

LIGA DE ENSINO DO RIO GRANDE DO NORTE
CENTRO UNIVERSITÁRIO DO RIO GRANDE DO NORTE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

CARLA RAQUEL DE SOUSA SARAIVA

DESMISTIFICANDO O SILÊNCIO A LUZ DA GESTALT-TERAPIA

NATAL/RN

2017

CARLA RAQUEL DE SOUSA SARAIVA

DESMISTIFICANDO O SILÊNCIO A LUZ DA GESTALT-TERAPIA

Trabalho de Conclusão do Curso de Psicologia, apresentado ao Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN), como requisito final para obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof.^a Me. Mariana Cella

NATAL/RN

2017

CARLA RAQUEL DE SOUSA SARAIVA

DESMISTIFICANDO O SILÊNCIO A LUZ DA GESTALT-TERAPIA

Trabalho de Conclusão do Curso de Psicologia, apresentado ao Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN), como requisito final para obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Aprovado em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Me. Mariana Cella
Orientador (a)

Marina Furtado
Examinador (a) Titular

Prof.^a Rocelly Daiane Teotônio da Cunha Souza
Coordenador (a) do Curso

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus por me dar forças em momentos que mais pensei em desistir, sabedoria e discernimento nos momentos de dúvidas e persistência para lutar pelos meus sonhos.

Aos meus pais, Maria Cleomara e Francisco Carlos, meus irmãos Pedro Lucas e Lana Tamirys que foram minha fonte de inspiração e motivação, que nunca mediram esforços para me verem bem. Sem seus cuidados, mensagens de incentivo jamais teria chegado até aqui. Mesmo longe, se fizeram presente em toda essa minha caminhada. O meu muito obrigada a vocês, minha família, minha maior riqueza. Amo vocês!

Em especial a minha avó, Alzenita Ferreira da Costa que foi companheira, amiga, desde os meus três anos de idade, do qual seus ensinamentos foram essenciais para a construção do meu ser. Sempre me encorajou, me ajudou com suas orações e palavras de afeto, da qual nunca me esquecerei e guardarei sempre em meu coração. Obrigada por se fazer presente em minha vida e ser esse ser humano de luz e amor, fonte de inspiração para mim. “Por toda a minha vida eu vou te amar”.

A Dyamagô Lima, amiga de caminhada acadêmica na qual me fez compreender a cada dia o real significado da palavra amizade. Por acreditar em mim e na minha capacidade, sempre estendendo a mão para me apoiar e ajudar.

Agradeço imensamente à minha Orientadora Mariana Cella por ter me acolhido, por toda paciência, dedicação, disponibilidade e afeto ao longo desse curso, em especial este ano, agregando minha vida pessoal e profissional. Aos colegas de supervisão que compartilharam das suas experiências vividas e também das suas alegrias e aflições.

E aos meus pacientes que me proporcionaram grande aprendizado e partilha de suas vidas.

RESUMO

O presente trabalho demonstra a prática clínica no Estágio Supervisionado em Psicologia, tendo como base a Abordagem Humanista-Existencial-Fenomenológica, mais precisamente a Gestalt-Terapia. Tive como objetivo principal atendimentos psicoterápicos direcionados a adolescentes, adultos e idosos, sob supervisão fundamentada na Gestalt-Terapia. É apresentada uma contextualização histórico-filosófica das teorias que constituem o ponto de vista filosófico da Gestalt-Terapia, assim como um relato de experiência clínica de um dos clientes atendidos nas Clínicas Integradas do Centro Universitário do Rio Grande do Norte – UNIRN pelo serviço de Psicologia, percorrendo principais queixas, intervenções apresentadas e evoluções nos atendimentos. São retratados ainda relatos de experiência e dificuldades encontradas ao longo dos atendimentos e algumas reflexões relacionadas ao período de supervisões.

Palavras-chave: Estágio. Humanismo. Gestalt-Terapia. Relação Terapêutica.

ABSTRACT

The present study demonstrates the clinical practice in the Supervised Internship in Psychology, based on the Humanist-Existential-Phenomenological Approach, more precisely Gestalt-Therapy. I had as main objective psychotherapeutic care aimed at adolescents, adults and the elderly, under supervision based on Gestalt-Therapy. This paper presents a historical-philosophical context of the theories that constitute the philosophical point of view of Gestalt-Therapy, as well as a clinical experience report of one of the clients attended in the Integrated Clinics of the University Center of Rio Grande do Norte (UNIRN) at the service of Psychology, presenting main complaints, interventions and transformations noticed the sessions. Also described are the difficulties encountered throughout the visits and some reflections related to the period of supervision.

Keywords: Internship. Humanism. Gestalt Therapy. Therapeutic Relationship.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	8
2	FENOMENOLOGIA.....	9
3	EXISTENCIALISMO.....	12
3.1	LIBERDADE.....	13
3.2	ANGÚSTIA.....	13
4	HUMANISMO.....	15
5	GESTALT-TERAPIA.....	17
5.1	CONCEITOS PRINCIPAIS DA GESTALT-TERAPIA.....	19
5.1.1	Aqui e Agora.....	19
5.1.2	Awareness.....	20
5.1.3	Ajustamento Criativo.....	20
5.1.4	Autonomia.....	20
5.1.5	Experimento.....	21
6	CONTEXTUALIZAÇÃO DO ESTÁGIO.....	22
7	ESTUDO DE CASO.....	23
8	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	30
	REFERÊNCIAS.....	31

1 INTRODUÇÃO

Chegar ao último ano do Curso de Psicologia do Centro Universitário do Rio Grande do Norte – UNI RN é de uma satisfação enorme e sensação de quase dever cumprido. Trago comigo mudanças, expectativas e escolhas que pude fazer, para ingressar no ano de estágio e Trabalho de Conclusão do Curso (TCC). Foi dada a largada das seleções do Estágio Obrigatório Supervisionado, na qual cada estágio de acordo com sua abordagem, tinha seu orientador/supervisor e com ele seu grupo de supervisões.

