

COMUNIDADE GESTÁLTICA –
Centro de Desenvolvimento, Especialização e
Aperfeiçoamento em Gestalt Terapia.
ESPECIALIZAÇÃO EM GESTALT TERAPIA

C O N T (R) A T O
t e r a p ê u t i c o
na clínica gestáltica

LUCIANA ROSA

Florianópolis, 2008.

COMUNIDADE GESTÁLTICA –
Centro de Desenvolvimento, Especialização e
Aperfeiçoamento em Gestalt Terapia.
ESPECIALIZAÇÃO EM GESTALT TERAPIA

C O N T (R) A T O
t e r a p ê u t i c o
na clínica gestáltica

Luciana Rosa

Monografia apresentada como parte
das exigências para obtenção do título
de Especialista em Psicologia Clínica
na abordagem da Gestalt Terapia.

Orientadora: Angela Schillings.

Florianópolis, 2008.

A Luiz Fernando, Maria Elizabete e Alex.

Agradecimentos

A Angela em todo o caminho, do conteúdo a forma, do desejo ao desafio.

Aos colegas da turma de especialização em todas as suas formas.

Ao grupo Labor e seu artesanato.

A Giordane e Pablo, no braço e no abraço.

*A flor com que a menina sonha
está no sonho?
ou na fronha?
(...)*

*A lua com que a menina sonha
é o linho do sonho
ou a lua da fronha?*

Cecília Meireles

Sumário

INTRODUÇÃO	07
I. CONTRATO: COM TRATO.	09
1.1 Uma parte: Psicoterapeuta.	11
1.2 Outra parte: Cliente.	13
1.3 Entre partes: Contrato.	15
II. CONTRATO: EM CONTATO.	18
2.1 Contrato e <i>awareness</i> : Quando é feito um contrato?	20
2.2 Contrato e ajustamento criativo: Como é feito um contrato?	22
2.3 Contrato e <i>self</i> : Qualidades do contrato.	25
COMENTÁRIOS FINAIS	29
REFERÊNCIAS	31

INTRODUÇÃO

As idéias apresentadas neste trabalho são resultado das primeiras formulações, dúvidas e inquietações que surgiram no último ano do curso de especialização clínica dentro do referencial da Gestalt Terapia. O tema escolhido para esta investigação é: contrato terapêutico na clínica gestáltica.

As inquietações a respeito do tema apresentado surgiram também ao longo do exercício profissional – já iniciado antes do período da especialização –, que vinha sendo sedimentado a partir das práticas clínicas¹ realizadas no curso. Vale destacar, que esta forma de exercitar e desenvolver o papel de psicoterapeuta, juntamente com meus colegas e supervisores, forneceu o alicerce para o que neste trabalho será apresentado.

Assim, entendemos que focalizar o tema do contrato terapêutico na clínica gestáltica, é nos ocupar com os primeiros passos do momento de encontrar aquele que nos procura, nosso cliente². É desta forma, um tema pertinente à prática psicoterapêutica – momento em que estamos diante do cliente e apresentamos nossa forma de trabalho.

Vale destacar também, que durante grande parte da graduação em psicologia, buscamos - ou somos orientados academicamente a buscar,

¹ Chamamos prática clínica no Comunidade Gestáltica os encontros realizados no terceiro ano da especialização que visam o desenvolvimento do papel do psicoterapeuta em atendimentos presenciais com grupo de 4 a 5 alunos, mais um supervisor.

² Os termos mais utilizados na prática clínica para nos referirmos àquele que procura nosso serviço são: paciente, cliente e usuário, sendo o emprego deste último mais comumente relacionado ao uso de um serviço ou instituição. O termo usuário não é empregado na relação deste com um profissional, por exemplo, ser usuário de um médico ou psicólogo. Optamos pela denominação cliente, para evitar o termo paciente, que tem como sentido comum a idéia daquele que é passivo, segundo dicionário: “Resignado, conformado. Que espera serenamente um resultado” (FERREIRA, 1999, p. 1470). Conforme tentaremos expor ao longo deste trabalho, na Gestalt Terapia o cliente é um ator ativo do processo psicoterapêutico.

referenciais teóricos para o desenvolvimento de uma prática que virá a ser realizada, independentemente do enquadre clínico, organizacional, educacional, etc. Mas é, somente quando iniciamos nossa prática profissional, que a importância do referencial teórico é conhecida e problematizada em consonância com os desafios da demanda que vai surgindo.

Portanto, este trabalho tem por objetivo apresentar de que forma, ao longo do desenvolvimento do papel do “ser terapeuta” esse enquadre para a formulação do contrato terapêutico com nosso cliente foi sendo desenvolvido e vem sendo pensado até o momento, considerando que estamos sempre em processo de aprendizagem e crescimento.

Quanto à relevância científica deste material, é importante destacar que é rara a produção escrita sobre o tema. Do nosso conhecimento, temos apenas dois textos e os manuais de psiquiatria³. Estes últimos com uma visão voltada à prática médica e na sua maioria com base na abordagem psicanalítica. Por conta disso também, a produção da reflexão aqui apresentada visa contribuir com a discussão em torno do tema, assim como para o emprego da teoria que fornece o alicerce para nossa prática clínica.

Num primeiro momento, apresentaremos o tema e problematizaremos as questões pertinentes aos envolvidos na formulação de um contrato terapêutico, que são: cliente e psicoterapeuta.

Num segundo momento discutiremos o tema com base nos conceitos fundamentais da Gestalt terapia: contato, *awareness* e *self*, relacionando cada conceito aos aspectos e itens da formulação de um contrato terapêutico que entendemos serem comuns na prática clínica.

Por fim, esperamos que as formulações expostas neste trabalho, possam demonstrar a importância e valor dados à formulação de um contrato terapêutico na clínica gestáltica. E que para além do alcance esperado, possamos estar em sintonia com o que nos propõe Barros: “Pensar limites é pensar possibilidades” (BARROS, 1992, p. 69).

