



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

DAIANE BOTTEGA TONEL

**A TOMADA DE CONSCIÊNCIA ENQUANTO FACILITADORA DA
EXPRESSIVIDADE: UMA VISÃO GESTÁLTICA.**

NATAL/RN

2017

DAIANE BOTTEGA TONEL

**A TOMADA DE CONSCIÊNCIA ENQUANTO FACILITADORA DA
EXPRESSIVIDADE: UMA VISÃO GESTÁLTICA.**

Relatório final para a 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 MSc Mariana Cela.

NATAL/RN

2017

DAIANE BOTTEGA TONEL

**A TOMADA DE CONSCIÊNCIA ENQUANTO FACILITADORA DA
EXPRESSIVIDADE: UMA VISÃO GESTÁLTICA.**

Relatório final para a 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 MSc Mariana Cela

Orientadora

Psicóloga Marina Furtado Mendes de Assis

Leitora convidada

Prof.^a Rocelly Dayane T. da Cunha

Coordenadora do curso de Psicologia

AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus por guiar e iluminar os meus caminhos, fornecendo forças para enfrentar as dificuldades.

Agradeço aos meus pais por tudo que fizeram e fazem por mim, por me apoiarem e acreditarem no meu sonho.

Agradeço aos meus irmãos pela amizade e companheirismo.

Agradeço ao meu esposo pelo apoio, carinho e colaboração, por não medir esforços em me ajudar na concretização desta etapa. Muito obrigada por compartilhar comigo este momento de extrema importância.

Agradeço ao meu gato de estimação pela companhia no período em que estive só nesta cidade, bem como, durante a elaboração deste trabalho.

Agradeço à minha colega e amigona Joana, pelo acolhimento, ajuda, amizade e parceria. Minha caminhada tornou-se mais leve e significativa com a sua companhia.

Agradeço à minha orientadora Mariana, pela atenção, ensinamentos, paciência, por estar disponível para me escutar, acalmar e me incentivar no momento em que estive desaminada. Agradeço, também, por despertar em mim o amor pela Gestalt-terapia.

Agradeço ao meu grupo de trabalho da faculdade: Joana, Juliana, Jordana, Maria Luiza e Monica pelas trocas.

Agradeço ao meu grupo de supervisão pelo companheirismo, trocas e lanches coletivos.

Agradeço à minha colega e amiga Lizandra, por ter me ajudado quando precisei.

Agradeço a todos os colegas, de Santa Maria-RS e de Natal-RN, os quais tive o privilégio de conhecer durante o percurso acadêmico, pela receptividade e acolhimento.

Agradeço a todos os professores do curso por compartilharem tanto conhecimento e experiências, isso enriqueceu o meu aprendizado.

Agradeço à coordenação do curso de psicologia e a instituição pela hospitalidade.

Por fim, a todos aqueles que de alguma forma ou outra cruzaram na minha caminhada, contribuindo direta ou indiretamente na minha formação profissional e no meu crescimento pessoal, meu muito obrigada.

"A persistência é o caminho do êxito".

(Charles Chaplin)

RESUMO

Para obter o título de psicólogo, além das aulas teóricas assistidas durante os cinco anos do curso de graduação, é necessário realizar o estágio. No decorrer do percurso acadêmico, o aluno de psicologia realiza escolhas, no que diz respeito as abordagens psicológicas e ao campo de estágio. Assim, esse trabalho tem como propósito apresentar um estudo de caso elaborado através dos atendimentos na clínica escola do Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN) com ênfase no arcabouço teórico da Gestalt-terapia. Para tanto, se tem como meta descrever os pressupostos filosóficos e alguns dos principais conceitos da abordagem gestáltica. O caso escolhido proporciona reflexões sobre a tomada de consciência, em que o cliente começa a se dar conta de suas necessidades, passa a se perceber como um ser que pode encontrar meios para se expressar, mediante a sua capacidade em realizar escolhas e de se ajustar criativamente as situações. Diante disso, por intermédio da visão de homem da Gestalt-terapia, pretende-se descrever as principais intervenções utilizadas nos atendimentos clínicos com um adolescente, apontando as intervenções e os avanços percebidos durante o acompanhamento psicoterapêutico.

Palavras-chave: Gestalt-terapia. Expressar. Tomada de consciência. Possibilidades.