Integrei um grupo de seis estagiários, contando comigo, atuando na área Clínica, na abordagem Gestalt-terapia que tem como base filosófica Humanista-Existencial-Fenomenológica, onde atuamos nas Clínicas Integradas do UNI-RN, e temos como supervisora a Professora Mariana Cela. Os estágios têm como objetivo oferecer atendimento à comunidade em psicoterapia e Serviço de Plantão Psicológico, semanalmente, a todas as faixas etárias.

Importante frisar que o aperfeiçoamento do conhecimento teórico acerca da Gestalt-terapia no âmbito prático e as contribuições para pesquisas futuras, também foram objetivos pertinentes a este trabalho.

O serviço das Clínicas Integradas do UNI RN, tem formato clássico de atuação clínica. São feitas triagens, com escuta inicial e registro de queixa para então encaminhamento posterior. Cada estagiário disponibiliza-se de três horas semanais para atendimentos em psicoterapia individual, além de duas horas para cada atendimento no Serviço de Plantão Psicológico e por fim mais quatro horas para supervisões de casos e orientações sob a luz da teoria. É possível ainda citar um cuidado necessário a nós mesmos diante da nossa formação.

Considero fundamental ainda trazer a este relatório experiências, dificuldades e satisfações vividas neste momento tão único e singular, como estagiária e futura psicóloga.

2 FENOMENOLOGIA

A gênese da fenomenologia partiu de um pensador importante chamado, Franz Brentano. Foi através do trabalho de Brentano, que a fenomenologia se estrutura. Franz Brentano foi um alemão, nascido em Marienberg, foi sacerdote católico, porém, em 1864 foi ordenado padre, mas envolvendo-se em controvérsias sobre a doutrina da infalibilidade papal, abandonou a Igreja em 1873 e logo se converteu ao protestantismo.

Brentano, tinha como objeto de estudo os atos e os processos psíquicos, uma chamada Psicologia descritiva em que a nomeou como Psicologia dos atos, estudando as diversas maneiras pelas quais a consciência institui suas relações para com os objetos existentes nela mesma, descrever assim a relação, bem como o modo de existência deste objeto.

Segundo Holanda (2006, p.8), Brentano adquire uma categorização dos atos mentais, podendo diferencia-los em representação e sentimento. Resumindo assim que os atos mentais podem definir-se como intencionais, ou seja, remetem aos objetos. Partindo de que a intencionalidade não varia, apenas a referência ao o objeto é que varia.

Edmund Husserl foi um filósofo, matemático, lógico e fundador do método da fenomenologia, nasceu no ano de 1859 na cidade de Prosnitz, na Morávia. Seguidor dos pensamentos de Brentano, logo quando retornou a Viena, em 1884. Sua vida acadêmica iniciou-se quando se tornou livre-docente pela Universidade de Halle. No ano de 1907, em seu curso sobre a “A Ideia da Fenomenologia”, surgiu então uma abstração sobre as possibilidades epistemológicas de fenomenologia.

Husserl concentrou-se nas estruturas ideais, essenciais da consciência, onde não se limitou ao empirismo trabalhando assim na redução fenomenológica que nada mais é do que suspender julgamentos, valores, teorias ou conceitos que se tem a priori, em relação a algum fenômeno para, só então, adentrar e conhecê-lo da forma mais “clara” tal como ele é. É uma mudança da atitude natural para a fenomenológica, para facilitar a visualização do objeto com significações (FORGUIERO, 2004).

Segundo Ribeiro (1985, p. 44) Husserl ao estudar o campo da consciência, definiu a fenomenologia como a ciência descritiva das essências da consciência e seus atos, já que por sua vez existe uma correlação sujeito-objeto e que esta correlação parte da intuição originária da consciência.

Com a Atitude Fenomenológica pesquisadores puderam aprofundar-se em seus objetivos no estudo. A atitude fenomenológica é a capacidade de observar além do que se é visível, algo então que transcende. Assim, muitos agregados da filosofia até mesmo da psicologia, usavam a fenomenologia para justificar a procura da verdade. Apesar de Franz Brentano, Karl Stump e Edmund Husserl terem dado início a fenomenologia, foi graças a Husserl que o Movimento Fenomenológico ganhou vários seguidores em todo o mundo a partir de 1910.

Segundo Ribeiro (1985, p. 43) a palavra fenômeno é derivada do verbo que tem como significado manifestar-se, aparecer; de origem grega. Compreendendo assim o fenômeno como o que aparece, que aparenta na coisa ou aparência da coisa.

Desenvolvida no campo da filosofia, a fenomenologia é dada como uma corrente filosófica e metodológica, que nasceu na tentativa de clarificar a realidade humana, com a abertura a experiências e vivências do mundo, na busca do fenômeno, como modo de existir. Traz consigo a religação do sujeito com seu contexto, melhor dizendo, recoloca o ser no mundo. Na busca de captar a essência mesma das coisas e para que isso ocorra, procura descrever a experiência do modo como ela acontece e se processa (consciência e mundo).

A fenomenologia é um esforço, uma tentativa de clarificação da realidade humana. É uma abertura à experiência, a vivência integral do mundo. É a busca do fenômeno, daquilo que surge por si só, daquilo que aparece, que se revela. Fenomenologia é **ir às coisas-mesmas**, descobri-las tais quais se apresentam aos meus sentidos, tais quais eu as percebo. Mas é um “ir em busca” aliado à minha própria experiência subjetiva concreta. É um olhar e ver, não apenas uma colocação diante de algo. É participação, envolvimento. (HOLANDA, 2006, p. 10 e 11).

Husserl retrata fenomenologia como um método de investigação que tem o propósito de apreender o fenômeno, isto é, a aparição das coisas

à *consciência*, de modo rigoroso. Traz consigo uma compreensão de que todas as vivências do mundo se dão na e pela consciência. A esta compreensão de consciência podemos vincular a noção de *intencionalidade*. A intencionalidade liga a consciência ao mundo, no qual o ato é a consciência fenomenológica.

Não há como pensar a consciência destacada das coisas. Em outras palavras: se a consciência é consciência-de-alguma-coisa, então um objeto só tem sentido de objeto quando relativo a uma consciência, portanto, é um objeto-para-uma-consciência (para um sujeito da consciência) (HOLANDA, 2006, p.19).

