ações, emoções e também os pensamentos que ocorrem nesse limite, que são as formas do indivíduo vivenciar esses fatos limítrofes.

Assim a fronteira de contato, não separa o indivíduo do ambiente, ele o contém, protege e delimita. As fronteiras constituem o ego e é sentida tanto como contato ou como isolamento, onde o indivíduo experiência através de um ponto pulsante de energia sua experiência com o “eu” em relação ao “não eu”.

## **As Funções de Contato**

Segundo POLSTER e POLSTER (2001), a experiência de contato mesmo que possa centrar-se ao redor de qualquer sentido, ainda envolve ser tocado; por exemplo: ver é ser tocado por ondas de luz.

Existem sete funções de contato, que são elas:

- Olhar: Essa função evidencial é crucial para nossa existência. Um homem que é cego é deficiente não só porque não conhecerá a vivacidade das experiências visuais, mas também porque torna bastante difícil fazer muitas coisas sem a ajuda ou feedback visual.
- Ouvir: O escutar não é suficiente se for usado apenas para orientação quanto a posição de outra pessoa, em vez de ser parte total da carga de interação, compondo seu envolvimento rítmico com a ação. Mas como orientação ouvir é básico para a ação conseqüentemente, além disso, objetivos ocultos podem interferir na escuta plena, uma pessoa exerce seletividade quanto ao que ela irá ou não dizer e também quanto ao que ela irá ou não ouvir.
- Tocar: Durante o processo de terapia, nós apreciamos o bom contato, devemos trabalhar para nos tornarmos conhecedores do toque como contato, em vez do toque como ritmo de iniciação. Quando uma pessoa deseja ficar perto de outra, mas tem medo, pois isso pode levar ao toque, ela está criando uma separação entre o que ela é e o que ela poderia ser, quanto maior a separação, menor será as possibilidades de a pessoa experiencie sua realização na ação.
- Falar: Como função de contato a fala tem duas dimensões voz e linguagem. De modo simplista a voz pode ser considerada uma respiração modificada que dá forma ao conteúdo (linguagem) a ser expresso no contato. Já a linguagem é um dos agentes mais poderosos para o contato. Vigor, pungência, simplicidade, direção, todas essas e outras características da linguagem podem determinar se você atinge a outra pessoa. No entanto, alguns jogos de linguagem tiram o calor da incerteza do contato. Explicar de mais é um deles, repetir-se é outro; Frases sim-mas são um neutralizador de contato semelhante, além de fazer perguntas em vez de alternativas. Muitas vezes a linguagem é tudo que existe para fazer

contato, e mesmo as mínimas mudanças fazem a diferença entre atingir o alvo e cair a quilômetros longe do ponto de contato.

- Mover-se: Para que haja contato no movimento deve ser feita a liberação de cada parte do corpo para realizar a função de sustentação pela qual é responsável e recuperara a confiança no sistema normal de sustentação. Por exemplo, as pernas são básicas, mas a sensação precisa ser recuperada em todo o sistema.
- Cheirar e provar: Infelizmente são relegados a lugar secundário como funções de contato. Tem papéis apenas tangenciais na maioria das situações que formam o curso produtivo da vida.

É por estas funções que o contato pode ser conseguido, e pela perturbação dessas funções que o contato pode ser evitado ou bloqueado. Nós precisamos desenvolver novas habilidades de contato, já que o contato não é prejudicial em nenhuma idade, é uma função contemporânea para qual, cada idade cria seus próprios estilos.

### **A Fronteira de Contato**

Para POLSTER e POLSTER (2001), o que distingue o contato da intimidade ou união, é que o contato acontece numa fronteira em que se é mantido um senso de separação, para que a união não sobrecarregue a pessoa, pois a partir do momento em que há uma fronteira, ambos sentem contato e afastamento.

Conforme CARDELLA (2002), é na fronteira de contato que contém os eventos psicológicos como ações, emoções e também os pensamentos que ocorrem nesse limite, que são as formas do indivíduo vivenciar esses fatos limítrofes.

Assim, a fronteira de contato é o ponto em que o indivíduo experimenta o “eu” em relação ao que é “não-eu” e por esse contato, ambos são experienciados mais claramente. Desta forma, o contato envolve não só um senso do próprio eu, mas

também, um senso daquilo que colide/encontra a essa fronteira. (POLSTER e POLSTER, 2001)

Segundo CARDELLA (2002), a fronteira é onde o homem entra em contato com o meio, ou seja, sua experiência indivíduo-meio. A fronteira de contato não é fixa, assim quando uma pessoa não consegue discriminar o que é ele mesmo e o que é o outro, ele pode ficar mais próximo ou mais afastado da fronteira de contato, com isso usa de mecanismo de evitação do contato.

Essa evitação é considerada uma disfunção do contato, que pode gerar uma rigidez ou uma permeabilidade da fronteira, podendo levar a pessoa a um isolamento, a perda da capacidade de diferenciação e identificação. O indivíduo confunde-se com o ambiente, ou isola-se dele. O indivíduo saudável deve poder diferenciar-se do ambiente e relacionar-se com ele num ritmo fluido de aproximação e retraimento.

Uma fronteira eficaz exige permeabilidade suficiente para permitir o acesso da nutrição, e impermeabilidade suficiente para manter a autonomia e deixar o que é tóxico fora. Fronteiras eficazes são suficientemente flexíveis para ir de um grau de abertura/fechamento a outro. A regulação da fronteira, entre extremos polares de fusão e isolamento exigem awareness, (YONTEF,1998).

Para GINGER e GINGER (1995) a terapia acontece na fronteira de contato entre o cliente e o seu meio, é aí que podem ser observados as disfunções do contato do ciclo normal de satisfação das necessidades (ou resistências).

YONTEF (1998), afirma que, é na fronteira de contato que ocorre a awareness, quando a awareness não se desenvolve (figura e fundo não se formam numa gestalt clara) em tal transação, ou quando os impulsos são impedidos de expressão, as gestalten incompletas são formadas e a psicopatologia se desenvolve.

POLSTER e POLSTER (2001) nomeiam a fronteira de contato de Fronteira do Eu e acrescentam que ela é composta de toda a amplitude de fronteiras de contato e define

as ações, idéias, pessoas, valores, ambientes, imagens, memórias, etc com as quais a pessoa está disposta e cooperativamente livre para se envolver plenamente, tanto com o mundo interno a ela quanto com as reverberações internas que este encontro pode despertar.