ABSTRACT

To obtain the title of psychologist, in addition to the theoretical classes assisted during the five years of the undergraduate course, it is necessary to carry out the internship. In the course of the academic course, the student of psychology makes choices, regarding the psychological approaches and the field of internship. The purpose of this paper is to present a case study elaborated through attendance at the clinical center of the University Center of Rio Grande do Norte (UNI-RN), with emphasis on the theoretical framework of Gestalt therapy. It aims to describe the philosophical assumptions and some of the main concepts of the Gestalt approach. The chosen case provides reflections on the awareness, in which the client begins to realize their needs, begins to perceive himself as a being who can find ways to express himself through the ability to make choices and to adjust creatively to the situations. Therefore, through the Gestalt-therapy concepts of men and world, we intend to describe the main interventions used in clinical consultations with an adolescent, pointing out the interventions and the advances perceived during the psychotherapeutic follow-up

Keywords: Gestalt-therapy. Express. Awareness. Possibilities.

SÚMARIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	11
2.1 A FENOMENOLOGIA	11
2.2 O EXISTENCIALISMO	12
2.3 O HUMANISMO	14
2.4 A GESTALT- TERAPIA	15
2.5 CONCEITOS FUNDAMENTAIS	17
2.5.1 Ajustamento criativo.	17
2.5.2 Autorregulação organísmica.....	18
2.5.3 Contato.....	19
2.5.4 Awareness.....	19
2.5.5 Aqui-agora.....	20
2.5.6 Figura e Fundo	20
2.5.7 Experimento	21
3 CONTEXTUALIZAÇÃO DO ESTÁGIO.....	22
4 ESTUDO DE CASO CLÍNICO	23
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	31
REFERÊNCIAS.....	32

1 INTRODUÇÃO

Durante a graduação em psicologia, o estudante vai adquirindo conhecimento sobre as abordagens psicológicas, as quais possuem visões de homem e de mundo que norteiam os atendimentos e proporcionam sustentação à prática do psicólogo. No caso da Gestalt-terapia, uma dessas abordagens, seu olhar, de forma sucinta, está direcionado em compreender o homem como um ser que está sempre em um processo de transformação. Ele é visto como um ser livre, que dispõe dessa liberdade para poder realizar escolhas que fazem sentido para si, ao mesmo tempo, se responsabilizando pelo seu fracasso ou sucesso, além do mais, ele é entendido como um ser que dispõe de um potencial para ajustar-se criativamente diante de novos acontecimentos.

Assim, mediante essa perspectiva teórica, decorreu o estágio na clínica escola do Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNIRN), através de plantões e de atendimentos psicológicos a adolescentes e adultos, sob a supervisão da professora Mariana Cela. Dentre os clientes em acompanhamento psicológico, um foi escolhido para a elaboração de um estudo de caso, com o propósito de apresentar as contribuições que a abordagem gestáltica pode proporcionar ao mesmo.

Para isso, ao longo deste trabalho, será exposto algumas das influências filosóficas e os principais conceitos teóricos que possibilitam entender a visão de homem da abordagem, a qual, além das filosofias e teorias de base, detém de influências da vida pessoal de Friederich Salomon Perls (Fritz Perls), um de seus fundadores. Desse modo, a união desses, culmina em uma sustentação teórica à Gestalt-terapia, permitindo efetivar a atuação na clínica psicológica.

No primeiro momento é descrita a fenomenologia que dentre as diversas contribuições, encontra-se a redução fenomenológica, através da qual será possível voltar-se ao fenômeno, isto é, à experiência pessoal do cliente, dado que, somente ele possui conhecimento sobre suas vivências. Então, para poder escutar e compreender o cliente, é necessário estar em redução fenomenológica, buscando entender como ele está reagindo ante as questões de sua vida e como ele é afetado pelos acontecimentos.

Posteriormente, o existencialismo, que vê o sujeito como um ser livre, possuindo a responsabilidade frente suas escolhas. E o humanismo mediante o qual

a Gestalt-terapia concebe o homem como um ser que dispõe de um potencial para se autorregular, ou seja, acredita que o sujeito mesmo estando diante de situações dolorosas, tem a capacidade de organizar-se, ajustando-se criativamente às novas situações. Por fim, é apresentada a Gestalt-terapia e alguns de seus principais conceitos teóricos.