Para a análise intencional podemos então interpretar que há uma relação entre consciência e objeto. Segundo Holanda (2006, p.20), Husserl traz a análise intencional na forma de revestir toda a esfera dinâmica do espírito, e então integra-se da análise da nóese (atividade da consciência) e do nóema (o do objeto constituído por essa atividade).

Tratando de todo conceito de intencionalidade, na compreensão de que como o objeto constitui-se na consciência, podemos assim compreender a redução fenomenológica.

Redução é uma busca do significado, uma procura pelo subjacente, em detrimento do simples aparente. A consequência da “*époché*” é a intuição das essências (*Wessensschau*). Afinal, Fenomenologia não é apenas descrição do fenômeno, do parente. Isto seria realizar um simples fenomenismo. Mas antes, fazer fenomenologia é realmente se embrenhar por dentro da realidade, para desvendar o que está por detrás desta realidade (HOLANDA. 2006, p.21).

Assim a redução fenomenológica vislumbra estudar a partir da consciência e dos objetos da consciência, permitindo então colocar o ser-no-mundo, da intencionalidade.

3 EXISTENCIALISMO

A ideia que sustenta o existencialismo parte do indivíduo como ser único, enquanto fenômeno. Esse entendimento nos leva a um caminho de que tanto o existencialismo como a Gestalt-terapia, mostra o homem enquanto fenômeno único. O termo existencialismo surgiu no fim dos anos 40 com objetivo de nomear aspectos sociais da vida francesa na qual intelectuais estavam entrelaçados, principalmente Jean-Paul Sartre.

Desta forma o termo existencialismo nos remete de imediato à máxima “a existência precede a essência”. A palavra essência - que é originário do verbo ser, é anterior a palavra existência, historicamente. Reflete-se então sobre aquilo que era, sobre qual seria a essência de determinada coisa. Dessa forma, a filosofia existencialista nada mais seria que mergulhar na existência humana, de acordo com aquilo que se era permitido aprofundar, dependendo de como seria o relacionamento de cada indivíduo com o objeto ou o fato (CAMON, 1993).

Jean Paul-Sartre (1905-1980) e Martin Heidegger (1889-1976) foram filósofos que tiveram grande contribuição no movimento existencialista, porém não deixando de citar Søren Kierkegaard (1813-1855) e Frederick Nietzsche (1844-1900) que também contribuíram com o movimento.

Jean Paul-Sartre trazia o existencialismo na perspectiva de que a existência precede e governa a existência. Do modo que ao existir, são experimentados vivências que definem sua subjetividade, podendo adquirir-se conhecimentos da própria essência. Para entender o Ser, Heidegger em *Sein e Tempo* discute e descreve fenômenos que caracterizem a consciência, o Ser (PENHA, 2001).

Para Heidegger o Ser não é um ser particular, e nem um conjunto de todos esses seres particulares, assim como vemos em experiências do dia a dia. Ele delimita o Ser em algo que faz com que o mundo seja, aparecendo então ao homem. Investiga assim a razão de tudo que existe (PENHA, 2001).

Um dos termos da linguagem heideggeriana é o *Dasein*, uma vez já utilizada por Hegel. A palavra *Dasein* é formada por *Da* (aí, por aí) e *Sein*

(presença, existência), onde em terreno heideggeriano o ser humano, é um “Ser-no-mundo”, ligado a realidades concretas das coisas.

O *Dasein* é a nossa existência cotidiana, é o indivíduo, é o homem. Mas existirá um estágio superior à existência cotidiana do *Dasein*, algo acima do dia-a-dia que lhe constitui a biografia? Heidegger responde afirmativamente: é a *Existenz*, a existência idealizada do *Dasein*, sua realidade mais íntima, longe de tudo que lhe retira a possibilidade de uma vida autêntica. A *Existenz* que é pura existência do *Dasein* (PENHA, 2001, p.30).

Para uma melhor compreensão do existencialismo e no que ele contribui com a realidade humana, é necessário compreender alguns pontos e conceitos. Conceitos de liberdade, responsabilidade, ser-no-mundo, sentido da vida, felicidade, culpa, angústia, entre outros, mostram-se necessários para um bom entendimento de realidade humana. Citarei aqui alguns conceitos fundamentais para o auxílio no entendimento da visão existencialista.

3.1 LIBERDADE

Liberdade é básica e fundamenta. Nesse processo de compreensão existencialista. O homem é um ser livre, e por ser livre escolhe o que quer ser ou o que será, sendo então um ser de escolhas e livre para trilhar seu caminho de acordo com seus objetivos, tomando consciência de que haverá consequências e responsabilidades sobre as escolhas feitas. Segundo Ribeiro (1985, p. 38), “o homem cria o seu próprio mundo e, ao fazer isto, realiza suas próprias potencialidades”. Para cada pessoa, há seu mundo e sua forma de descobrir este mundo.

3.2 ANGÚSTIA

Ao dar-se conta de sua condição de liberdade, o indivíduo entra em contato com a angústia, já que ser livre, fazer escolhas, traz também limites e consequências. O indivíduo ao compreender que suas escolhas são únicas e individuais, que só ele carrega a responsabilidade por elas, logo faz com que a angústia emerja.

Segundo Sartre, citado por Ribeiro (1985, p. 39), “o homem é angustia, pois, sendo livre e como tal se reconhecendo, passa também a ser um legislador de si e dos outros. De outro lado, deve fazer tudo sozinho, pois ninguém pode, de fato, executar seu projeto para ele; ele é criador responsável por si próprio”.

Ao nos depararmos com a angústia da escolha e da afirmação do que se é escolhido, carrega-se o peso da responsabilidade. Dentro das condições de existência, na qual o ser humano estar inserido, ao escolhermos algo bom para si, damos a opção também dos outros optarem pela mesma coisa.

Escolher ser isto ou aquilo é afirmar ao mesmo tempo o valor do que escolhemos, porque nunca podemos escolher o mal, o que escolhemos é sempre o bem, e nada pode ser bom para nós sem que o seja para todos (SARTRE, 1952, p.620 e 621).

Daí surge a responsabilidade diante do outro. A angústia torna-se perceptível à consciência quando o indivíduo compreende que suas escolhas são únicas e individuais e que ninguém poderá auxiliá-los na fundamentação (OLIVIÉRE, 2008).