A seletividade para o contato, determinada pela fronteira do eu do indivíduo, irá governar o estilo de sua vida, incluindo a sua escolha de amigos, o trabalho, a geografia, a fantasia, o fazer amor e todas as outras experiências que sejam psicologicamente relevantes para a sua existência. O modo como uma pessoa bloqueia ou permite a awareness e a ação na fronteira de contato, é forma de manter o senso de seus próprios limites seguros.

Os autores acima citados, ainda acreditam que a fronteira pode ser descrita, a partir de diversas perspectivas:

- Fronteiras do corpo: é a awareness da sensação das partes do corpo, fica comprometida, quando a pessoa possui uma parte favorita, em seu corpo, ou coloca determinada parte fora do senso de si mesmo.
- Fronteiras de valor: os valores coexistem de acordo com a prioridade que a pessoa se coloca interessada. É necessário ampliar as fronteiras de valor para que haja apoio para a ação e novas alternativas de existência.
- Fronteiras de familiaridade: Algumas pessoas se restringem a funcionar em ambientes limitados, mais familiares, deixando experimentar apenas uma pequena parte do possível em sua vida, os limites geográficos ou de tempo, restringem o contato com o novo ou pouco familiar. Essas fronteiras são inevitáveis e só parcialmente removidas por meio de viagens, leituras e encontros com outras pessoas e com maneiras de vidas diferentes.
- Fronteiras expressivas: os tabus contra o comportamento expressivo começam cedo e assim as fronteiras são delineadas, o que começa na infância continua conforme crescemos, apenas de um modo mais sutil do que os “não faça” originais.



- Fronteiras de exposição: essa fronteira compartilha um terreno comum com todas as outras fronteiras aqui, contudo, a relutância específica é quanto a ser observado ou reconhecido. Os semânticos descrevem três tipos de expressão: bloqueado/inibido, exibicionista e espontânea. O estágio bloqueado/inibido são não expressivos, no primeiro a pessoa nem sabe o que deseja expressar, e no segundo sabe, mas não expressa. O exibicionista expressa o que deseja, embora não tenha integrado ou assimilado plenamente a expressão em seu sistema. Já o espontâneo é quando o indivíduo expressa o que deseja com pleno envolvimento e a expressão é compatível e assimilada com seus desejos.

### Dinâmicas do Contato

Para YONTEF (1998), as fronteiras eficazes são permeáveis e permitem transações entre o organismo e o meio. Uma fronteira equivale a uma parede, na qual o organismo se fecha para o exterior (isolamento) e tenta ser auto – suficiente, nutrir a si mesmo. Uma fronteira que é aberta demais ameaça a existência autônoma do organismo, via a perda da identidade independente (confluência/fusão).

De acordo com CARDELLA (2002), o indivíduo neurótico quando é incapaz de modificar suas formas de interação com o meio, atuando de forma cristalizada e obsoleta, dificulta sua interação de forma saudável consigo mesmo e com o mundo, o indivíduo não se distingue do meio, misturando-se ou afastando-se dele, muitas vezes não percebe suas necessidades.

A incapacidade do indivíduo de encontrar e manter um equilíbrio entre ele e o restante do mundo opera segundo mecanismos neuróticos. Os Mecanismos de Evitação do contato são: Confluência, Introjeção, Projeção, Retroflexão, Proflexão e Egotismo.

- Introjeção: envolve a incorporação de atitudes não digeridas de modo de agir, avaliar e sentir provenientes do meio externo e que são incorporados à personalidade. Esses conteúdos são assimilados, ao ponto de parecerem pertencer ao indivíduo, tal sua

identificação com eles. Através das introjeções é erguida uma barreira entre o indivíduo e o mundo, impossibilitando o encontro verdadeiro e o amor.

A utilização excessiva do mecanismo introjetivo leva o indivíduo a auto desvalorizar-se, já que ele permite ser invadido pelo meio externo, que inunda sua personalidade e dita regras e normas que não devem ser transgredidas. A auto desvalorização conduz à auto-alienação, que favorece a ocorrência do mecanismo de evitação denominado projeção.

- Projeção: desloca-se a barreira entre o ser e o mundo, exageradamente a seu favor. Em vez de ser um participante ativo em sua própria vida, a pessoa se torna um objeto passivo, vítima das circunstâncias. As expectativas projetadas implicam exigências inconscientes de que o outro satisfaça todas as nossas necessidades.

As projeções revelam-se muitas vezes nas expectativas em relação ao parceiro num relacionamento afetivo, de que ele possa dar sentido à nossa vida, trazendo a felicidade, a alegria.

A freqüente utilização desse mecanismo acarreta, ao longo do tempo, frustrações freqüentes para aquele que projeta, e uma grande sobrecarga para aquele que recebe as projeções. No relacionamento que projeta se sente insatisfeito por ver frustradas as suas expectativas em relação ao parceiro.

- Confluência: o indivíduo não se distingue do meio, não percebe a barreira erguida entre si e o ambiente. Por não dar conta das próprias necessidades, emoções e sentimentos, a pessoa confluyente mistura-se com o outro e não toleram as diferenças entre ele e o outro, ele não se distingue do meio vivendo numa relação simbiótica. Com isso ele não cresce e não permite que o outro cresça. O confluyente exige que o parceiro só se sinta feliz ao seu lado, que não necessite de ter outros contatos com outras pessoas.

- Retroflexão: faz com que a pessoa permaneça retraída na fronteira de contato. Ele freqüentemente controla seus impulsos e sentimentos, não expressa suas emoções e não permite que o outro o conheça como ele é. Pode apresentar dificuldade em dizer não, pois já disse para si mesmo, exige de si perfeição nas atitudes, não dando ao outro, oportunidade de conhecer seus desejos e sentimentos. Criando uma imagem inatingível ou intocável, agindo com racionalização em suas atitudes.

- Proflexão: a pessoa só faz aos outros o que quer que os outros lhe façam, ou que reaja de uma maneira desejada. Tudo que ele faz visa a própria satisfação. O proflexor associa amor a desempenho, não se sente amado e nem digno de sê-lo pelo que é e por isso precisa fazer pelo outro, para sentir-se merecedor de seu amor.