À vista disso, este trabalho tem como objetivo realizar um estudo de caso clínico, por meio de uma visão fenomenológica-existencial, a luz da Gestalt-terapia. O caso escolhido proporciona reflexões sobre o cliente tomar consciência de si, percebendo suas necessidades, bem como, as possibilidades existentes para se expressar e a sua liberdade em realizar escolhas.

Então, os atendimentos psicológicos, objetivaram ampliar essa percepção do sujeito para que ele voltasse o olhar para si, num fluxo que teve com intenção provocar o autoconhecimento e a visualização de novas possibilidades, a fim dele perceber outros meios para solucionar os conflitos e de ter a chance de se ajustar criativamente. Para isso, o cliente foi acolhido empaticamente, considerando sua subjetividade e singularidade

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Neste tópico serão apresentados os pressupostos filosóficos (fenomenologia, existencialismo e humanismo) os quais proporcionam sustentação a prática clínica da Gestalt-terapia, oferecendo subsídios para compreender a visão de homem da abordagem. Posteriormente, é apresentada a Gestalt-terapia e alguns de seus principais conceitos teóricos.

2.1 A FENOMENOLOGIA

O movimento fenomenológico foi fruto da inquietação de Edmund Husserl (1859-1938), matemático por formação, em fundamentar a filosofia cientificamente. Sua preocupação era com o método, desse modo, acreditava que a filosofia deveria ser tão rigorosa quanto a matemática. Por isso, Husserl criticou as teorias positivistas, as quais estavam voltadas para a objetividade, como se a realidade fosse apenas o que era percebido. Para ele, a subjetividade não poderia ser ignorada, então era necessário criar um método para aquilo que se desejava conhecer (PENHA, 2001). Conforme Rodrigues (2011) Husserl queria chegar a um conhecimento verdadeiro, que não despertasse qualquer dúvida a seu respeito, para tanto, recorreu às teorias que eram dirigidas à realidade que estava se mostrando, isto é, ao fenômeno.

Para Rehfeld (2013) praticar fenomenologia significa estudar os fenômenos, ou seja, é um estudo “daquilo que é dado à consciência” (p.28). Husserl compreendia a consciência como uma dinâmica que ocorre entre homem e objeto, a partir da qual, o ser vai adquirindo sentido e valor.

Diante disso, ele adota o conceito de intencionalidade¹, característica primordial da consciência. É por meio dessa intencionalidade que um objeto vai se constituir naturalmente na consciência. Para Husserl, a consciência é ativa porque está constantemente atribuindo sentido às coisas. Portanto, a consciência sempre será consciência de alguma coisa no mundo, ela existe tendo em vista algo (PENHA, 2001).

Então, para mostrar sua atividade a consciência volta-se aos objetos de

¹ Intencionalidade- a noção de intencionalidade da consciência Husserl aderiu de Franz Brentano (EDWALD, 2008).

forma diferente, como, por exemplo, através da intuição, da percepção, da memória, da imaginação, de sentimentos ou por via de um sonho. Ou seja, a consciência será sempre “consciência no mundo e vincula-se a ele por meio do corpo. Com efeito, é pela mediação desse mesmo corpo que podemos nos relacionar com as coisas e com os outros seres humanos” (REHFELD, 2013. P. 29).

Nesse sentido, o ser humano ao estar inserido no mundo, vai estar sempre em contínua relação e interação com o mesmo. Por conta disso, o ser permanece diante de inúmeras possibilidades que é a sua existência. Assim, o ser humano, segundo Heidegger (1988, apud RODRIGUES, 2011, p. 55) “é um ser-no-mundo”, o que implica dizer que esse ser não pode ser considerado sem o mundo ao qual pertence, já que, é nessa relação que vai existir a experiência.

Dessa forma, é através da fenomenologia que o fenômeno será investigado, mediante a uma relação pré-reflexiva, sem estipular hipóteses a seu respeito, tendo como objetivo retornar às coisas mesmas (REHFELD, 2013). Contudo, para efetivar esse retorno às coisas mesmas, descrever a experiência do modo como ela se apresenta e desvendar o fenômeno, é necessário reduzir, ou seja, estar em redução fenomenológica², que implica colocar entre parênteses a realidade e suspender qualquer juízo prévio a respeito das coisas que o cerca (RIBEIRO, 2012).