³ Os referidos textos são: 1. LIMA FILHO, Alberto P. (1995) Revista de Gestalt, São Paulo: SEDES. p. 75-86. 2. MULLER-GRANZOTTO (2007) Fenomenologia e Gestalt Terapia. São Paulo: Summus. p. 318-324. 3. Manuais como: MACKINNON, Roger A.; MICHELS, Robert; BUCKLEY, PETER J. (2008) A Entrevista Psiquiátrica. Porto Alegre: Artmed. 4. CARLAT, Daniel J. (2007) Entrevista Psiquiátrica. Porto Alegre: Artmed.

I. CONTRATO: COM TRATO.

Neste momento em que escrevo, meus outros estão no passado e no futuro. No convite que instigou a produção deste texto. E em quem no futuro nos vier a ler. Sou o texto em busca de leitores. No momento o texto e eu nos constituímos. Dialogamos. Bastamo-nos de improviso. Provisoriamente. Embora por ora bastemos, não sobreviveremos sem leitores. Nossa razão de ser está em outra parte. Nos falta o essencial (BARROS, 2006, p. 303).

No rumo do que nos propõe Barros, entendemos que a outra parte que dá vida e completa o trabalho do escritor, é o leitor, que assim como você que lê este texto agora, possibilita o essencial. Na seqüência desta idéia e do tema deste trabalho, proponho nos perguntarmos: onde está a outra parte que possibilita o essencial ao psicoterapeuta?

Neste caso, assim como em um texto, nossa história pessoal, nossa formação e nosso percurso profissional são aspectos que nos constituem, mas estamos tratando aqui do que há para além disso, conforme Barros, para aquele aspecto que faz sobreviver o texto e o autor, a outra parte do psicoterapeuta: o cliente.

É na inter-relação, de uma e outra parte, do papel e do contra papel, do psicoterapeuta e do cliente, que pretendemos desenvolver este trabalho.

É das partes e da maneira como estas se relacionam – das possíveis formas de interação entre elas –, que surge a indagação que orienta o tema aqui proposto: contrato terapêutico na clínica gestáltica.

Pensaremos também, sobre o momento em que psicoterapeuta e cliente dão início às combinações pertinentes ao processo de psicoterapia. Para isso, além de entendermos que contrato é um acordo entre, conforme dicionário: “Acordo entre duas ou mais pessoas que transferem entre si algum direito ou se sujeitam a alguma obrigação” (FERREIRA, 1999, p. 545), refletiremos sobre a forma que este “entre” é construído na parceria psicoterapeuta e cliente.

Mas o que é contrato terapêutico? Contrato terapêutico é uma formulação realizada entre psicoterapeuta e cliente que demarca, após a(s) entrevista(s) inicial(ais), a passagem deste(s) primeiro(s) encontro(s) para o início do processo psicoterapêutico propriamente dito. Vale destacar, que esta transição do que chamamos de entrevista inicial para o processo psicoterapêutico refere-se à questão de que só se pode conhecer, de ambas as partes, a possibilidade de realização de um processo psicoterapêutico, após esses encontros iniciais.

Temos em vista ainda, que para além das diferentes demandas que chegam ao psicoterapeuta, este pode ou não se sentir disponível ou habilitado em atender a demanda de um cliente. Ou ainda, o psicoterapeuta pode na entrevista(s) inicial(ais) avaliar se a demanda é pertinente à psicoterapia ou se é o caso de um encaminhamento a outro profissional. Assim como, por parte do cliente, este tem a oportunidade de conhecer o psicoterapeuta e também avaliar se é com este profissional e nas condições apresentadas por este, que deseja iniciar sua psicoterapia.

Estamos tratando, portanto, de abarcar na discussão do tema do contrato terapêutico, as especificidades do psicoterapeuta, do cliente e do que surge nesta relação psicoterapeuta e cliente.

Com este objetivo, procuraremos didaticamente, destacar três vias de acesso ao tema: a do psicoterapeuta, a do cliente, e a da relação “entre” psicoterapeuta e cliente, entendendo, que na Gestalt Terapia: o todo é diferente da soma das partes. Conforme Perls, Hefferline & Goodman:

O maior valor da abordagem gestáltica está, talvez, na compreensão de que o *todo determina as partes*, o que contrasta com a suposição anterior de que o todo é

meramente a soma total de seus elementos. A situação terapêutica, por exemplo, é mais do que somente uma ocorrência estatística de um médico mais um paciente. É um *encontro* de médico e paciente (PHG⁴,1997, p. 36).

1.1 Uma parte: Psicoterapeuta.

Entendemos que as questões pertinentes à elaboração de um formato de contrato terapêutico, começam a ser levantadas no momento em que pensamos nossa forma de trabalho, quando disponibilizamos nossa clínica aos outros: aos possíveis clientes.

Questões que surgem nos primeiros passos como psicoterapeuta, como por exemplo: Quanto tempo dura a sessão? Como lidar com o atraso do cliente? E com as faltas? Qual o valor da sessão? Avisar sobre férias? E as férias do cliente? Vão ao longo da prática clínica, sendo ampliadas ou dando lugar a outras questões, como: O que valorizar no espaço de trabalho? Como negociar o valor da consulta? Quando fazer o contrato? Quais aspectos do contrato são indispensáveis? O contrato prescinde de um documento escrito ou de um acordo verbal?

É comum, no início da vida profissional, estas questões estarem relacionadas também ao tipo e local de consultório – particular, individual, em uma clínica, ou mesmo ao tipo de contato feito com o cliente – ao telefone ou pessoalmente. Entendemos assim, que toda forma que o psicoterapeuta identifica e/ou assume como parte do seu trabalho pode estar presente no momento da elaboração de um contrato terapêutico. Pois, em todo caso, nossa forma de estar na relação com nosso cliente, enunciada ou não, estará presente.