4 HUMANISMO

A Psicologia Humanista nasceu na década de 50 como uma forma de reagir as ideias de análise do comportamento (Behaviorismo) e da psicanálise; a psicanálise utilizando-se o inconsciente como forma de aprofundar-se na compreensão do ser humano e o behaviorismo abrangendo uma compreensão através do estudo do comportamento, ambas consideradas (pelo humanismo) deterministas. Conhecida como a terceira força da Psicologia, seus pressupostos tiveram influência direta pela filosofia existencial e fenomenológica.

Maslow (1908-1970) e Rogers (1902-1987) foram os principais idealizadores desse movimento, apesar da divergência entre conceitos em determinados momentos. Na busca da compreensão do ser humano, demandavam da mesma lógica de que o ser humano possui um desenvolvimento para suas próprias potencialidades e uma tendência a autorregulação.

Conhecer a si próprio é experimentar o próprio poder e os próprios limites: é a partir de si próprio que o homem caminha para compreender o mundo e utilizar o mundo na compreensão de si próprio. Conhecer a si próprio é uma proposta de se autogerir: de evoluir a partir de dentro, conscientizando-se, momento por momento (RIBEIRO, 1985, p.28).

Ao falar no humanismo percebemos que saímos da dicotomia e voltamos a insistir num discurso único, que é o da compreensão da pessoa humana. Podendo destacar que não se trata da pessoa humana em corpo, mente, ou nem um, nem outro; mas sim de um homem inteiro, e localizado em um contexto.

Segundo Ribeiro (2006, p.30) “a psicoterapia humanística deve estar atenta a realizações plenas destes três momentos (agir, pensar e expressar-se)”. Tornando o ser humano em um ser pleno nas suas formas de agir, pensar e expressar-se através da linguagem.

Cumpre-nos dizer ainda que, dentro de uma visão humanística, ficam mais claras as relações de homem com Deus, com a lei, com o bem e o mal, com os valores. Como diz Heidegger:” O único pensamento

que se quer impor é que as mais altas determinações humanísticas da essência do homem ainda não experimentaram a dignidade propriamente dita do homem". (RIBEIRO, 2006, p.31)

Desta forma a reflexão humanística parte de um pensamento e reflexão propondo posturas básicas, filosóficas, existenciais. O homem coloca-se por inteiro na vida e nas relações para se descobrir como um ser. Faz-se necessário perceber formas de se conceber a existência, visando uma melhor compreensão da realidade humana (CAMON, 1993).

5 GESTALT-TERAPIA

A Gestalt-terapia foi criada por Fritz Perls, tendo grandes contribuições por vários estudiosos. Foi sendo desenvolvida tendo como fundamentos filosóficos a Fenomenologia, o Existencialismo, e o Humanismo; e como bases teóricas diversas correntes vieram a contribuir, como a Psicologia da Gestalt e a Teoria do Campo, sempre voltadas para as possibilidades de transformação e crescimento humano. Uma forte influência, veio ser a compreensão de homem e mundo proposta pela visão Existencial na qual Heidegger vem a ser seu principal pensador desta corrente quando se voltou para o ser numa visão ontológica.

Heidegger não concebe o Ser como um ser particular, tampouco como o conjunto de todos os seres particulares com os quais lidamos em nossa experiência cotidiana. Limita-se a afirmar que o ser é aquilo que faz com que o mundo seja – e que assim apareça ao homem. Busca, dessa forma, investigar o fundamento de tudo o que existe. (PENHA, 2001, p.27).

Desta forma a Gestalt-terapia é uma terapia focada no aqui e agora, definindo-lhe assim como uma abordagem experiencial, procurando levar as pessoas a restaurarem o contato consigo, com os outros e com o mundo. Introduz a corresponsabilidade no *setting* terapêutico e o foco dessa perspectiva é o exercício do *Awareness*, conceito que é traduzido como o “dar-se conta”, referindo a capacidade do indivíduo perceber o que se passa dentro de si e fora de si no momento presente, de forma dinâmica e completa.

Segundo Rodrigues (2011, p.184) a Psicologia da Gestalt foi de certa forma experimental de início, com relação ao seu campo de atuação, trazendo questionamentos adversos a visão mecanicista (causa-efeito) e à visão atomística (revela-se então na psicologia como algo que busca determinar se a psique é formada por pulsões, emoções, símbolos, condicionamentos etc). Ao embarcar na Psicologia da Gestalt e Gestalt-terapia, pode-se perceber que são diferentes, no que diz respeito ao campo de atuação e em termos de preocupações distintas.

A Gestalt-terapia se preocupa com o campo clínico, com as técnicas de trabalho e estudos que visam dar ao homem as condições necessárias para seu próprio crescimento. Enquanto que a Psicologia da Gestalt foi um campo de pesquisa que trouxe uma série de novas perspectivas para entender a maneira com a qual o homem se relaciona com o mundo. (RODRIGUES, 2011, P.185).

Os psicólogos de épocas seguintes foram percebendo a importância do conhecimento que trazia na Psicologia da Gestalt, juntamente com pressupostos filosóficos e psicológicos construíram um campo voltado para a área clínica. Primeiro autor da Gestalt-terapia foi Frederick Perls. Nascido em Berlim, Alemanha no ano de 1893. Formou-se em medicina em 1920 e atuou com neuropsiquiatria, ao longo de seu percurso mostrou interesse pela psicoterapia. Veio de origem judaica, casou-se com Laura Perls, e desenvolveu junto com ela a psicoterapia que foi chamada de Gestalt-terapia.

Perls, é considerado o pai da Gestalt-Terapia, descontente com o método psicanalítico, começou a buscar outras fontes, outras respostas para os conflitos humanos, dentre elas, o Humanismo, Existencialismo, Fenomenologia, Psicologia da Gestalt, Teoria de Campo, Teoria Organísmica, Filosofia Buberiana. Desse processo, deu-se em 1951, nos Estados Unidos, o lançamento do primeiro livro de Gestalt-Terapia: "Gestalt-Terapia", juntamente com Hefferline e Goodman.