A pretexto disso, a Fenomenologia passou de um meio de acessar e conhecer o mundo, para um movimento fenomenológico, cujo, os pensadores desejavam conhecer sobre o objeto a ser estudado mediante uma nova atitude: a atitude fenomenológica, a qual passou a ser um dos principais fundamentos da prática fenomenológica (EWALD, 2008).

2.2 O EXISTENCIALISMO

O termo, existencialismo, vem da palavra *existência* que significa surgir, exhibir, um movimento para fora. Nessa perspectiva, o existencialismo é toda filosofia que trata diretamente da existência humana, considerando sua particularidade, individualidade e concretude (PENHA, 2001). Ou seja, o homem é visto como um ser totalmente livre que possui a responsabilidade de construir a sua existência. Ele aparece no mundo com um ser em particular, que não foi previamente definido, mas

² Redução fenomenológica- conceito descrito por Husserl, citado por Ribeiro (2012).

que vai construindo a sua existência por meio de suas escolhas, ou seja, não é igual a uma semente que já traz consigo o que já foi determinado ao seu ser, o homem, por sua vez, é visto como aquele que tem a liberdade para poder escolher a sua essência e o seu projeto de vida (CARDOSO, 2013).

O movimento filosófico existencialista emergiu na França após a segunda guerra mundial, logo propagou-se pelo continente europeu, espalhando-se por todo o mundo. Isso foi motivado por conta de um sentimento de desespero e desânimo que abarcou principalmente os jovens, que desenvolveram uma descrença quanto as capacidades do ser humano em solucionar problemas (PENHA, 2001). Os pensadores passaram a desconfiar que a racionalidade defendida até o momento, fosse a única forma de resolver os problemas que a sociedade estava vivenciando, surgindo, assim, “reflexões sobre o homem e o seu modo próprio de ser no mundo propostas por Soren Kierkegaard, Martin Heidegger, Jean-Paul Sartre, entre outros” (CARDOSO, 2013, p. 59).

A primeira etapa da história do existencialismo foi marcada pelo pensamento de Soren Kierkegaard (1813-1855) a qual remetia a uma experiência singular e individual (EWALD, 2008). Kierkegaard foi considerado o precursor do existencialismo, seu olhar estava voltado ao homem singular. Para ele, o sujeito tem que estar frequentemente fazendo escolhas e decidindo o que vai fazer ou ser, sendo impossível fugir da liberdade dessa escolha (PENHA, 2001).

Heidegger, por sua vez, demonstrou interesse pela existência humana e os problemas dela provenientes. Então, ele estudou o Ser, o sentido do Ser. Dentre as contribuições, ele nomeou o *Dasein* como “o ser que se encontra aí, é o ente, é tudo aquilo de que falamos, é o ser singular concreto, é o *ser-aí*” (PENHA, 2001, p. 29). Nesse sentido, o *Dasein* é o homem, é o ser que somos, um ser que não possui determinações, sendo exclusivamente destinado a ser livre, é aquele que vive diante de infinitas possibilidades. Para Heidegger, somente o homem é capaz de existir, isso se dá, porque ele habita o mundo, constrói e é construído pelo mundo através do exercício de sua ontológica liberdade, já que as coisas apenas são, assim, por meio dessa existência o homem tem a possibilidade de ser quem ele quer ser.

Contudo, foi somente após a publicação da obra *O Ser e o Nada* (1943) da autoria de Jean-Paul Sartre (1905-1980), que o existencialismo conseguiu conquistar o seu pico (EWALD, 2008). Nessa obra Sartre apresentou suas teses básicas, como: A existência antecede a essência, essa existência é considerada

algo concreto e, a essência, abstrata. Através desse pensamento, primeiro o homem nasce, para depois ir se definindo, ou seja, desenvolvendo sua essência, a qual será resultado dos atos que ele faz de si mesmo, então, o homem é quem ele projeta ser, uma vez que é livre. Por consequência dessa liberdade o homem escolhe o que vai ser, se responsabilizando pelo seu sucesso ou fracasso, sem projetar a culpa nos outros (PENHA, 2001).

Diante disso, o mesmo autor traz que para o existencialismo “a liberdade é a capacidade do indivíduo de decidir-se sobre sua vida escolhendo-a e por ela se responsabilizando” (PENHA, 2001, p. 47). Porém, essa liberdade não é plena, ela é impedida pelas regras que são impostas pela sociedade, o que resulta, em determinadas ocasiões, em conflitos com o meio social em que vive, além do mais, o homem começa a dar-se conta das situações-limites que são o sofrimento, a guerra e a morte.