Neste sentido, ao expor as questões que envolvem a formulação de um contrato por parte do psicoterapeuta, estamos buscando problematizar o tema para além daquilo que pode parecer apenas como sendo o “aspecto prático” envolvido na proposição de um contrato. Estamos tentando trazer à

⁴ Ao longo do texto iremos nos referir aos autores PERLS, HEFFERLINE E GOODMAN utilizando a abreviação PHG.

reflexão, quais aspectos cada psicoterapeuta considera relevante incluir no contrato, ou seja, na construção que fará com cada cliente, diante das diferentes e específicas demandas que chegam até ele na clínica.

Estamos sugerindo a partir deste ponto, duas questões: 1) há um tipo de contrato para todos os clientes? ou 2) há um contrato específico para cada cliente? Estamos convidando a pensar o que cada psicoterapeuta considera relevante ser contrato com seu cliente e de que forma essa construção contratual pode ser efetivada.

Para isso, recorreremos a uma fala de Perls, onde ele convida os participantes de um workshop a trabalhar com ele e expõe o que tem, a princípio, a oferecer. Convidamos, através das palavras – e do posicionamento de Perls, o psicoterapeuta a questionar a si próprio. Estamos incitando a responsabilização de cada psicoterapeuta a expor da forma mais clara possível as condições que considera necessárias para trabalhar com seu cliente. Estamos afirmando, a importância desta responsabilização, pois explícita ou não, as formas e as ferramentas que o psicoterapeuta disponibiliza, fazem parte de um todo que está presente na relação com seu cliente, como veremos na fala de Perls:

Para trabalhar, eu exibo os seis componentes de meu trabalho. Para trabalhar preciso de minha técnica, a chamada cadeira quente, que neste caso é muito bonita (risos), a cadeira vazia, que tem a tarefa de assumir os papéis que vocês descartaram, e de outras pessoas de quem vocês necessitam para compreender seu enredo de vida. Precisamos de algo que está faltando e espero que talvez hoje não necessitemos – isto é, lenços, meus cigarros e cinzeiros, e então estou trabalhando. Assim, convido quem quiser vir trabalhar comigo a sentar-se na cadeira quente (PERLS, 1998, p. 133).

Assim, poderemos perguntar, conforme dito acima: quantos são os componentes necessários para cada psicoterapeuta e como estes são utilizados? Ou, que sentido tem para cada psicoterapeuta “seu cigarro” e “sua cadeira quente”? E ainda, de que forma estas questões estão implicadas na construção de um contrato terapêutico?

Na direção destas questões, é que levantamos a importância do psicoterapeuta ter clareza de que suas formas, suas possibilidades e impossibilidades, também estarão presentes no tipo de contrato que será efetivado.

1.2 Outra parte: Cliente.

São vários os relatos dos clientes quanto às expectativas para a primeira consulta; assim como são as pré-disposições que levam um cliente a procurar uma psicoterapia e um determinado psicoterapeuta.

Entre os diversos motivos e expectativas que envolvem a procura por um atendimento psicológico, podemos citar duas direções para tal iniciativa.

Num primeiro sentido, a maneira como o cliente toma conhecimento do atendimento psicológico. Alguns exemplos: O cliente nunca foi a um psicólogo, mas ouviu dizer ou leu sobre os benefícios da psicoterapia. O cliente fez psicoterapia quando criança ou adolescente e agora adulto pensa que um processo parecido pode lhe ajudar. A psicoterapia foi indicada por outro profissional da saúde ou pela empresa onde trabalha. Ou como no caso dos colegas estudantes de psicologia ou psicólogos, a psicoterapia é considerada parte do seu desenvolvimento pessoal e profissional.

Numa outra direção, os motivos que levam a procurar um psicólogo. Alguns exemplos: O cliente vem porque está passando por um momento difícil em sua vida e busca alívio e solução para sua dor. Identifica a psicoterapia como um processo de autoconhecimento. No caso de atendimento infantil ou de adolescente, este cliente vem porque solicitou a consulta ou são os pais e a escola que estão avaliando tal necessidade? O cliente vem com uma demanda específica e tempo determinado para o desenvolvimento de um processo psicoterapêutico, ou sem limites prévios?

De toda forma, estando o cliente identificado com a procura por psicoterapia, este traz consigo as expectativas e fantasias a respeito do

trabalho do psicólogo e o desejo de encontrar algum acolhimento para sua necessidade. Conforme Perls:

Para ele o terapeuta pode ser um par de ouvidos sem corpo, ou talvez um padrinho mágico que só tem que balançar sua varinha de condão para transformar o diabo num jovem bonito, de boa aparência, esguio e cheio de dinheiro e charme. Ou talvez suspeite de que o terapeuta seja apenas uma fraude e um charlatão, mas que no desespero de seu problema e no fundo de seu coração deseje proporcionar-lhe uma mudança imediata (PERLS, 1998, p. 57).

Neste sentido, aquele que procura um psicoterapeuta é tão singular quanto a demanda que o traz à psicoterapia, mas ainda assim, segundo Perls algo os identifica:

Quaisquer que sejam as fantasias que passem por sua cabeça quando chega, seja qual for sua aparência, o paciente vem para tratamento porque está numa *crise existencial* – isto é, sente que as necessidades psicológicas com as quais se identificou e que lhe eram vitais como o ar que respira não estão sendo satisfeitas por seu modo de vida social. (Idem)⁵

O que estamos procurando mostrar, é que em um primeiro momento, a demanda por psicoterapia nem sempre é clara, ou em termos gestálticos, nem sempre é uma figura bem delineada. O que é certo, é que o contexto em que a queixa aparece e é formulada ao psicoterapeuta, é parte da história do cliente, pois todo “(o) contexto na qual aparece um elemento chama-se na psicologia da gestalt “fundo” contra o qual sobressai a “figura” (PHG,1997, p. 34).