- Deflexão: a pessoa não se envolve com o outro de modo profundo, evitando um encontro verdadeiro, desviando de assuntos, evitando a intimidade, através, de abstrações, relato de experiência de terceiros, e evitando um contato físico e visual.

- Egotismo: período da terapia em que o cliente se interessa muito por si mesmo e por seus próprios problemas, passa a se auto-observar. É uma tentativa de aniquilação do incontrolável e do surpreendente, o indivíduo evita as surpresas do ambiente tentando isolar-se como sendo a única realidade: isto ele faz assumindo o comando do ambiente e o tornando seu.

Com esse mecanismo o indivíduo não renuncia ao controle e não cede ao comportamento que o levaria ao crescimento. Ele controla a espontaneidade, satisfaz sua vaidade, por meio excessivo de interesse por si mesmo, que o protege da confusão e do sentimento de ser abandonado.

## **Teoria do Self**

De acordo com YONTEF (1998) o self é o sistema de contatos atuais e o agente do crescimento. A realização do self na Gestalt terapia é cuidadosamente colocada em

contraste com a tentativa de concretizar a auto-imagem. As imagens, incluindo as imagens de si mesmo, são produtos ou representações das coisas que distinguem a Gestalt-terapia das relações objetais e das e das outras abordagens psicanalíticas é que a Gestalt-terapia enfatiza relacionamentos reais em vez imagens self-outros.

Para GINGER e GINGER o self é um processo que ocorre na fronteira de contato entre o organismo e seu meio, permitindo o ajustamento criativo. Assim o self pode diminuir em certas situações.

Segundo CARDELLA (2002) o self não é uma entidade fixa nem uma instancia psíquica como o “Eu” ou “Ego”, mas um processo especificamente pessoal e característico de sua maneira própria de reagir, num dado momento e num dado campo, em função de seu estilo pessoal. Não é o seu “ser”, mas seu “ser no mundo”, variável conforme as situações.

PERLS, HEFFERLINE e GOODMAN destacam que o Self, enquanto sistema de contatos, integra sempre funções percepto-proprioceptivas, funções motor-musculares e necessidades orgânicas. É consciente e orienta, agride e manipula e sente emocionalmente adequação entre o ambiente e o organismo.

O self dos gestaltistas funciona em três modos: o “id”, o “eu” e a “personalidade”. Em suas três funções, o self aparece com uma intensidade ou uma precisão variável conforme os momentos.

Como aspectos do self num ato simples e 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 conscientes, o ambiente percebido de maneira vaga e os sentimentos incipientes que conectam o organismo e o ambiente.

O ego é a limitação e a intensificação do contato em andamento, incluído o comportamento motor, a agressão, a orientação e a manipulação. É a função ativa do Self, transforma, codifica, destroi e, se identifica com as coisas. Delibera se identificando (escolhe o que é necessário) ou alienando (fazendo suas escolhas voltadas para o futuro e para o meio), 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.

A personalidade é o sistema de atitudes adotadas nas relações interpessoais; É a admissão do que somos, que serve de fundamento pelo qual poderíamos explicar nosso comportamento, se nos pedissem uma explicação. Quando o comportamento interpessoal é neurótico, a personalidade consiste em alguns conceitos errôneos a respeito de nós próprios, introjetos, ideais de ego, mascaras etc. Mas quando a terapia é concluída, a personalidade é uma espécie de estrutura de atitudes, por nós compreendidas, que podem ser empregadas em todo tipo de comportamento interpessoal.

Concluído, PERLS, HEFFERLINE e GOODMAN na neurose a inibição do Self ce uma incapacidade de conceber a situação como estando em mutação ou sofrendo ou processo; a neurose é uma fixação no passado que não muda. Isto é verdadeiro, mas a função Self é mais que o processo de aceitar as possibilidades,é também diferenciar entre as respostas obsoletas e o comportamento novo e único que é exigido.

### **Temporalidade e Neurose**

Perls, Hefferline e Goodman (apud Granzotto e Granzotto, 2005) descrevem o Self como sendo “a função de contatar o presente transiente concreto”, ou seja, a experiência de um continuo que modifica-se a cada instante.

De acordo com YONTEF (1998) o self é o sistema de contatos atuais e o agente do crescimento. A realização do self na Gestalt terapia é cuidadosamente colocada em contraste com a tentativa de concretizar a auto-imagem. As imagens, incluindo as imagens de si mesmo, são produtos ou representações das coisas que distinguem a Gestalt-terapia das relações objetais e das e das outras abordagens psicanalíticas é que a Gestalt-terapia enfatiza relacionamentos reais em vez imagens self-outros.

Segundo CARDELLA (2002) o self não é uma entidade fixa nem uma instancia psíquica como o “Eu” ou “Ego”, mas um processo especificamente pessoal e característico de sua maneira própria de reagir, num dado momento e num dado campo, em função de seu estilo pessoal. Não é o seu “ser”, mas seu “ser no mundo”, variável conforme as situações.

Para GINGER e GINGER (1995) o self é um processo que ocorre na fronteira de contato entre o organismo e seu meio, permitindo o ajustamento criativo, a qual Perls, Hefferline e Goodiman (Apud Granzotto e Granzotto, 2005) atribuem ser o meio onde poderíamos representar uma certa regularidade no processo de crescimento (retomada criadora).

Ainda para os autores acima citados, o self dos gestaltistas funciona em três modos: o “id”, o “eu” e a “personalidade”. Em suas três funções, o self aparece com uma intensidade ou uma precisão variável conforme os momentos.

Como aspectos do self num ato simples e espontâneo, o id, o ego, e a personalidade, são as etapas principais de ajustamento criativo:

Segundo GINGER e GINGER (1995) e o id é o fundo determinado que se dissolve em suas possibilidades, incluindo 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.

GRANZOTTO e GRANZOTTO (2005) acrescentam que quando o self esta polarizado como id, a figura não está propriamente definida, mas destacam que esta pode ser a vivencia volumosa do corpo que são nossas experiências interoceptivas e proprioceptivas, as quais não só são inespecíficas para quem a sente, quanto raramente podem ser desligadas das condições do meio, assim, os autores definem o id como: “relação de homeostase ou distribuição eqüitativa de energia entre as partes envolvidas, que são o meio e os meus tecidos celulares, onde sou eu mesmo, mas eu enquanto situação inseparável das coisas que participo”.