O homem, então, conscientiza-se das limitações impostas à livre manifestação de sua existência. Se a essência da liberdade é a escolha, e se a liberdade é o fundamento de todos os valores, isso implica sua defesa pelo homem. E ao defender a liberdade, o homem reconhece seu caráter universal, pois ao defendê-la, o faz para si e para todos os homens [...] Quando o indivíduo escolhe, atribui significado ao mundo que ultrapassa o simples ato de uma decisão individual. Ao escolher para si, escolhe também para os outros (PENHA, 2001, p. 47).

Para Cardoso (2013) o homem é livre, mas essa liberdade pode gerar angústia, isso decorre em razão dele viver em um mundo repleto de possibilidades, mas que não lhe proporcionam nenhuma segurança quanto a sua plena realização. Com base nessa mesma visão, Penha (2001) acrescenta que para Sartre o homem é angústia posto que está sempre diante de escolhas, escolhendo sua vida e seu destino, sozinho. Ele é condenado a ser livre, condenado porque não foi ele que se concebeu e, livre, uma vez que é responsável por seus atos.

2.3 O HUMANISMO

A corrente humanista surgiu no século XIII e XVI, criando alicerces mais tarde, no século XV e XVI, momento em que se expandiu por meio da cultura greco-romana. Foi através do humanismo que o homem conseguiu recuperar sua origem, sua natureza e seu destino, até então, mutilados pela visão religiosa que enxergava

o homem como um pecador que deveria ser punido (RIBEIRO, 2011).

Segundo Abbagno (2000 apud RIBEIRO, 2011, p. 80) existem alguns princípios que proporcionam compreender o olhar humanista, dentre eles:

- 1) O reconhecimento da totalidade do ser humano como ser formado de alma e corpo e destinado a viver no mundo e a dominá-lo; 2) Reconhecimento da historicidade do ser humano, de seus vínculos com o passado que, por um lado, servem para uni-lo a esse passado e, por outro para distingui-lo dele [...].

Conforme Japissu e Marcondes (1990, p. 124-4 apud KLYAN, 2006, p. 112) o humanismo é considerado uma “atitude filosófica que faz do homem o valor supremo, e que vê nele a medida de todas as coisas[...] define o homem como o ser que é o criador do seu próprio ser, pois o humano, através de sua história, gera a própria natureza”.

Logo, esse humanismo filosófico nas palavras de Klyan (2006, p. 98) traz a concepção do homem como centro, por entender que “o homem “existe” e as coisas “são””. Então, mediante o humanismo é possível perceber o mundo e a existência dispondo do homem como centro. Um ser que vive em busca de pelo seu reconhecimento enquanto pessoa e em uma incessantemente procura por seu próprio sentido. Desse modo, a psicoterapia com cunho humanista vai se preocupar em valorizar o ser humano, objetivando trabalhar com o que de positivo a pessoa possui, fazendo com que o cliente tome posse de si e do mundo (RIBEIRO, 2012).

2.4 A GESTALT-TERAPIA

A Gestalt³-terapia teve seu início no ano de 1951 quando Frederick Perls, Paul Goodman e Ralph Hefferline publicaram a obra *Gestalt -therapy: excitement and growth in the human personality*, nos Estados Unidos. Anos mais tarde, no início da década 1970, ela começou a ser conhecida no Brasil. Porém, somente no ano de 1997 aconteceu a tradução para o português do livro Gestalt-Terapia. No Brasil, o que fez atrair inúmeros interessados em estudar a nova abordagem foi a visão de mundo e de homem, e a forma horizontal na relação terapêutica (FRAZÃO; FUKUMITSU, 2013).

³ ³Gestalt- Palavra alemã que não possui tradução literal para a língua portuguesa. Possui como sentido “forma”, “figura”. Assim, o sentido geral, mesmo sem a tradução, se remete a configuração-uma organização específica de partes que constitui um todo particular (RODRIGUES, 2011, p.190).