Considerando a figura que aqui estamos tratando – a demanda do cliente –, é comum na prática clínica, este ter consigo a idéia de que “fazer um contrato” é apenas combinar o valor e o horário da sessão. Por vezes, os clientes trazem a idéia do senso comum de que um contrato é um elemento que está fora do contexto da psicoterapia, contrato como sendo apenas “pequenos acertos” burocráticos. Neste sentido, o cliente formula o que é figura

⁵ (PERLS, 1998, p. 57).

para ele, devolvendo ao psicoterapeuta, a habilidade de responder sobre o que pode ou deve ser contrato entre eles.

O que estamos propondo neste ponto é idéia da participação do cliente na formulação de um contrato, de um contrato específico e único, resultado do encontro entre as partes. Estamos entendendo que cada cliente é uma figura/fundo única, cuja receptividade e compreensão para a formulação de um contrato é orientada por uma dinâmica própria, pois cada cliente é um desafio que se revela no contato – “entre” uma e outra parte.

1.3 Entre partes: Contrato.

Recorrendo novamente ao dicionário, contrato é: “O documento resultante deste acordo” (FERREIRA, 1999, p. 545). No caso de um contrato terapêutico, proponho problematizarmos esta definição com a seguinte pergunta: que tipo de “documento” resulta desse acordo?

É corrente entre os psicoterapeutas o debate⁶ em torno da questão sobre o que é um contrato terapêutico e como ele deve ser feito, incluindo neste ponto, a idéia sobre este ser um documento escrito. Entendemos neste sentido, que essa é mais uma das questões que devem orientar o posicionamento do psicoterapeuta na sua prática clínica, ou seja, os aspectos que cada profissional, em particular, considera prudente na formulação do contrato terapêutico com seu(s) cliente(s). Nossa orientação, portanto, pretende destacar o que surge neste campo configurado entre psicoterapeuta e cliente, para que juntos possam chegar à formulação de um contrato.

Aqui, apanhamos o conceito de campo organismo/ambiente para nos orientar.

⁶ No último Congresso Brasileiro de Gestalt Terapia (Rio de Janeiro, Setembro/2007), as psicólogas Gladys D’acri, Sheila Orgler e Isabel Pitanga, apresentaram um Fórum com o título: Quem não se atualiza, cristaliza: reflexões sobre o contrato terapêutico como instrumento de auto-regulação do próprio terapeuta. Entre outras idéias apresentadas, foi compartilhado um modelo de contrato terapêutico por escrito. Vale ainda dizer, que neste mesmo evento a psicóloga Gladys informou sobre a publicação de um artigo sobre o tema, mas até o momento o mesmo não foi publicado.

Em toda e qualquer investigação biológica, psicológica ou sociológica temos de partir da interação entre o organismo e seu ambiente. Não tem sentido falar, por exemplo, de um animal que respira sem considerar o ar e o oxigênio como parte da definição deste, ou falar de comer sem mencionar a comida, ou de enxergar sem luz, ou de locomoção sem gravidade e um chão para apoio, ou da fala sem comunicadores (PHG,1997, p. 42).

Estamos considerando, conforme exposto acima, a existência do psicoterapeuta ao seu par cliente; e a formulação de um contrato à existência de um encontro entre as partes. Conforme PHG: "(...) estamos nos referindo sempre a esse campo interacional e não a um animal isolado" (Idem)⁷.

Partindo não somente de uma das partes e do não isolamento de ambas, como citado acima, é que podemos focalizar as condições em que esta interação ocorre, ou ainda, o que surge nesta interação. Entendemos ser do que surge neste encontro e a partir do consentimento das partes em iniciar um trabalho, que a formulação de um contrato terapêutico é iniciada.

É, portanto, a partir do que o cliente disponibiliza com o psicoterapeuta; a partir do que o psicoterapeuta identifica com seu cliente neste primeiro momento; e na medida em que se revele, para ambas as partes, as condições e os desafios do trabalho a ser realizado, ou seja, na medida em que, dentro do referencial da Gestalt terapia, possa ser pontuada uma forma de funcionamento. Segundo Perls:

O estudo do modo que o ser humano funciona no seu meio é o estudo do que ocorre na fronteira de contato entre indivíduo e seu meio. É neste limite de contato que ocorrem eventos psicológicos. Nossos pensamentos, ações, comportamentos e nossas emoções são nossa maneira de vivenciar e encontrar esses fatos limítrofes (PERLS, 1998, p. 31).

Desta forma, entendemos que o início de um processo psicoterapêutico é o início da investigação dos modos de agir de um, na companhia de um outro. É o início de um "estar com" investigativo, curioso e

⁷ (PHG,1997, p. 42,43).

atento que possibilita as partes – uma e outra –, o que só pode ser revelado em cada entre específico, com trato⁸.

⁸ Conforme dicionário, trato: “Intimidade, familiaridade, convivência. (...) Delicadeza, cortesia, lhaneza” (FERREIRA, 1999, p. 1993).

II. CONTRATO E CONTATO.

A partir deste ponto, introduziremos o conceito de contato em Gestalt terapia; conceito este, fundamental na teoria e prática gestáltica e que inspirou o trocadilho sugerido no título deste trabalho.

Conforme PHG: “Primordialmente, o contato é *awareness* da novidade assimilável e comportamento com relação a esta; rejeição da novidade inassimilável” (PHG, 1997, p.44). Destacamos nesta definição a idéia de novidade assimilável e rejeição a esta. Contato como algo que seleciona, que é passivo e ativo, atrai e repele o que é novo.

Voltando ao encontro entre psicoterapeuta e cliente, contato é o que surge de novo no evento do “entre” – evento de fronteira, no encontro das partes, mas também o que é assimilado e rejeitado, percebido e não percebido, significado e descartado, no campo eu/outro, organismo/ambiente. Conforme PHG:

Quando dizemos “fronteira” pensamos em uma “fronteira entre”; mas a fronteira – de – contato, onde a experiência tem lugar, não *separa* o organismo e seu ambiente; em vez disso limita o organismo, o contém e protege, *ao mesmo tempo* que contata o ambiente. (Idem)⁹

Estar em contato, desta forma, é diferente do emprego dado no senso comum, encontrar com, tocar, falar com. Contato em gestalt terapia é também isso, pois: “1) experiência é essencialmente contato, o funcionar da fronteira entre organismo e seu ambiente; e 2) que toda função humana é um

⁹ (PHG, 1997, p. 43).

interagir num campo organismo/ambiente, sociocultural, animal e físico” (PHG,1997, p. 43).