Ainda para GRANZOTTO e GRANZOTTO (2005), o ego é a função de individuação do self enquanto tal. Trata-se do momento em que as trocas energéticas se polarizam em uma extremidade da relação, que são os meus tecidos celulares junto as quais o self se faz ação, decisão, deliberação em favor de uma certa direção ou modo de troca energética.

Os autores acrescentam que quando o self está polarizado na função ego a figura é um ato intencional, uma ação deliberada a partir de um fundo de exitamentos, para qual aquela ação quer uma resposta.

YONTEF (1998) resume, o ego é a limitação e a intensificação do contato em andamento, incluído o comportamento motor, a agressão, a orientação e a manipulação.

Já, ainda segundo o autor acima citado, personalidade é a figura criada na qual o self se transforma e assimila ao organismo, unindo-a com os resultados de um crescimento anterior.

Para Perls Hefferline e Goodman (apud GRANZOTTO e GRANZOTTO, 2005), a personalidade trata-se do sistema de atitudes adotadas nas relações interpessoais, é a admissão do que somos, que serve de fundamento pelo qual poderíamos explicar o que somos.

Nesta função, o self, quando polarizado, a figura não dá a ordem do sensorial ou da deliberação, mas é uma certa abstração um certo valor no qual nos alienamos sob um fundo de ações e sensibilidade.

Quanto a dinâmica do self, GRANZOTTO e GRANZOTTO (2005) Identificam na função id uma dinâmica passiva, um estado de inércia, a partir do qual o nosso ego pode acolher um dado como figura, trata-se do momento do surgimento de uma excitação a partir de um fundo organísmico (pré-contato).

Na função ego, além da apreensão da figura, acontece o contato e o contato final, uma vez que este momento trata-se da abertura de um horizonte de futuro e investe um mundo circundante de uma função nova, neste momento só resta ao self na função de ego agir, é o momento que ele faz alguma coisa (contato).

Depois disso quando o excitamento foi aplacado o self pode fluir (Contato final), o que significa que ele pode polarizar numa representação daquilo que ele próprio fez, podendo assumir ou se identificar com uma personalidade.

Husserl (apud GRANZOTTO E GRANZOTTO, 2005) destaca que a partir e durante todo o processo ao ser excitado por uma novidade, o self dissolve o que está dado, transformando em possibilidade e a partir destes cria uma realidade, que trata-se da passagem do passado para o futuro: isto é o que existe, é disso que se tem consciência, é isso que descobre e inventa.

Sendo assim, o pré-contato é uma organização espontânea do dado e dos co-dados na fronteira. Trata-se de um acontecimento espontâneo, onde de forma passiva o ego



recolhe do id um fundo que é agregado ao dado, que se caracteriza como emergência da figura na fronteira de contato.

No contato o horizonte de futuro aparece pleno de possibilidades e o ego delibera uma ação, uma decisão, ou seja, abre-se para uma nova configuração, onde lança-se ou esconde-se. E uma vez tomada essa decisão só cabe agora ao ego a transcendência, onde se estabelece o contato final. Temos então a assimilação do passado como representação de nós mesmos, o que podemos chamar de personalidade.

No entanto, devemos destacar que quando a função do ego está impedida de agir, e não consegue criar para o dado nada de novo e algumas vezes ele se quer consegue admitir a existência de um dado, neste momento o ego não tem muitas alternativas, senão, deliberar em favor da inibição de sua ação, eis o que os gestalt terapeutas chamam de neurose. E que Perl e Goodman (apud GRANZOTTO E GRANZOTTO, 2205) caracterizam como: A evitação do excitação espontâneo e a limitação das excitações.

### Camadas da Neurose

De acordo com CARDELLA (1994), ao utilizar mecanismos de evitação a pessoa neurótica não experimenta a vida e suas relações. E para desenvolver seu potencial amoroso ela precisa romper a evitação e confrontar os medos, que fazem com que seus comportamentos e atitudes não deixem livre seu crescimento individual e relacional.

São cinco camadas da neurose descrita por Perls: postiça, fóbica, impasse, implossiva, explosiva.

- Postiça: é quando uma pessoa utiliza-se de papéis, de jogos de controle, para tentar ser o que não são e através dos jogos de controle, evita confrontar os próprios medos e angustias, responsabilizando os outros por suas dificuldades, manipula as pessoas

para que se comportem de maneira complementar para não ter que se deparar consigo mesmo

- Fóbica: envolve o contato com os medos que mantém os comportamentos postivos, é de ter medo de ser o que somos. Quando o individuo se torna consciente de suas próprias manipulações, passa a entrar em contato com os próprios medos. Estes medos mantém a atitude de distanciamento da parte do cliente em relação as pessoas.

- Impasse: ocorre quando o indivíduo não está pronto ou disposto a usar os próprios recursos para estabelecer um contato.

- Implosiva: é quando o indivíduo se liberta do impasse e depara-se com a sensação de medo ou da morte, onde as energias necessárias a vida estão bloqueadas e investidas inutilmente. A quarta camada da neurose é a explosiva, onde as energias que não foram utilizadas anteriormente são liberadas através da alegria, da dor, da cólera ou orgasmo, pois assim liberando esses sentimentos ele possa vivenciar o amor.

Para YONTEF (1998) na neurose o ego aliena um dos processos do self, isto é , não consegue identificar-se com o self em seu estado. Em vez de deixar o self continuara organização das respostas em novas gestalten, o self fica enfraquecido. O neurótico perde (aliena) a awareness do sentido do “sou eu quem está pensando, sentindo, fazendo isto”.

## **O Experimento em Gestalt-terapia**

De acordo com CARDELLA (2002), os experimentos são instrumentos, ferramentas que podem ser facilitadores na integração da personalidade, favorecendo a mudança de área no campo indivíduo-meio, onde o terapeuta se torna um guia para levar a pessoa a experenciar, ampliando awareness e a compreensão de si mesma.

Compreendendo o momento do cliente, o terapeuta poderá localizar o ponto do organismo do cliente em que a energia está mais ativada, e ao encontrar essa energia, o terapeuta pode encontrar o enfoque “fato psíquico” a ser seguido. O tema de um experimento é o tema que emerge de uma diversidade de conteúdos que devem ser condensados, resumidos e nomeados e unificados. A finalização mediante o insight e o fechamento ou seja quando há ampliação da awareness e/ou a ressignificação das gestalten inacabadas.