Ela é fundamentada por um vasto campo teórico que é composto por filosofias e teorias de bases. Dentro das filosofias, encontram-se: A fenomenologia, o existencialismo e o humanismo. E nas teorias: A psicologia da Gestalt, a teoria organísmica de Goldstein, a teoria de campo de Lewin e a teoria holística. Abordagem também recebeu influências da vida pessoal de Perls, um dos seus fundadores (RIBEIRO, 2011).

A Gestalt-terapia nas palavras de Pinto (2009, p. 12) é uma teoria da personalidade que faz parte da terceira força da psicologia, a humanista. Possui como fundamento compreender o homem como um ser total e integrado, “uma unidade indivíduo-meio e uma unidade de passado, presente e futuro, pois, para a abordagem gestáltica, o aqui-agora é o tempo e o lugar em que as modificações podem ocorrer”. Então, ela vai enxergar o positivo e o belo do ser humano, com um olhar direcionado para o criativo, que é transformador, concebendo ao sujeito novas possibilidades, como, a de, no decorrer na psicoterapia, o cliente poder apoderar-se da consciência e daquilo que ele possui de melhor em si e do mundo.

Por intermédio da influência que obteve do existencialismo, a Gestalt-terapia entende o cliente como um ser livre, que dispõe de poder sobre si e sua existência. Desse modo, a abordagem gestáltica vai atribuir grande importância para as escolhas que o sujeito realiza (PINTO, 2009). Compreendendo que cada pessoa é responsável por determinar a sua vida, através de suas escolhas. Essa responsabilidade é sobre aquilo que é possível o cliente fazer diante do que está disponível no campo em que vive. Além disso, ela detém uma visão otimista do homem, acreditando que ele possui capacidade para atingir os seus desejos e de viver tranquilamente, tendo que se responsabilizar por isso. Então, no processo terapêutico, o terapeuta vai trabalhar visando mostrar ao cliente que ele é responsável pelas escolhas que exerce (RODRIGUES, 2011).

Ademais, a Gestalt-terapia entende esse homem como um ser de fronteira, ou seja, como aquele que vive em comunidade, que entra em contato com outras pessoas para poder se tornar a si mesmo, não deixando de ser quem ele é. Isso porque, é na fronteira que a experiência acontece, permitindo constituir-se de si mesmo sem anular-se e sem anular o outro, o que proporciona encontrar a diferenciação e a união, podendo viver sempre aberto ao que é novo. Além do mais, o homem é um ser singular que vive em um contínuo processo de crescimento. Também é um ser aberto por estar sempre se transformando, atualizando e se

realizando criativamente (CARDELLA, 2013).

Nesse sentido, o Gestalt-terapeuta compreende “a existência como um fluxo contínuo de transformação e crescimento, dado a partir do contato do campo organismo/ambiente” (ALVIM, 2013, p.13), isto é, o homem é visto como um ser-no-mundo, que age ativamente sobre o mundo, transformando e sendo influenciado por ele. Logo, o indivíduo não pode ser concebido separadamente, uma vez que, ele está inserido em um contexto, no qual existem forças que estão atuando e lhe atingindo como um todo (RODRIGUES, 2011).

Esses entendimentos embasam os atendimentos clínicos, uma vez que, conforme Cardella (2013, p. 110)

A concepção de ser humano do psicoterapeuta está presente no processo terapêutico e norteará suas intervenções, ainda que de forma implícita, e quanto mais coerente for a estrutura de pensamento da abordagem e com as atitudes terapêuticas dela decorrentes mais integrado e fecundo será o trabalho.

Portanto, a visão de homem do Gestalt-terapeuta é muito importante porque ela vai nortear a prática, pois de acordo com Delacroix (2008 apud CARDELLA, 2013) a Gestalt-terapia tem esperança no ser humano, crendo que é possível o sujeito deslocar-se do que é trágico, de falências, da sua condição de errante, para seguir em direção da integração, da oportunidade de renascer, de transformar-se e crescer, apoiando-se na sua condição humana, que pode ser instável, precária e incompleta.

2.5 CONCEITOS FUNDAMENTAIS

Serão descritos alguns conceitos utilizados pela Gestalt-terapia: ajustamento criativo, autorregulação orgânica, contato, *awareness*, aqui-agora, figura-fundo e experimentos, os quais auxiliam na compreensão do processo psicoterapêutico.

2.5.1 Ajustamento criativo

Ajustar-se criativamente significa “imprimir sua marca nos acontecimentos da vida, ‘pessoalizando-a’, tornando-a própria, atualizando as potencialidades singulares, presentificando-as na interação com o mundo” (CARDELLA, 2013, p.