Contato é o filtro que nos permite entender a experiência em gestalt terapia, é o conceito que alicerça a compreensão do fluxo figura/fundo de nossas vivências. Conforme PHG:

Quando a figura é opaca, confusa, deselegante, sem energia (uma “gestalt débil”), podemos estar certos de que há falta de contato, algo no ambiente está obliterado, alguma necessidade orgânica vital não está sendo expressa; a pessoa não está “toda aí”, isto é, seu campo total não pode emprestar sua urgência e recursos para o completamento da figura. (Idem)¹⁰

E de outra forma, quando a figura é brilhante, bem delineada, com energia, há contato. Assim, podemos no fluxo da experiência perceber como o cliente “apresenta” suas figuras e está em contato.

Por este referencial, é que afirmamos acima, a importância de se pensar um contrato que esteja também em sintonia com a forma de funcionamento do cliente, pois este tem uma possibilidade e uma forma de se ajustar ao meio, ou seja, “todo contato é criativo e dinâmico” Idem¹¹. Considerar a formulação do contrato desta forma é também entender que “(...) o contato não pode aceitar a novidade de forma passiva ou *meramente* se ajustar a ela, porque a novidade tem de ser assimilada” (Idem)¹².

Mas de que forma, no encontro entre psicoterapeuta e cliente a novidade está sendo assimilada?

A novidade que estamos tratando aqui é tanto a da passagem para a psicoterapia, como todo o processo vivenciado entre psicoterapeuta e cliente. Desta forma, no fluxo de contatos podemos verificar o que vai sendo assimilado e rejeitado pelo cliente, inclusive de que forma este prioriza ou não, uma ou outra questão que trás para a sessão, incluindo os itens do contrato.

Neste sentido, podemos como psicoterapeuta – estando também no fluxo de contato –, criar possibilidades junto ao cliente para que os itens do

¹⁰ (PHG,1997, p. 46).

¹¹ (PHG,1997, p. 44).

¹² (PHG,1997, p. 44-45).

contrato possam ser validados estando em pertinência com o que surge a cada momento do processo psicoterapêutico. Assim sendo, o contrato poderá ser constantemente repensado e reformulado conforme as emergências do campo.

2.1 Contrato e *awareness*: Quando é feito um contrato?

No fluxo de contato, do que surge na experiência entre psicoterapeuta e cliente, surge a oportunidade da construção de um contrato terapêutico. No reconhecimento da forma, do funcionamento e dos ajustamentos no campo organismo/ambiente é que se desprende uma possibilidade de demarcação de um trabalho psicoterapêutico. É, portanto, quando este evento pode ser pontuado pelo psicoterapeuta e exposto ao cliente, que ambos iniciam a formulação de um contrato terapêutico. É na explicitação da forma, do que é percebido e pode ser pontuado, que psicoterapeuta e cliente podem construir um contrato na clínica gestáltica, segundo Perls:

(...) o terapeuta é guiado pelo que observou sobre o paciente. (...) o terapeuta deveria ser sensível ao que o paciente apresenta superficialmente, de modo que a percepção mais ampla do terapeuta possa servir de meio que habilite o paciente a criar sua própria conscientização (PERLS, 1998, p. 77)

Importante apresentar neste ponto, a diferença entre o que na Gestalt terapia entende-se pelos conceitos de consciência, conscientização e *awareness*, este último um dos conceitos fundamentais na teoria da Gestalt terapia.

Segundo PHG: “o que se denomina “consciência” parece ser um tipo especial de *awareness*, (...)” (PHG, 1997, p. 44). Consciência como uma espontaneidade que pode ser reconhecida em diferentes níveis, como o funcionamento diante de cada novo evento e por meio do qual se compreende cada vivência. Deste modo, não podemos dizer de uma única consciência, e sim de diferentes consciências ou sistema *awareness*: “A *awareness* caracteriza-se pelo contato, pelo sentir (sensação/percepção), pelo

excitamento e pela formação de gestalten” (PHG, 1997, p. 33). Ou seja, sistema *awareness* é aquele que integra o processo de vivência atravessando nossa sensorialidade, motricidade, fala e reflexão.

A conscientização ou conscientizar-se é utilizado por Perls com o seguinte sentido:

O “conscientizar-se” fornece ao paciente a compreensão de suas próprias capacidades e habilidades, de seu equipamento sensorial, motor e intelectual. Não se trata de consciente – que é puramente mental – como se a experiência fosse investigada somente através da mente e de palavras. O “conscientizar-se” fornecer algo mais ao consciente” (PERLS, 1998, p. 77).

Desta forma, os termos sistema *awareness*, conscientização ou conscientizar-se podem ser empregados com o mesmo sentido¹³, diferentemente do termo consciência, conforme apresentado acima.

Voltando à questão do momento da formulação do contrato, entendemos que este pode ser iniciado quando o psicoterapeuta puder comunicar o percebido ao cliente no intuito de que este se conscientize da experiência, ou seja, esteja *aware* de sua experiência. Ou ainda, quando convidamos o cliente a conhecer as possibilidades que se abrem ao se conscientizar da experiência promovendo um processo de “dar-se conta”, onde a partir deste enquadre seja possibilitado o trabalho psicoterapêutico buscando promover um processo para que *awareness* seja completada. Pois conforme PHG: “o contato é *awareness* do campo ou resposta motora no campo” (PHG, 1997, p. 44).