Para YONTEF (1998) os experimentos são arranjados em série, de modo que cada etapa seja um desafio para o paciente, mas esteja ao seu alcance. Em cada experimento o paciente pode tentar novos comportamentos, que poderiam ser experimentados no meio natural somente com grandes dificuldades. Quando o paciente consegue experienciar sem o terapeuta, a terapia está terminada.

Em Gestalt-terapia o experimento é uma tentativa de agir contra o beco sem saída do falar sobre, ao trazer o sistema de ação do indivíduo para dentro do consultório. Por meio do experimento o indivíduo é mobilizado para confrontar as emergências de sua vida, operando seus sentimentos e ações abordados, numa situação de segurança relativa (POLSTER e POLSTER, 2001).

LIMA Filho, (2002) destaca como objetivos específicos do experimento:

- expandir o repertório de comportamentos da pessoa;
- criar condições sob as quais a pessoa possa ver sua vida como de sua própria criação e autoria (tomar posse da terapia);
- estimular a aprendizagem experiencial da pessoa, bem como a evolução de novos autoconceitos a partir de criações comportamentais.

Completar situações inacabadas e superar bloqueios no ciclo awareness/excitação/contato;

- integrar compreensões corticais e expressões motoras;
- descobrir polarizações não conhecidas;
- estimular a integração de forças conflitivas na personalidade;

- remover e reintegrar introjetos e rearranjar sentimentos, idéias e ações mal colocadas na personalidade.
- Estimular circunstâncias sob as quais a pessoa pode agir e sentir-se mais forte, mais competente, com um melhor auto suporte, podendo explorar mais e estando mais ativamente responsável para consigo mesma.

## **ESTUDO DE CASO**

### **Identificação do Sujeito**

Nome: J.G	Idade:17	
Data de Nascimento: 15/03/1986	Sexo:Masculino	
Estado Civil:solteiro	Escolaridade:2º grau incomp.	
Religião:Congregação Crista Brasil	Naturalidade:Maringá	
Filiação Pai:R.G.	Idade:Falecido	Profissão:
Mãe:D.C.G.	Idade:36	Profissão: Dona de casa

### **Queixa Inicial**

O cliente relata que está muito nervoso no momento atual, tendo varias crises nervosas onde agride as pessoas verbalmente e quebra coisas.

Relata que sempre foi calmo e que passou a ter estas crises depois de um problema na escola que levou a fugir de casa e ficar fora por 2 dias.

### **História de Vida**

Segundo informações colhidas com o cliente e com a mãe, J. nunca teve doença grave e sempre “deu trabalho” na escola onde reprovou 2 anos.

J. frequenta a igreja 3 vezes por semana, desde criança, onde toca vários instrumentos desde os 10 anos.

Quando estava com 3 anos os pais se separaram e permaneceram separados por 3 anos, durante este período J. morou com a mãe na casa dos avós maternos.

Segundo a mãe J. tem bastante amigos na igreja e convive a maior parte do tempo com pessoas mais velhas, na casa da avó materna e no trabalho.

J. tem um irmão mais novo, que segundo ele e a mãe, é “um santo”, e os 2 sempre se deram muito bem.

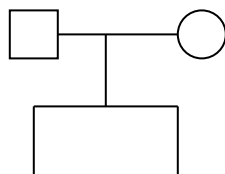
A mãe do cliente que logo depois que o pai de J. faleceu, j. estava com 9 anos de idade ele teve que ser encaminhado a terapia pois segundo a mãe “além do trabalho na escola ter aumentado eu pegue ele se masturbando e achei uma revista de sacanagem nas coisas dele! J. fez terapia alguns meses mas parou quando a mãe achou que era hora de parar”.

Segundo a mãe J. sempre foi muito apegado ao pai, e depois que mesmo faleceu ficou muito dependente dela.

Atualmente J. estuda a 1ª série do 2º grau de manhã e a tarde trabalha, vive com a mãe e o irmão de 10 anos.

A mãe o levou e buscou em todos os lugares que ele e o irmão vão, inclusive na escola e no trabalho.

## Genetograma





## **DISCUSSÃO:**

A gestalt- terapia acredita que o homem é um ser responsável por suas escolhas e por sua vida. Prega que o homem vive em luta consigo e com os outros homens numa tentativa de se firmar e de ser reconhecido como pessoa, está permanentemente a procura da compreensão de seu próprio sentido. (RIBEIRO, 1985)

Seguindo o mesmo caminho YONTEF (1998), afirma que a essência da mudança é tornar-se quem você é de verdade, em um mundo que faz de tudo para que você não seja você mesmo.

No caso de J. que quando perdeu o seu pai aos 10 anos, foi muito pressionado para que não o esquecesse e para que não deixasse seu irmão sem pai e sua mãe sem “homem” viu sua verdadeira identidade se desfazendo e seu ciclo do contato se interrompendo ficando preso na sensação no momento em que deveria perceber sua necessidade.

Ao invés disto J. desenvolveu uma figura estável de que é como o seu pai, e isto o torna incapaz de perceber suas reais necessidades e o leva a agir através da introjeção, uma vez que acredita que quanto mais se parecer e fizer tudo de acordo as pessoas dizem nunca deixará que seu pai seja esquecido e principalmente não permitirá que seu irmão mais novo fique sem pai que ele nunca conheceu.

Assim sua vida torna-se fundo e a vida do seu pai, passa a ser a figura dominante. Desta maneira J., deixa de satisfazer suas necessidades para satisfazer as necessidades do meio, o que acarreta em sua vida um acúmulo de gestalts inacabadas.

Segundo GINGER e GINGER (1995) para Perls a neurose está vinculada ao acúmulo de “Gestalts inacabadas”, de necessidades não satisfeitas.

Para CARDELLA (2002) o indivíduo neurótico é incapaz de modificar suas formas de interação com o meio atuando de forma cristalizada e obsoleta, dificulta sua interação de forma saudável consigo mesmo e com o mundo, o indivíduo não se distingue do meio, misturando-se ou afastando-se dele, muitas vezes não percebe suas necessidades.

### **Hipótese Diagnóstica**

O núcleo neurótico de J. constitui-se de uma figura estável que o faz acreditar que é igual ao pai. Desta forma J. não se distingue do meio, uma vez que não sabe quais são suas necessidades, pois as introjeções que faz o proíbem de entrar em contato consigo mesmo, não se permitindo ser o que é, por medo de desapontar as pessoas a sua volta. Isto faz com que um acúmulo de gestalts abertas, o prendam em uma neurose na camada fóbica, que o impede de estar aware de seus sentimentos e de demonstrá-los vivenciando relações de pleno contato com o meio e consigo mesmo.