A Gestalt-terapia é um modelo psicoterápico com ênfase na responsabilidade de si mesmo, com o modo de conhecer e trabalhar a consciência do indivíduo em sua experiência no momento atual (aqui e agora), no relacionamento terapeuta-paciente e na auto regulação e ajustamento criativo do indivíduo. Enxergando também o seu funcionamento orgânico quanto a participação do organismo em seu meio para criar um campo único de atividade, podendo vislumbrar não o ser em parte, mas sim como um todo, em sua totalidade.

Qual, enfim, o sentido que penso ser uma das principais características da GT? Para mim, é perceber que apesar de vários nomes e várias teorias embutidas nesta abordagem, estamos na verdade tratando de uma totalidade – própria existência do ser-no-mundo. Aqui e agora, em sua plena expressividade, onde tudo acontece simultaneamente: falas, gestos, conflitos, pensamentos, sonhos, sentimentos, enfim, todas as possibilidades. (RODRIGUES, 2011, p.179).

O enfoque principal do terapeuta da Gestalt-terapia, será sempre no que o indivíduo traz de maneira geral, em seu momento presente (no aqui e agora). Fazendo com que este se perceba no que ele realmente é, e que este novo ser se insira em tudo o que ele já foi. Investindo em uma disponibilidade de buscar em conjunto e envolver-se num processo humanizado e não somente em um observador-objeto.

5.1 CONCEITOS PRINCIPAIS SOBRE A GESTALT-TERAPIA

Alguns pontos e conceitos são necessários ser entendidos de forma mais detalhada, para uma melhor compreensão sobre a Gestalt-terapia e sua forma de terapia. Conceitos como aqui-e-agora, experimento, awareness, ciclo de contato, autonomia, ajustamento criativo, consciência intencional, e entre outros se fazem necessárias para uma melhor compreensão do sujeito em sua total singularidade. Citarei então alguns conceitos que vislumbrei, importantes, para o auxílio dessa compreensão de ser-no-mundo.

5.1.1 Aqui e agora

O conceito de aqui-e-agora traz muito a realidade da Gestalt-terapia e como ela trabalha. Conceito que diz respeito da tomada de consciência do indivíduo sobre a sua experiência atual, onde busca-se que o paciente seja capaz de entrar num contato saudável com o mundo, estando apto a resolver seus problemas através da percepção real de si, de suas necessidades no espaço e tempo presentes, que é a única dimensão real sobre a qual se pode agir. Segundo Perls (citado por Rodrigues 2011, p.186) “no agora, você usa o que está disponível, e é obrigado a ser criativo. Observe crianças brincando. O que estiver disponível será usado, e então alguma coisa acontece, alguma surge do seu contato com o aqui e agora”.

5.1.2 Awareness

O conceito de awareness traz o indivíduo a sua percepção de si mesmo, fazendo com que este tome consciência de si e das coisas ao seu redor, passando a se enxergar como um ser de possibilidades. Segundo Ribeiro (2006, p.76) “a awareness é um momento de encontro com minha totalidade, buscando sempre pelas mais variadas formas de ampliação de consciência, mas que em si não funcionam numa relação de causa e efeito, pois quando a awareness acontece, chegou sempre por acaso”. É realmente um dar-se conta da sua realidade e totalidade, como um ser no aqui agora.

5.1.3 Ajustamento Criativo

O conceito de ajustamento criativo remete aos processos no qual o indivíduo passa por essa função na busca de ajustar-se com o seu meio interior, corpo e com o que vive. De modo que o corpo-pessoa se encontra sempre em auto ajustamento e autorregulação, de forma natural.

Ajustamento criativo é o processo pelo qual o corpo-pessoa, usando sua espontaneidade instintiva, encontra em si, no meio ambiente ou em ambas soluções disponíveis, as vezes aparentemente não claras, de se autorregular (RIBEIRO, 2006 p.64).

5.1.4 Autonomia

Este conceito é bem associado ao bem-estar pessoal. No qual o indivíduo se porta diante de suas expectativas e desejos, sentindo-se realizado por se comportar e ser um Ser de autonomia, que respeita o seu comportamento diante do seu próprio desejo.

“É a livre escolha, e tem sempre um sentido primário de desprendimento, seguindo por um de compromisso. A liberdade é dada pelo fato de que o campo de novas escolhas foi alcançado: a pessoa se compromete de acordo com o que ela é, isso é, com o que se torna...sendo autônomo, o comportamento é o de sua própria escolha, uma vez que em princípio, tal comportamento já foi amadurecido, assimilado...” (PERLS, GOODMAN & HEFFERLINE, 1997, p.446)

É desta forma passar do apoio ambiental para um auto apoio, como um tipo de não dependência com relação a aprovação dos outros para tomar suas decisões.

5.1.5 Experimento

Ao falar de experimento em Gestalt-terapia, não se trata de técnicas que sob uma determinada condição, chega a um resultado “esperado”, mais sim de um sistema de ação do individuo consigo mesmo, no qual o mesmo se percebe como um corpo-pessoa e que ele é um experimento vivo, capaz de fazer por ele mesmo. Tendo a liberdade e opção de experimentar da forma como lhe convém, respeitando sempre seus limites e ate onde este suporta se experimentar.

O experimento precisa ser expressão viva da dimensão de contato que o cliente pode fazer com ele mesmo no mundo, naquele momento. Quando um experimento ultrapassa a capacidade do cliente de perceber o que esta acontecendo com ele, deixa de ser um processo pedagógico para ser um momento de violência, e não falamos de violência, falamos de contato criativo, no qual o cliente se torna seu próprio instrumento de trabalho (RIBEIRO, 2006, p.109).

Segundo Ribeiro (2006) utilizar os experimentos nos permite ver o paciente acontecendo e se reconhecendo, como um sujeito de possibilidades reais.

6 CONTEXTUALIZAÇÃO DO ESTAGIO

O estágio ao decorrer do ano acontece nas Clínicas Integradas do Centro Universitário do Rio Grande do Norte, nesse sentido a escolha pela ênfase clínica, na modalidade de atendimento individual, nos quais serão atendidos constantemente uma média de três clientes, na faixa etária de adolescentes a partir dos 16 anos, adulto e idoso. Atendimentos ocorrerão semanalmente nos turnos da tarde e da noite com duração de 50 minutos, com embasamento na perspectiva teórica da Gestalt-terapia com supervisão acadêmica por Mariana Cela.