Assim, a partir do que surge neste campo, dá-se a formulação de um contrato, buscando estar em sintonia com a possibilidade e disponibilidade do cliente, mas sem perder de vista os desafios intrínsecos ao processo de autoconhecimento, responsabilização e transformação, conforme Perls:

Na terapia, se o apoio ambiental que o paciente espera de nós não estiver aparecendo, se não lhe damos as respostas a que ele se julga com direito, se não

¹³ Essa compreensão é corroborada por Patrícia Lima (Ticha) no verbete: *conscientização, dar-se conta, tomada de consciência* por ela assinado no Dicionário de Gestalt Terapia: D’ACRI, LIMA, ORGLER, 2007, p. 57-58. Ver referência.

apreciarmos suas boas intenções, admirarmos seu conhecimento psicológico, se não nos congratularmos com ele devido a seus progressos, receberemos a catexis negativa de sua frustração. Mas a terapia gestáltica também lhe dá constantemente muito do que quer – atenção, atenção exclusiva – e não o censuramos por suas resistências. Deste modo, a terapia começa com um certo equilíbrio entre frustração e satisfação (PERLS, 1998, p. 63).

Entendemos que a psicoterapia começa quando psicoterapeuta e cliente conhecem e demarcam a(s) possibilidade(s) aberta(s) e passam a ter alguma idéia dos desafios que poderão ser vivenciados no espaço terapêutico.

2.2 Contrato e ajustamento criativo: Como é feito um contrato?

Segundo, PHG “a psicologia é o estudo dos ajustamentos criativos” (PHG,1997, p. 45). Desta forma, nossa orientação na clínica gestáltica é conhecer e estudar as formas com que os ajustamentos ocorrem no campo.

No caso do nosso cliente – e da formulação de um contrato terapêutico –, entendemos que ao identificar as formas de funcionamento podemos pontuá-las, dando início a formulação do contrato terapêutico a partir da compreensão dos ajustamentos. A questão neste ponto é, portanto, como o cliente se ajusta no campo.

Na teoria da Gestalt terapia, destaca-se didaticamente, duas formas de ajustamento: funcionais e disfuncionais, dentre os quais, cinco ajustamentos principais são destacados: confluência, introjeção, projeção, retroflexão e egotismo. A diferença entre os ajustamentos serem funcionais ou disfuncionais está na forma com que nossos excitamentos emergem no campo, ou seja, de forma interrompida ou fluída. Nos ajustamentos funcionais, o excitamento é identificado e viabilizado de forma a satisfazer a necessidade do organismo no meio. Nos ajustamentos disfuncionais, o excitamento se transforma em ansiedade, pois não “pode” ser viabilizado diretamente. Vejamos um exemplo:

O caso mais nítido de ansiedade saudável é o pavor, o sufocamento do sentimento e do movimento nos quais estamos plenamente envolvidos, para enfrentar um perigo repentino. (...) A ansiedade, o excitação que foi de modo repentino represado muscularmente, continua a vibrar por muito tempo, até que possamos respirar livremente de novo. (PHG, 1997, p. 214)

Conforme a citação, o sufocamento deliberado de um excitação não desaparece, reverbera no organismo em forma de ansiedade. Se a partir de eventos como estes não conseguimos respirar livremente e ao longo do tempo nos adaptarmos ou nos ajustarmos ao sufocamento, estaremos nos ajustando de forma disfuncional.

É no reconhecimento diagnóstico desses ajustamentos no campo, que pautamos nossa intervenção na abordagem da Gestalt terapia. Como pontuamos essas formas junto ao nosso cliente é questão referente ao estilo próprio de cada psicoterapeuta, mas como compreendemos cada ajustamento é questão referente à compreensão teórica que nos embasa.

Desta forma, passemos a alguns exemplos de ajustamentos disfuncionais e as possibilidades que se abrem no horizonte da formulação de um contrato, pois segundo Perls:

(o paciente) não chega, porém, de mãos vazias. Traz consigo seus meios de *manipulação*, seus meios de mobilizar e usar o meio para que faça a tarefa que lhe compete. E não nos iludamos pensando que estas técnicas manipulatórias não são inteligentes (PERLS, 1998, p. 59).

Os exemplos descritos a seguir, são exemplos onde podemos observar os meios de manipulação utilizados, descritos de forma sintética, apenas para ilustrarmos o tema proposto neste tópico.

No ajustamento confluyente, segundo PHG, há em relação ao ambiente uma “paralisia e hostilidade dessensibilizada” (PHG, 1997, p. 258). Desta forma, há pouca ou nenhuma diferenciação no campo organismo/ambiente. Neste caso, é comum o cliente não saber o que quer, e é possível que ele “adote” a demanda e as propostas do psicoterapeuta como sendo sua, ou seja, como uma necessidade sua. Assim, podemos focalizar as

necessidades do cliente e apontar como estas podem ser contempladas no contrato terapêutico.

No ajustamento introjetivo, segundo PHG, há em relação ao ambiente uma “resignação” (PHG, 1997, p. 258). Desta forma, é provável que o cliente espere do psicoterapeuta o que “deve” ser contratado, como se o contrato fosse um lei a ser cumprida. Ou ainda, é provável que o cliente traga previamente estipulado o que “deve” ser contrato e o que ambas as partes “devem” cumprir. Assim, podemos ponderar sobre o que faz parte de um contrato, ou, ao menos em um momento inicial o que é possível ser acordado, lembrando que o contrato pode ser continuamente reelaborado ao longo do processo psicoterapêutico.

No ajustamento projetivo, há em relação ao ambiente uma “provocação passiva” (Idem)¹⁴. Desta forma é possível que o cliente pouco se responsabilize pelos itens do contrato, deslocando a responsabilidade para o psicoterapeuta ou para terceiros, como por exemplo, justificando sua condição para motivos “fora do seu alcance” ou a outrem (pai ou mãe, companheira(o) que paga a consulta) ou ao quanto recebe como salário. Assim, podemos ponderar sobre o “valor” que o cliente dá ao estar em psicoterapia investindo no “saber sobre si mesmo”.