### **Descrição e Análise do Processo Terapêutico**

De acordo com YONTEF (1995), o objetivo principal da Gestalt-Terapia é propiciar o continuum da Awareness e a formação continuada e livre da Gestalt, onde, aquilo que for de principal interesse do organismo, do relacionamento do grupo ou da sociedade se torne gestalt, que venha para o 1º plano (torne-se a figura) e que possa ser integralmente experienciada e lidada para que então possa fundir –se com o segundo plano (fundo) e deixar o primeiro plano livre para a próxima Gestalt emergente.

Partindo deste pressuposto o primeiro passa da psicoterapia, foi através do método da awareness mostrar a J. suas reais necessidades (Gestalts abertas) e fazer com que ele tornar-se aware de suas figuras, utilizando para estes processo as técnicas de redução fenomenológica como o Epoche, a descrição e o interrogar, e também o exercício de cadeira vazia.

O Epoche, significa livrar-se dos julgamentos, ouvir o cliente desprovido de juízos por parte do psicoterapeuta. Escutando-o profundamente, de forma que se estabeleça um contato com o mundo de significados deste, estabelecendo assim, um verdadeiro dialogo com o cliente. (CARDOSO 2002).

E: “Que lições você traz do futebol para a sua vida?”

**C: “Ah eu acho que a vida é igual futebol (...) você não acredita?” (SIC)**

E: “O que eu penso não importa, eu quero saber de você, você gosta muito de futebol não é?” (3ª sessão)

Descrever e interrogar, consistem em fazer perguntas eliminando interpretações e conceitos, de forma que o cliente possa prender-se ao fenômeno como ele é, e como é percebido no aqui e agora.

**C: “Bom sabe como você explode? Então, eu explodi...?” (SIC)**

E: “Como assim? Explodiu?”

**C: “Então, tem uma prima minha (...) desculpe a palavra,cagada que ela fez eu quero ver a hora que eu vir o resto ai sim que vai ser foda, eu, desculpe de novo!” (SIC)**

E: “Não foi nasa, mas me conta como você sente com tudo isso que você esta me contando?” (1º sessão)

Através deste processo, J. foi tornar-se aware de suas necessidades e sentimentos e impedindo que mais “Gestalts inacabadas” se formassem através da satisfação das mesmas, e buscando um equilíbrio, propiciado pela auto-regulação Organísmica.



Segundo CARDELLA (2002) a auto-regulação organísmica, quando não interrompida pela neurose, propicia a satisfação de uma necessidade e traz estabilidade ao indivíduo, enquanto o surgimento de uma nova necessidade o desequilibra, gerando tensão, e o motiva na busca de uma nova satisfação.

E: "E como você está se sentindo com isso?"

**C: "Super feliz, eu adoro o meu padrasto e acho que a minha mãe merece! Ela já sofreu muito e precisa ter alguém que lhe faça feliz!" (SIC)** (choro e silêncio por alguns minutos - 6º sessão).

Nesta fase J. já está saindo da sensação e entrando na percepção do ciclo de contato.

O segundo passo foi oferecer o suporte necessário para que J. pudesse começar a mobilizar recursos necessários para que seu ciclo do contato voltasse a fluir de forma saudável, e possibilita o contato verdadeiro ou afastamento de J. com o meio.

CARDELLA (2002) afirma que na terapia o self- suporte é desenvolvido gradativamente, onde o terapeuta age como um facilitador para o reconhecimento e a criação de recursos próprios do indivíduo, para que possa então, estabelecer contatos plenos.

E: "J. você não acha que explode porque guarda muitas coisas?"

**C: "Sim mais eu não posso sair por aí dizendo tudo o que eu quero para as pessoas porque eu não quero magoa-las!" (SIC)**

E: "Eu sei, eu não estou dizendo para você sair por aí falando tudo que quer a todos e a direita machucando as pessoas, e sim para você apenas se defender quando lhe disserem algo que você não gosta (...) é uma das maneiras de não deixar acumular raiva e ter esses momentos de explosão. E tem mais as pessoas não vão deixar de gostar de você por isso, elas vão estranhar sim! Mas vão entender que você tem seus sentimentos e que precisam ser respeitados." (7º sessão)

Para que J. Alcançasse seu self – suporte fio utilizada técnicas de clarificação e cadeira vazia, cuja descrição da segunda encontra-se em anexo.

A clarificação conste em mostrar ao cliente algo que ele não percebe, propiciar a Awareness clara e sem forçar , sem dar pronto a ao cliente, fazer ele perceber sozinho. (CARDELLA 2002)

**C: “Sim, e depois que meu pai morreu ele passou a ser meu ídolo.” (SIC)**

E: “Então você está me dizendo que copia o que ele faz por que você vê nele a imagem do seu pai?”

**C: “Sim.” (SIC) (choro - 9º sessão)**

É neste momento da terapia que a figura estável de J. aparece e a introjeção torna-se clara, uma vez que o self esteja diluído já que J. mistura-se tanto com o meio que já nem sabe mais o que é seu, o que e do seu pai e do seu tio!

E: “E o que você se parece com ele?”

**C: “Tudo, o jeito de ser as frases que ele falam, tudo!” (SIC) (9ª Sessão)**

A função ego do self não funciona uma vez que J. não escolhe ou rejeita aspectos do meio, pois como sua neurose não permite que ele saiba quais são suas necessidades ele simplesmente aceita tudo que vem, sem fazer contato e nem ajustamento criativo, impedindo o crescimento e o fechamento das Gestalts abertas.

YONTEF (1998) explica que o self é o sistema de contatos atuais e o agente do crescimento.

O terceiro momento, quando J. adquiriu o suporte necessário para entrar em contato pleno com suas gestalts inacabadas foi iniciar os fechamentos das mesmas, obedecendo a ordem das figuras emergentes durante as sessões.

Segundo CARMO (2002), uma necessidade surge e desaparece na medida em que recebe atenção e é satisfeita. A satisfação das necessidades exige o uso da agressividade, de uma força de vida ou de energia para encontrar o que é nutritivo e satisfatório no ambiente. A parte nutridora do ambiente é assimilada para conseguir satisfação.