113), ou seja, é viver interagindo com os outros, criando e se apropriando de recursos, sempre se percebendo como o responsável pelo seu destino, já que o homem é livre para escolher e responsável em como vai viver as experiências, dando-lhe sentidos ou não. O ajustamento criativo é o sujeito ser capaz de se reposicionar singularmente do que é tradicional, recriando-o. O ajustamento quando não é criativo faz com que o sujeito se adapte, se acomoda e cristaliza. (CARDELLA, 2013).

Diante disso, Perls, Hefferline e Goodman (1997, p. 44) nos dizem que a “criatividade e ajustamento são polaridades, são mutuamente necessários. Espontaneidade é apoderar-se, crescer e incandescer com o que é interessante e nutritivo no ambiente” (p.44). Nesse sentido, o sujeito quando consegue se ajustar por meio de sua criatividade, ele consegue crescer, se esse ajustamento foi sem criatividade faz com que o sujeito se adapta.

2.5.2 Autorregulação organísmica

Na Gestalt-terapia o homem é visto como totalidade unificada, como um ser que pode se autorregular, por meio da interação com o meio. Para ela, o sujeito cresce através da autorregulação organísmica, um processo que tem como meta satisfazer suas necessidades, através do equilíbrio entre corpo organismo/meio, para chegar a essa autorregulação, existem meios, como a formação de Gestalt⁴, a *awareness* e o contato (CARDELLA, 2013).

Diante disso, Ribeiro (2006, p. 56) nos diz que:

Autorregular-se significa respeitar a totalidade funcional do organismo, significa olhar-se e comportar-se como um todo organizado e eficiente, significa privilegiar as necessidades que gritam dentro de nós para ser saciadas ou satisfeitas, significa olhar-se como uma pessoa inteira no mundo, significa prestar atenção aos infinitos pedidos de socorro que o corpo emite e pensar que o alimento pode ser encontrado, sempre, dentro da própria pessoa, sem perder seu aspecto relacional no mundo.

Então, ainda segundo o autor, a autorregulação organísmica se refere a autorregulação do próprio organismo, que está desregulado devido a exigências de

⁴ Formação de Gestalt- Compreendida como a configuração de sentido que emana da interação entre organismo e meio; sujeito e mundo compondo uma estrutura significativa e plástica (ALVIM, 2013, p. 15).

forças e habilidades sofridas, das quais ele não estava preparado para lidar, necessitando se autorregular naquela situação.

2.5.3 Contato

Na abordagem gestáltica o contato é visto como uma forma de integração que ocorre entre o sujeito e o ambiente, através da qual, o homem transforma-se e transforma o ambiente (PERLS; HEFFERLINE; GOODMAN, 1997). Então, ele é o modo para que ocorra a transformação e a mudança, já que é por intermédio do contato com o outro que é possível se perceber como um ser existente, se individualizando, para então ser reconhecido, esse contato acontece no campo, que é delimitado por fronteiras e contornos. Essa fronteira é o lugar de encontro daquilo que é diferente (RIBEIRO, 2007).

Existem diversos recursos que facilitam ao sujeito realizar o contato com o mundo e se expressar, o olfato, o paladar, o tato e a audição, são exemplos. Mas também, “o movimento do corpo -espreguiçar-se, caminhar, gritar, etc. – e falar- a voz e sua musicalidade, expressividade, a linguagem, e sua diretividade e vigor” são funções de contato consideradas por Polster e Polster (1979 apud RODRIGUES, 2011, p. 63).

Portanto, é mediante ao contato que as diferenças podem ser percebidas, e é por meio dele que é possível ter a experiência, além do mais, ele é condição para acontecer a mudança e o crescimento, e uma possibilidade para que aconteça atualização e transformação (CARDELLA, 2013).

2.5.4 Awareness

A *awareness* é um conceito de extrema importância para a Gestalt-terapia. Sua tradução do inglês para o português remete a “consciência”, porém, ela não equivale a representação ou conhecimento, para a abordagem ela possui um sentido próprio, sintetizado como o saber da experiência. Desse modo, ela é concebida como um fluxo que se processa na experiência aqui-agora por meio do contato como a novidade, ou seja, ela vai envolver contato, sentimento e formação

de *gestalten*⁵. Assim, o processo terapêutico possui como objetivo restaurar esse fluxo de *awareness* (ALVIM, 2013).