Os atendimentos psicoterápicos serão realizados na busca de fazer com que o cliente se torne mais suportivo, responsável, consciente, ponderado, autônomo, capaz de realizar um bom contato (encontro consigo e com o mundo exterior), e a cada sessão trazer o indivíduo para o centro da sua singularidade; sua subjetividade e sua busca de sentido. Com o objetivo constante de ampliar a consciência do cliente na maneira como ele atua na vida.

A escolha pela linha de abordagem da Gestalt-terapia foi bastante influenciada pela forma de visão de homem própria dessa perspectiva, que procura entender assim o sujeito em sua totalidade e globalidade. Proporcionando ao indivíduo uma experiência consciente, recuperando-o de sua alienação existencial e objetivando a busca pela espontaneidade e poder autêntico/criativo do indivíduo.

7 ESTUDO DE CASO

O estudo de caso aqui apresentado é um relatório de atendimento em Psicologia realizado nas Clínicas Integradas do UNI-RN sob a supervisão da professora e psicóloga Mariana Cela, que está acontecendo durante o Estágio Supervisionado. Os atendimentos têm como objetivo colocar em prática todo aporte teórico e científico construído desde o início do curso, promovendo conhecimento e aprendizado, além de ser um suporte e auxílio para os clientes ali atendidos.

Assim, apresento uma breve história de um cliente de 16 anos que receberá o nome fictício “Murilo”, preservando assim sua verdadeira identidade e respeitando sobretudo o Código de Ética da Psicologia, em especial o sigilo profissional que dispõe o Art. 9º - “É dever do psicólogo respeitar o sigilo profissional a fim de proteger, por meio da confidencialidade, a intimidade das pessoas, grupos ou organizações, a que tenha acesso no exercício profissional”.

Os atendimentos nas Clínicas Integradas tiveram início em abril de 2017 e tinham duração de 50 minutos, uma vez por semana. Logo no primeiro encontro foi ajustado com o pai de um cliente (menor de idade) normas que seriam seguidas por este período como uma forma de atender o regime da Clínica, respeitar o sigilo profissional e estabelecer um contrato terapêutico para com o cliente, podendo assim desenvolver um melhor trabalho.

A primeira sessão foi com o pai de Murilo. Um encontro de poucas palavras, no qual o pai ao chegar logo trouxe a queixa principal de Murilo que era a “gagueira”. Para o pai, a “gagueira” não era tão marcante, já que ele não costumava gaguejar com tanta frequência. Por outro lado, segundo o pai, Murilo se incomodava muito com a gagueira. Afirmou que Murilo era calmo em casa com a família, um adolescente “normal” para ele, e que o que estava deixando o seu filho bastante agitado e chateado era o fato da gagueira, atrapalhando-o em sala de aula quando havia apresentações de trabalhos escolares. Foi uma escuta que durou meia hora, na qual o pai de Murilo trouxe as informações de forma rápida e objetiva, sem muito prolongamento e maiores

esclarecimentos. Ao final do atendimento, disse para mim “você vai conhecê-lo e daí vai compreender melhor a situação dele”.

A primeira sessão com Murilo, para mim, foi de bastante expectativa, pois estava bastante empolgada para recebê-lo e escutá-lo. Assim que o funcionário me informou que o cliente havia chegado, fiquei bastante impactada e surpresa, mas segui em direção a ele e o recebi. Ele se mostrou um pouco inseguro, pois quase não se levantou da cadeira quando me apresentei e o chamei, mas logo em seguida se levantou e foi para a sala comigo. Um adolescente que se mostrou educado ao pedir licença para entrar na sala e ao mesmo tempo envergonhado por estar ali diante de uma desconhecida. Ao entrarmos na sala, falou que é gago e disse ter muita dificuldade de lidar com essa gagueira, pois não interage muito com os outros com medo do que os mesmos pensariam sobre ele, por medo do julgamento, e pelo fato de ter dificuldade em apresentar seus trabalhos escolares, o que acaba prejudicando-o.

Teve-se então um momento de escuta e de acolhimento com o paciente, no qual pude escutar suas queixas e de que naquele momento recordei-me do conceito de Redução Fenomenológica – apresentado no primeiro capítulo deste trabalho. Ao dirigir-me em sua direção e quando adentramos à sala, senti a necessidade de “esvaziar-me” para então o receber de forma acolhedora.

No encontro seguinte Murilo veio calmo, mas aparentemente envergonhado por estar na sessão. Começou a falar sobre sua “gagueira”, sobre o julgamento dos outros, sobre o quanto o gaguejar lhe incomoda e sobre a sua futura melhora. A princípio, Murilo expôs que quando falava calmo, sem tanta pressa, não gaguejava, mas que isso variava muito de situação para situação. Perguntei como ele se sentia diante disso, de que mesmo estando calmo às vezes gaguejava. Disse-me que se sentia mal e muitas vezes optava por ficar calado, já que para ele o silêncio resolvia. Assim, pude pontuar pra ele que muitas vezes o silêncio é um caminho para a má interpretação e se ele já havia parado para pensar que o seu silêncio poderia incomodar as pessoas, tanto quanto, ou mesmo mais o gaguejar (levando-o a refletir sobre seu incômodo diante do julgamento do outro, e sua impotência no controle deste julgamento). Ele concordou e viu sentido neste pensamento, mas ainda preferia

ficar calado para não escutar o julgamento dos outros. Por meio dessa fala, pude mostrá-lo que o julgamento é algo das outras pessoas e que não tínhamos como mudar tal situação. Sobre a futura melhora no gaguejar, perguntei a ele o que faria caso não melhorasse. Ele me respondeu que se não melhorasse iria “seguir em frente”. Mostrei a ele que havia entendido que ele queria a melhora e que mesmo que isto não ocorresse ele seguiria em frente. Perguntei a ele como era viver com a gagueira atualmente. Respondeu que era muito chato, pois não queria gaguejar tanto e que o incomodava demais, entendendo que deveria viver bem com isso, mas que hoje tenta melhorar e, se caso essa melhora não acontecer, iria tentar conviver com isso. Ao final, confessou que quando mais novo havia pensado em se matar, mas que hoje isso não passava pela sua cabeça, que ele não pensava mais em tirar sua vida por esse motivo.