Através da técnica de cadeira vazia na 6ª sessão J. pela 1ª durante o processo terapêutico se permite entrar em contato com sua agressividade, o que mostra que o self- suporte está se formando, e a energia necessária para fechar as gestalts abertas está sendo mobilizada, o que mostra que J. avançou uma etapa no ciclo do contato, agora além de perceber suas necessidades ele mobiliza sua atenção e busca recursos para sacia-la.

E: “J. existe uma técnica que se chama cadeira vazia, onde a pessoa tem oportunidade de reviver uma situação de maneira diferente de como ela aconteceu (...) quer tentar ?”

**C: “Quero!” (SIC)**

E: “Bom então vamos imaginar que esta bolsa é ela... agora você olha para ela e diz tudo que tiver vontade...” (6ª sessão)

Neste momento J. levantou-se e aumentou o tom de voz para falar.

Neste ponto do processo J. consegue perceber que tem conflitos e que só ele tem a capacidade de resolvê-los, mesmo que temporariamente ele não se sinta habilitado para isso e necessite de ajuda, aprendendo também que sua consciência é intencional e que a cada momento ele define o que será no momento seguinte, mesmo que isto lhe causa dor e medo. Desta forma a redução fenomenológica, buscando a awareness para o fechamento de gestalt, foi facilitada.

E: “J. pare um pouco fica aqui dentro com tudo isso?”

**C: “Eu fico chateado...” (SIC)**

E: “Chateado como?” (11ª sessão)

E: "J. pare um pouco, como foi para você não apanhar uma ordem do seu patrão?"

**C: "Ah, sei lá! (...) agora eu consigo falar que não posso que não quero (...)" (SIC)**

E: "Mas qual foi o sentimento que isto te gerou?" (12º sessão)

O self está se fortalecendo e aos poucos J. começa a rejeitar o que não é nutritivo e assimilar o que é.

**C: "Claro porque as coisas ruins ficaram pequenas perto das boas." (SIC)**

E: "Pois é J. parece que você está vendo que problemas sempre vão existir o que muda é a forma como você reage a eles e também a forma como você passa a receber as boas que acontecem na sua vida". (14ª Sessão)

Assim segundo CARDELLA (2002), agora J. está ficando saudável, uma vez que já consegue identificar a necessidade do momento e saber fazer escolhas para satisfazer. O ciclo de auto-regulação Organísmica avança mais uma etapa, agora J. mobiliza seu corpo para fazer o que for necessário para satisfazer sua necessidade, esta agora na ação.

J. agora consegue identificar suas necessidades e aos poucos a neurose fóbica vai se diluindo, aos poucos J. começa a entrar em contato com seus sentimentos e a demonstra-los sem medo e sem culpa.

**C: "(...) Quanto tava quase na hora de vir pra cá meu patrão pediu pra mim fazer a pauta pra ele e eu falei, ah me desculpa mas não vai dar eu to indo que eu tenho sessão hoje não pode deixar pra amanhã?"(12º sessão) (SIC)**

**C: "Sei lá eu queria te falar que eu estou superfeliz (...)" (SIC)**

Nesta fase do processo a manipulação e projeto que D.D (mãe) faz sobre J. começa aparecer de forma mais clara, pois com as awares que J. vem sofrendo algumas

mudanças começaram a se estabelecer e D.D. passa a cobrar implicitamente de J. que ele se pareça com o pai.

**C: “Eu sinto que agora eu cresci , tudo que aconteceu me faz perceber a burrada que eu tinha feito e como fui irresponsável e infantil.” (SIC)**

E: “E você chegou a esta conclusão sozinho?”

**C: “Não minha família me ajudou.” (SIC)**

**C: “(...) agora tudo que eu faço eu pergunto pra minha mãe o que ela acha, se ela concorda, eu faço, senão.” (SIC)**

**C: “Eu sei que é errando que se aprende, mas a minha mãe já quebrou a cara muito, ela sabe muito mais que eu, e sabe que eu posso quebrar a cara, para que eu vou querer quebrar.” (SIC) (15º sessão)**

Para que J. percebe que estava introjetando novamente as projeções de sua mãe, foi utilizada a confrontação.

E: “Então você vai passar a vida toda pedindo ajuda para alguém?”

**C: “Não, um dia eu vou poder decidir sozinho (...)” (SIC)**

E: “Ah e até lá você segue fazendo as coisas do jeito da sua mãe?”

**C: “Não do jeito dela do meu jeito... mas do jeito que ela acha melhor.” (SIC)**

E: “Mas como você pode fazer coisas do seu jeito, se é do jeito que ela acha melhor? Parece contraditório você não acha?”

**C: “É verdade eu ano faço nada do meu jeito”. (SIC)**

E: “Se você sabe porque você age do jeito que sua mãe acha melhor?” (15º sessão)

Como isto é uma coisa muito difícil para J. lidar, e talvez ele ainda não tenha auto-suporte suficiente para entrar em contato com esta gestalt, este assunto ficou esquecido até pouco antes do final do atendimento, quando a mãe de J. me procurou

para pedir que o filho não tivesse alta, pois havia regredido em seu processo e concluiu que a terapia não havia resolvido nada.

A partir deste momento fez-se clara a relação simbiótica doentia entre os dois, uma vez que as projeções de D. D. sobre J. são altamente nutridoras da neurose fóbica de J. e a dificuldade com que J. tem em demonstrar sua agressividade, a fim de fechar esta gestalt de D.D. faz com que o mesmo continue introjetando, pois acredita que este é o melhor recurso existente para lidar com isso no momento.

Com o fortalecimento do ego, e o fechamento de muitas gestalts o self- suporte de J. se fortaleceu a ponto de que J. através de um experimento na 20ª sessão percebe-se sua figura rígida e suas introjeções.

E: “Eu tenho aqui duas folhas de papel sulfite (...) e gostaria que você (...) fizesse pra mim duas listas: a 1ª o que eu me pareço com o meu pai? E a 2ª o que eu não me pareço com meu pai?”

E: “Agora eu gostaria que você fizesse a seguinte lista: o que eu gostaria de ser igual ao meu pai mas não sou? E o que eu faço para ser igual ao meu pai?”

Nesta sessão J. ficou aware de que parecer com o seu pai e fazer disso uma figura estável era uma necessidade dele mesmo, mas que, no entanto, o trazia ganhos, como por exemplo: o carinho do irmão e a confiança e aprovação da mãe.