No ajustamento retroflexivo, há em relação ao ambiente uma “autodestrutividade” (Idem)¹⁵. Desta forma, é provável que o cliente não exponha seu desconforto de forma direta, mesmo que tenha que arcar com o ônus do que pode ser contratado. Assim, podemos ponderar sobre como é identificar ao longo da elaboração do contrato as necessidades e a importância do que é contratado. Ou ainda, podemos checar na elaboração de cada item o que sente diante do contratado e o que tem a acrescentar nesta elaboração.

No ajustamento egotista, há em relação ao ambiente uma “exclusão” (Idem)¹⁶. Desta forma, é provável que o cliente concorde com todas as propostas desde que estas tenham para ele uma justificativa lógica dentro dos seus próprios parâmetros. Ou ainda, o cliente apresentará tantos

¹⁴ (PHG, 1997, p. 258).

¹⁵ (PHG, 1997, p. 258).

¹⁶ (PHG, 1997, p. 258).

argumentos quanto forem necessários para justificar seu ponto de vista. Assim, podemos propor que o contrato terapêutico seja elaborado conforme as necessidades forem surgindo, com um mínimo de itens pré-estabelecidos.

Entendemos que os exemplos apresentados acima não representam de forma direta os eventos de cada relação específica que surge entre psicoterapeuta/cliente. Nosso intuito é o de ilustrar a possibilidade do contrato terapêutico ser formulado aliado ao diagnóstico inicial, e em cuja pertinência esteja evidenciado nosso referencial teórico.

Além disso, acreditamos que desta maneira, estamos desde o primeiro momento intervindo de forma a incitar o ajustamento criativo no campo. Temos neste momento, portanto, as formas até então conhecidas e repetidas, mas o que pretendemos é a frustração desta forma antiga para que seja disponibilizada uma nova criação no campo.

Importante dizer, que não estamos querendo reduzir as possibilidades de criação, estilo ou compreensão de como se faz um contrato. Desejamos sim, apontar que a formulação de um contrato pode estar em sintonia com os ajustamentos do cliente, ou seja, suas formas e conteúdos particulares. Estamos também entendendo que na clínica gestáltica, os eventos do “aqui e agora” são nosso contexto, ponto de partida e chegada, pois conforme Perls: “Minha função como terapeuta é ajudar vocês a tomarem consciência do aqui agora, e frustrar vocês em qualquer tentativa de fugir disso” (PERLS, 1977, p. 107).

2.3 Contrato e Self: Qualidades do contrato.

Diante do exposto até agora, pensamos o contrato terapêutico como uma formulação elaborada no campo, no “entre” psicoterapeuta e cliente, com o intuito de estabelecer algum acordo para o início de um processo psicoterapêutico.

Sugerimos que a formulação do contrato seja efetivada no campo psicoterapeuta/cliente que emerge neste encontro, incluindo a compreensão diagnóstica desde o primeiro momento.

Mas ainda nos resta discorrer sobre os diferentes tipos de ajustamentos que conhecemos na clínica gestáltica: ajustamento neurótico, psicótico e de aflição; e para tanto prescindimos incluir nestes ajustamentos a habilidade de responder do cliente. Estamos, além disso, sugerindo neste tópico, a noção de “qualidade do contrato”, pois qualidade é: “a diversidade de relações pelas quais cada coisa, a cada momento, vem a ser tal como é” (FERREIRA, 1999, p. 1675). Assim, recorreremos ao conceito de *self* - sistema *self*, para contemplar as particularidades de cada encontro psicoterapeuta e cliente, no que se refere às questões enunciadas acima. Conforme PHG:

(...) vamos discutir brevemente três dessas estruturas do *self* – o Ego, o Id e a Personalidade – porque, por razões diversas de tipo de pacientes e de métodos de terapia, essas três estruturas parciais foram consideradas nas teorias da psicologia anormal como sendo a função total do *self* (PHG, 1997, p.184).

Portanto, *self* é processo de contato, o sistema que “integra sempre funções perceptivo-proprioceptivas, funções motor-musculares e necessidades orgânicas” Idem¹⁷, e contem três sistemas parciais – Id, Ego e Personalidade. Neste sentido, o fluxo figura/fundo em cada um dos sistemas parciais representa tipos diferentes de clientes e conseqüentemente métodos de terapias particulares.

Estamos tratando neste ponto, além dos ajustamentos neuróticos, de incluir a compreensão diagnóstica para os ajustamentos psicóticos e de aflição, pois estes últimos, também demandam um tipo de orientação e disponibilidade do psicoterapeuta.

Na Gestalt terapia, a interrupção no fluxo figura/fundo correspondente ao sistema parcial Id, é nomeada de ajustamento psicótico, pois entendemos que o Id “é essencialmente “inconsciente” (...) O Id então surge como sendo passivo, disperso e irracional; seus conteúdos são

¹⁷ (PHG, 1997, p.179).

alucinatórios e o corpo se agiganta enormemente” (PHG, 1997, p. 186). Neste sentido, diante do cliente com esse tipo predominante de ajustamento podemos implicar outras categorias de co-responsabilização no contrato, pois é possível que precisemos disponibilizar nosso auto-suporte para uma orientação mais efetiva e direta em níveis sensoriais.

Já a interrupção no fluxo figura/fundo correspondente ao sistema parcial Personalidade, é nomeado de ajustamento de aflição, pois entendemos que “a Personalidade é a estrutura responsável do *self*” (Idem)¹⁸. Neste sentido, diante do cliente com esse tipo predominante de ajustamento podemos disponibilizar meios racionais, lógicos e práticos para viabilizar condições de reflexões e compreensão de determinadas demandas pessoais, inclusive dentro do contrato terapêutico.

Já a interrupção no fluxo figura/fundo correspondente ao sistema parcial Ego, é nomeado de ajustamento neurótico, pois na função Ego “o *self* está identificando com interesse ativo selecionado, e dá a impressão, a partir desse centro, de ser um agente extrínseco no campo” (Idem)¹⁹. Neste sentido, diante do cliente com esse tipo predominante de ajustamento, disponibilizamos nossa atenção para que através da frustração habilidosa²⁰ o cliente possa reconhecer e restabelecer no aqui e agora seu fluxo e satisfação.