Na terceira sessão Murilo chegou animado, falando sobre uma apresentação de trabalho escolar da disciplina de Geografia. Disse-me que essa era uma forma de enfrentar seus medos, em especial o julgamento das outras pessoas. Perguntei se ele lembrava sobre o que nós havíamos conversado sobre o julgamento. Ele disse que lembrava e falou também que estava tentando enfrentar isso. Questionei como era esse tentar e ele me respondeu que era praticando, conversando com os amigos, interagindo de várias formas, fazendo coisas simples como comprar pão na padaria. Falei para ele que entendia e percebia essas possibilidades, o indaguei sobre como estava sendo esta experiência na prática. Ele disse que na prática tudo saía “ao contrário”, que “travava” e que não saía nenhuma fala, afirmando que na maioria das vezes era seu pensamento que o atrapalhava e de que no fundo ele não se aceitava como gago. Perguntei a ele como era essa questão de saber que era gago, hoje, e não se aceitar. Ele disse que era um ponto negativo para ele. Fechei então a sessão falando que entendia o seu receio sobre o julgamento dos outros, mas que ele já veio com algumas possibilidades de enfrentamento diante à gagueira. Ele disse-me que estava difícil a prática e que percebia que não estava ainda agindo nestas possibilidades descobertas, mas se prometeu em experimenta-se agindo.

No encontro seguinte, Murilo trouxe à terapia sua curiosidade em ir a um Fonoaudiólogo e sobre um autojulgamento. Falou que iria conversar com a

mãe sobre essa ida ao Fonoaudiólogo, que compreendia que nada iria dar certo sem seus próprios esforços, além de saber que alguns colegas dele já foram e diziam que “não serviu de nada”. Mostrei a ele que seria uma possibilidade de encontrar novos caminhos para enfrentar esta limitação que que tanto o estava afligindo, uma possibilidade de “melhora”, naquilo que o incomodava, lembrando a ele que que não havia como anteciper sua experiência baseando-se na experiência do colega, uma vez que cada situação é singular. Disse a ele que talvez ele indo ao Fonoaudiólogo pudesse tirar suas próprias conclusões sobre o processo.

Sobre o autojulgamento, a conversa se iniciou abordando a questão do medo do julgamento pelas outras pessoas. Então, seguiu da seguinte forma:

- Paciente: “Tenho medo de ser julgado, antes mesmo de falar. Antes de me expressar, já venho com esse pensamento”.

- Terapeuta: “Como você acha que é esse julgamento? Que medo é esse do julgamento?”.

- Paciente: “Tenho me julgado diante das pessoas. Muitas vezes falo com o próximo e mesmo quando gaguejo percebo que o outro não se importa”.

- Terapeuta: “Então seria um autojulgamento? Me corrija se eu estiver errada”.

- Paciente: “Não, está certa. É sim um autojulgamento. Julgo muito por não me aceitar e ser gago é algo inevitável, mas vou melhorar”.

- Terapeuta: “Me explique melhor... como é algo inevitável e que pode mudar?”.

- Paciente: “Sou gago, mas vou tentar mudar pelo menos um pouco. Caso no futuro não der certo, eu pelo menos tentei e vou saber conviver com isso”.

- Terapeuta: “E hoje como é conviver com isso?”.

- Paciente: “Não é legal, é complicado, mas sinto-me mais desenrolado que antes. Estou tentando e buscando mudar um pouco meu jeito de pensar a respeito de mim mesmo e esses julgamentos”.

Após essa conversa, identifico e pontuo para Murilo essas questões como algo que ele sente e vive. Como isso o machuca, mas o quanto é sincero consigo mesmo em perceber-se, aos poucos, que é um ser de possibilidades buscando o autoconhecimento, no aqui-e-agora.

Na quinta sessão, Murilo diz que estava bem envolvido com os amigos sobre um trabalho na escola, o qual estava disposto a apresentar. Disse que no meio da conversa entre os amigos, uma garota sentou na sua cadeira dentro da sala de aula e então ele a abordou, dando início a um diálogo. Pontuei para ele suas atitudes e posturas, perguntando na ocasião se ele achava que estava se permitindo mais. Ele respondeu que sim, que estava se permitindo mais, apesar de saber que queria melhorar a gagueira e que via na conversa entre amigos uma boa oportunidade de praticar sua fala e de se abrir mais para as pessoas, se desprendendo do julgamento. Logo em seguida, falou:

- Paciente: “Olha, eu sou gago. Posso melhorar ou não”.

- Terapeuta: “Vamos fazer uma experiência. Vamos começar a falar “hoje sou gago”, “agora eu gaguejei”. Não vamos fechar nesse pensamento de que é gago. O que você acha?”

- Paciente: “Vai ser bem melhor assim, até porque não tenho realmente um diagnóstico de que sou gago, porém gaguejo”.

A fim de oferecer novos elementos para o processo terapêutico, o experimento, traz o contato do paciente consigo mesmo e com o mundo. Através do experimento, ele é levado a confrontar as emergências de sua vida ao representar seus sentimentos e ações abortados, numa relação de relativa segurança, e onde a exploração ousada pode ser apoiada (Ribeiro, 2006, p.109).

Na sessão seguinte, Murilo iniciou relatando que iria haver uma gincana em sua escola e que não iria participar, já que não gostava. Perguntei se já havia participado alguma vez de gincana escolar e então respondeu-me que sim, que havia ido uma vez, mas não achou interessante e nem importante. Perguntei a ele o que era importante e o que se fazia importante em sua vida. Respondeu-me que, para ele, importante era algo que lhe trouxesse ganhos secundários como uma leitura, praticar seus exercícios e fazer o que gosta como, por exemplo, ficar junto à sua família. Perguntei a Murilo como era a relação com sua família e o mesmo respondeu-me que tinha um ótimo convívio com sua família, que gostava mais de conversar com sua mãe do que com seu pai, já que o mesmo se encontrava sempre bêbado durante o dia. Questionei como Murilo se sentia por ver seu pai beber muito. Ele disse-me que se sentia

mal, mas que já estava acostumado. Informou ainda que já tentou conversar com o pai sobre a questão da bebida, porém não viu muito resultado.