**C: “(...) era bem disso que eu tinha medo no fundo! Que o meu irmão se esquecesse do meu pai e minha mãe também. Acho que por isso que ela ainda não se casou (...)” (SIC) (20ª sessão)**

Neste momento o self se refez e J. voltou tentar concretizar sua própria auto-imagem, agora ele está aware de quem é e procura satisfazer as suas necessidades usando o ajustamento criativo com recursos próprios.

J. agora já percebe suas reais necessidades, e que fez com que sua neurose na camada fóbica não mais o dominasse.

No entanto as reações que esta provocou em D.D. (sua mãe) o deixaram confuso e um pouco perdido, o que fez com que agora ele utilizasse um novo mecanismo de evitação, o impasse.

Segundo CARDELLA (2002) o impasse ocorre quando o individuo não está pronto ou disposto a usar seus próprios recursos para estabelecer um contato.

J. agora não está disposto a se indispor ou contrariar sua mãe, que é a grande nutridora da sua neurose, já está aware de que ela se sente preparando para decepcioná-la, pois agindo assim ele terá muitas perdas e a mãe passara a controlá-lo novamente.

**C: “Então eu resolvi que vou dar um tempo... ficar sozinho (...) eu terminei com ela porque descobri que ela não era do jeito que eu achei que ela fosse.” (SIC)**

**C: “A minha mãe também falou que ela era feia, ai eu tive certeza (...) eu já achava ela meio feia.” (SIC) (22º sessão)**

Neste momento do processo J. desenvolveu uma resistência que provavelmente esteja ligada ao fato de J. ainda não ter recursos suficientes para entrar em contato a sai necessidade de agradar a mãe. Este é um aspecto que deve ser retomado em sessões superiores abre-se um novo tema a ser trabalhado.

Pelo fato de estar acabando as sessões, a resistência não foi trabalhada, durante as duas ultimas sessões, apenas foi concretizando o fechamento do atendimento psicológico.

A necessidade de continuidade do tratamento, pode ser confirmada pelas afirmações do cliente.

**C: “A terapia me ajudou muito, eu mudei bastante, mas ainda preciso de mais sessões...” (SIC) (24º sessão)**

**C: “Eu quero continuar, ainda existem umas coisas para serem melhoradas, o ano que vem eu quero ter mais ação para fazer as coisas que eu ainda não consigo.” (SIC) (23º sessão)**

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

J. chegou para a terapia apresentando uma figura estável muito rígida, que e uma neurose fóbica estabelecida, o que o impedia de entrar em processo terapêutico e de perceber suas necessidades, o que ocasionava um aumento no numero de Gestalts abertas, atem de apresentar um comportamento extremante introjetivo que provavelmente só tornava sua figura estável mais rígida e sua neurose fóbica mais cristalizada.

Ao longo do processo J. foi adquirindo forças e seu self foi se reconstruindo, ocasionando uma maior permissividade para o contato com suas necessidades e sentimentos, o que proporcionou que J. se tornasse aware de suas necessidades e sentimentos, fazendo com que este buscasse formas para satisfazer-las, visando o fechamento das Gestalts abertas e o final das angustias propiciadas por estas.

Ouve um grande crescimento pelo cliente, que hoje encontra-se aware de seus sentimentos e de quem se é, no entanto devido ao medo e a confusão que tudo isto gerou, agora J. desenvolveu uma outra camada da neurose, o impasse, que se constitui em um novo tema para ser trabalhado em psicoterapia.

O próprio J. já afirmou várias vezes que a qualidade da sua vida melhorou muito depois da terapia e que está aware de quem é e o que necessita, inclusive deixou claro que



precisa continuar em psicoterapia para que algumas coisas ainda melhorem e para que tenha mais ação diante das suas necessidades.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

BUBER, M. **Eu e Tu**. São Paulo: Cortês & Moraes, 1979.

CAMON, V. A. A. **Existencialismo e Psicoterapia**. São Paulo: Traço, 1984.

CARDELLA, B. H. P. **A construção do psicoterapeuta: uma abordagem gestáltica**. São Paulo: Summus, 2002.

CARDELLA, B. H. P. **O amor na relação terapêutica**. São Paulo: Summus, 2001.

CARDOSO, Claudia L. **A Escuta Fenomenológica em Psicoterapia**. Revista do VIII Goiano de Abordagem Gestáltica, 2002.

CARMO, Marta. **Referencial Filosófico. Apostila do curso introdutório da Abordagem gestáltica**. ITGT: Instituto de Treinamento e Pesquisas em Gestalt-Terapia, 2002.

FADIMAN, J; FRAGER, R. **Teorias da Personalidade**. São Paulo: Maper & Row do Brasil, 1979.

GINGER, S. e GINGER, A. **Gestalt: uma terapia do contato**. São Paulo: Summus, 1995.

HYCNER, R. **De pessoa a pessoa: uma psicoterapia dialógica**. São Paulo: Summus, 1995.

HYCNER, R. e JACOBS, L. **Relação e Cura em Gestalt-terapia**. São Paulo: summus, 1997.

OAKLANDER, Violet. **Descobrendo crianças: a abordagem gestáltica com crianças e adolescentes**. 13ª ed. São Paulo: Summus, 1980.

PERS, Frederick. **A Abordagem Gestaltica e Testemunha Ocular da Terapia**. 2ªed. Rio de Janeiro: Editora S.A.,1988.

PERS Frederick S., HEFFERLINE R. e GOODIMAN P. **Gestalt Terapia**. São Paulo Summus, 1997.

PERS, Frederick S. e Outros. **Isto é Gestalt**. São Paulo Summus, 1977.

POLSTER E. e POLSTER M. **Gestalt-terapia Integrada**. Trad. Sonia Augusto. São Paulo: Summus, 2001.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Gestalt Terapia**: refazendo um caminho. São Paulo: Summus, 1985.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Gestalt-terapia de curta duração**.São Paulo: Summus, 1999.

STEVENS, JOHN O. **Tornar-se Presente**: experimentos de crescimento em gestalt-terapia. São Paulo: Summus,1988.

YONTEF, G.M. **Processo, Diálogo e Awareness**: ensaios em gestalt-terapia. Trad. Eli Stern. São Paulo: Summus, 1998.