Aprendemos com a prática clínica, que não é todo cliente em qualquer tipo de ajustamento, que chega até nós com auto-suporte para fazer escolhas saudáveis ou até mesmo com condições de preservar sua própria vida. Aprendemos também, que em determinadas condições ambientais, o acesso a informação e a construção de autonomia é escasso. Ou ainda, enfrentamos na prática, para além das paredes do consultório, a disponibilidade ou não de familiares, redes sociais e instituições de saúde que nosso cliente possa depender.

¹⁸ (PHG: 1997, p.189).

¹⁹ (PHG, 1997, p.185).

²⁰ “Fritz Perls ficou conhecido como um grande e hábil frustrador, e descreve a importância da frustração na relação terapêutica em consonância com seu entendimento do papel da frustração no desenvolvimento humano. Ele considera que, por meio da frustração habilidosa, o terapeuta pode proporcionar ao cliente a oportunidade de entrar em contato com suas inibições, bloqueios, medos, etc., facilitando a mobilização de seu próprio potencial para lidar com o mundo a seu redor” (Pinheiro, M. E. In: D’ACRI, LIMA, ORGLER, 2007, p.118). Ver referência.

Por fim, estamos sugerindo que a discussão sobre os itens de um contrato seja ampliada, contemplando a necessidade que surge diante das diferentes demandas e clientes, mas sem perder de vista o que nos propõe Perls:

A verdadeira natureza do homem, como a verdadeira natureza de qualquer outro animal, é a integridade. Somente numa integração de espontaneidade e propósito pode ele fazer uma escolha existencial eficiente. Pois ambas, espontaneidade e deliberação, fazem parte da natureza do homem. O se dar conta e se responsabilizar pelo campo total, pelo si - mesmo tanto quanto pelo outro, dão significado e configuração à vida do indivíduo (PERLS, 1998, p. 62).

Assim, a formulação de um contrato terapêutico implica escolhas relativas ao momento em que psicoterapeuta e cliente começam a sintonizar seus próprios fluxos para o reconhecimento do trabalho a ser realizado. Diz respeito também, ao como este contrato pode privilegiar, desde o primeiro momento, intervenções que buscam a abertura para o novo, para o engajamento do cliente naquilo que poderá ser redescoberto e vivido, seu próprio fluxo criativo, num constante processo de cont(r)atar.

COMENTÁRIOS FINAIS

Ao final deste trabalho, pensamos ter atingido o objetivo de contribuir para a ampliação dos aspectos da formulação do contrato terapêutico na clínica gestáltica. Consideramos também ter aberto, com a efetivação das propostas aqui apresentadas, outras perspectivas para o debate sobre o tema, como por exemplo, a formulação de contrato em psicoterapia com crianças, adolescente, família, etc. Abrindo desta forma, um novo desafio.

Quanto a finalização de mais um etapa do curso de especialização clínica em gestalt terapia, confirmamos a validade do processo vivenciado ser fundamentado nos referencias que sustentam nossa prática, pois desta forma, o desenvolvimento do psicoterapeuta e de sua prática clínica, avançam na direção de conquistas teóricas que aprofundam e dão sustentação à sua prática.

Na seqüência e através da reflexão apresentada, surgiram outras possibilidades referentes aos subtítulos no trabalho apresentado, ou seja, outros trocadilhos possíveis e que talvez possam inspirar reflexões posteriores.

Contrato como um contra-ato, no sentido de instigar nosso cliente à ação ativa e participativa na formulação do contrato terapêutico. Como um contra-encenar ou contracenar de atores envolvidos num mesmo “palco”.

Ou ainda, um encontro-ato. Um ato de encontrar. Um acordar para um encontro “em cena”, num *setting* terapêutico.

Quanto à estrutura do texto aqui apresentado, visualizamos agora a interseção de pelo menos duas formas experienciadas pela autora. Uma, relativa à estrutura do curso de especialização, cuja complexidade foi orientada

de forma gradual e em constante sintonia da teoria com a prática clínica. Outra, relativa ao estilo e escolhas da própria autora, que identificou na gestalt terapia – e nos mestres que teve a oportunidade de conhecer –, um saber dinâmico e atual comprometido com o reconhecimento das bases criadas e abertas por seu fundador, Fritz Perls.

Assim, a preocupação em tratar do tema, pensando também nos envolvidos na efetivação desta prática clínica (cliente, alunos e colegas), condiz como o saber de que crescemos quando estamos em relação, quando a novidade da criação pode ser experimentada por um outro que a transformará, e assim por diante.

Por fim, esperamos especialmente àqueles que iniciam sua prática como psicoterapeutas, que estas reflexões possam acolher suas buscas e curiosidades sobre o tema, podendo fortalecer suas práticas clínicas e posturas terapêuticas. Desejamos a todos a quem este tema possa interessar, oferecer nossa reflexão para a ampliação de um debate comprometido com nossos referencias teóricos.

REFERÊNCIAS

BARROS, Paulo. (1992): Limitações e dificuldades da relação terapêutica. In: Revista de Gestalt. N. 2. São Paulo: Instituto Sedes Sapientiae.

BARROS, Paulo. (2006): Amor e Ética. São Paulo: Summus.

D'ACRI, Gladys, LIMA, Patrícia & ORGLER, Sheila. (2007): Dicionário de Gestalt Terapia: "Gestaltês". São Paulo: Summus.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. (1999): Novo Aurélio Século XXI: O Dicionário da Língua Portuguesa. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.

PERLS, Frederick Salomon. (1998): A Abordagem Gestáltica e Testemunha Ocular da Terapia. Rio de Janeiro: Guanabara.

PERLS, Frederick Salomon; HEFFERLINE, Ralph & GOODMAN, Paul (1997): Gestalt-Terapia. São Paulo: Summus.

PERLS, Frederick Salomon (1977): Gestalt-Terapia Explicada. São Paulo: Summus.