Após alguns minutos em silêncio, foi perceptível que Murilo não estava preparado para se aprofundar nas questões de relacionamento com seu pai e o fato deste frequentemente abusar do álcool. Desta forma defletiu, evitando o contato com o tema, trazendo outras questões periféricas para o centro da sessão. Deflexão esta relacionado a evitar o contato direto com outro indivíduo. Para Ribeiro (1997), defletir é desperdiçar energia na relação com o outro, recorrendo ao contato indireto, palavreado vago, inexpressivo ou polido demais.

Em razão de algumas questões trazidas por Murilo, pude observar muita resistência nele em ir a lugares devido a essa certa dificuldade de lidar com a gagueira. O mesmo se encontrava fechado, sem dar tanto espaço em se permitir obter novas experiências, diante de contextos escolares, extrafamiliar. Por meio dessa demanda, por essas questões trazidas, pude trabalhar com base nisso, de forma a possibilitar ao mesmo se perceber e passar a ter uma visão mais ampliada da situação. Todas as experiências vividas com Murilo foram bastante produtivas.

Diante das intervenções realizadas em sessões, o paciente trouxe como avanços inúmeras situações. Em uma das várias sessões, Murilo apresentou-me um pequeno poema que havia escrito. Disse que tinha feito o poema em sala de aula, mas que não teve oportunidade de lê-lo para todos. Diante de tal situação, ele pediu-me para ler o poema e eu perguntei se ele não gostaria de ler para mim, já que não teve oportunidade de ler em sala de aula. Então, em seguida leu o seu poema de aproximadamente 2 a 3 minutos, sem gaguejar. Ao terminar de ler, perguntei ao mesmo como era a sensação de ler aquele poema e não gaguejar, nem sequer por um momento. Ele respondeu-me rindo e disse que para ele não importava mais o fato de gaguejar, mas sim que ele estava “se permitindo” como um ser em constante mudança. Completou falando que “Hoje sentia-se leve, liberto e que iria se permitir sempre, pois o mundo não girava mais em torno de sua gagueira.”

As mudanças vêm se operando de acordo com a permissividade do sujeito na qual ele vai se percebendo e adentrando a campos nunca

acessados, como por exemplo, a questão de antes da terapia não conseguir ir a uma padaria e comprar pão. Como Murilo mesmo fala, “não tinha essa coragem de enfrentar e realizar coisas simples”.

A relação terapêutica foi sustentada e solidificada à base de uma relação de feedback positivo, dando abertura para uma maior confiabilidade nas intervenções. O Feedback é importante para direcionar a atenção do indivíduo nos pontos principais no setting terapêutico. A cada encontro, expectativas e surpresas eram lançadas de maneira a se fazer perceber que enquanto futuro profissional, o indivíduo se faz parte do seu modo de funcionamento existencial. A gagueira de Murilo passou a ser apenas um dos pontos a ser trabalhado e não o foco principal da terapia, como foi trazido na primeira sessão. Desta forma, diante de tudo que foi vivido, Murilo passou a lidar melhor com essa dificuldade na fala, não cobrando mais tanto de si mesmo e, principalmente, não se afetando mais com o julgamento dos outros, o que vem tornando-o um adolescente mais preparado e capaz de enfrentar as inúmeras adversidades que ainda virão.

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A cada dia percebo o quanto foi e é prazeroso, esperar meu paciente e poder vê-lo semanalmente e estar aberta a ouvir suas dores, queixas, alegrias e outros sentimentos que segue com ele em cada sessão. Percebo que o medo do novo, de errar e as expectativas me acompanham durante todo percurso acadêmico e por isso a necessidade de estar em processo terapêutico. Medos foram fundamentais para mim, nas desconstruções e construções que foram se refazendo neste período.

Durante a graduação aprendemos técnicas, modos de se portar, modos de como agir com cada paciente. Do quanto se faz importante termos a afetação durante o processo terapêutico, com aquele sujeito. São ensinamentos que chegam até a confundir nossas cabeças, porém quando entramos para a prática, enxergamos que tudo está conosco e que cada um de nós tem seu modo de conduzir cada sessão. Não deixando de ser quem somos, mais melhorando e aprendendo a cada dia com aquele paciente/cliente que vem ao nosso encontro. E quando eles se dão conta de que tudo estava ali, consigo mesmo, só que de uma forma desorganizada e que a nossa “ajuda” chega a ser pouca, diante das suas percepções como um Ser, isso enquanto estagiária me alegra, mesmo quando o processo de percepção de si é demorado.

O mais importante aprendizado é o quão válido é a escuta e o saber escutar, aquela dor, sofrimento, angustia, alegria. Saber ter ouvidos para escutar e entrar em contato realmente com aquele paciente e o que ele traz para nós. E que mesmo repetindo as falas dos nossos pacientes, mesmo perguntando para eles na perspectiva de um “entender melhor”, o quanto é rico para ele escutar a sua própria fala e algumas perguntas, vemos que contribuímos para a construção desse sujeito como pessoa.

REFERÊNCIAS

ANGERAMI, Valdemar Augusto. **Psicoterapia Existencial**. 2. Ed. São Paulo: Pioneira, 1993.

EWALD, Ariane P. **Fenomenologia e existencialismo**: articulando nexos, costurando sentidos. Estud. pesqui. psicol., Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, ago. 2008.

FORGUIERI, Yolanda Cintrão. **Psicologia Fenomenológica**: Fundamentos, métodos e pesquisas. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2002. 81 p.

HOLANDA, Adriano. **Fenomenologia, Psicologia e Psicologia Humanista**: Inserção da fenomenologia no contexto da psicologia. Estudos de Psicologia, São Paulo, v. 2, n. 14, p. 33-46, maio 1997.

PENHA, João da. **O que é existencialismo**. São Paulo: Editora Brasiliense S.a., 2001.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Gestalt-terapia**: Refazendo um caminho. São Paulo: Summus, 1985.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Vade Mecum de Gestalt terapia**: conceitos básicos. São Paulo: Summus, 2006.

RODRIGUES, Hugo Elido. **Introdução à gestalt-terapia**: conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica. 8. ed. Petrópoles, RJ: Editora Vozes, 2011.

SARTRE, Jean-paul. **O existencialismo é um humanismo**. Paris: Nagel, 1970.