Na apresentação do Livro Gestalt-terapia de Perls, Hefferline e Goodman (1997), Frazão nos diz que é por meio da *awareness* que o cliente vai conseguir perceber o que está acontecendo consigo, no momento presente, já que ela “refere-se à capacidade de aperceber-se do que se passa dentro de si e fora de si no momento presente, em nível corporal, mental e emocional” (p.10).

2.5.5 Aqui-agora

A Gestalt-terapia foca seu trabalho no aqui-agora, ou seja, no presente, visando que o cliente aprecie e enxergue o que está disponível no momento, compreendendo que não tem como agir no passado e nem no futuro, somente no aqui-agora. Mas, isso não significa que o passado e o futuro sejam desconsiderados, ao contrário, a abordagem faz uso, mas no presente, assim, só é possível se ressentir ou exaltar de algo que já aconteceu, no presente, bem como, é necessário encontrar possibilidades de agir no aqui-agora, se preparar no momento atual, para realizar desejos e sonhos no futuro.

Então, ainda segundo o mesmo autor, por mais que o passado e o futuro tenham importância, não é possível manter-se neles, uma vez que, não se vive no passado e nem no futuro. Logo, é mediante a vivência no aqui-agora que o cliente descreve como está se sentindo e agindo, o que lhe permite entrar em contato com o momento presente e com as suas necessidades no aqui-agora.

2.5.6 Figura e Fundo

Segundo Perls (1977a, p. 90 apud RODRIGUES, 2011) a Gestalt-terapia relaciona à figura, ou seja, a experiência do primeiro plano, com o fundo. Dessa forma, é mediante ao conceito de figura-fundo que é possível falar em formação da realidade, onde a figura está presente em um fundo que lhe permite emergir. Por isso, no processo terapêutico, tudo aquilo que o cliente traz não pode ser compreendido separado, pois ele se revela de um fundo (RIBEIRO, 2012). Sempre

⁵ Gestalten-plural de Gestalt, na língua original (alemã) (RODRIGUES, 2011, p.191).

que uma necessidade aparecer ela será a figura em busca da sua completude, mas quando não é possível concretizar essa necessidade, o sujeito permanece diante de uma situação inacabada⁶ (RODRIGUES, 2011).

2.5.7 Experimento

Segundo Figueiroa (2013) o terapeuta aproveita o que se apresenta na situação terapêutica como uma forma de desenvolver a *awareness* da experiência do cliente. Para tal, utiliza-se o experimento, o qual se constitui por meio do surgimento de uma figura na situação, ou seja, o experimento na Gestalt-terapia vai ser sempre original, pois vai emergir da situação e, a partir dela, envolver o cliente. Ao surgir um tema, o terapeuta convida o cliente para fazer o experimento, sugerindo uma experiência, nutrindo como objetivo explorar mais o tema, a fim de não ficar apenas no que foi falado. Desse modo, o experimento deve:

[...] estar sempre a serviço do processo terapêutico do cliente, isto é, promovendo *awareness*, contato e fluidez na formação de Gestalten. Uma vez que ativados esses elementos, os ajustamentos criativos são inevitáveis, pois a todo contato realizado a configuração muda e terapeuta e cliente já não são os mesmos (FIGUEIROA, 2013, p.106).

Diante disso, Rodrigues (2011) diz que ao propor um experimento o terapeuta possui como meta proporcionar um aumento da “capacidade do indivíduo de estar conciso no seu momento existencial e emocional” (p.85) de modo a ampliar a maneira com a qual o cliente entra em contato com o seu contexto, objetivando que ele realize novas escolhas.

⁶ Situação inacabada: Toda experiência fica suspensa até que a pessoa a conclui [...] embora se possa tolerar uma quantidade considerável de experiências inacabadas, estes movimentos não completados buscam um complemento e, quando se tornam suficientemente poderosos, o indivíduo é envolvido por preocupações, comportamentos compulsivos, cuidados, energia opressiva e muitas atividades autofrustrantes [...] Uma vez que a finalização foi alcançada o que pode ser experienciada plenamente no presente, a preocupação com o antigo não completamente é resolvido e a pessoa pode caminhar para as possibilidades atuais” (POLSTER, 1979^a, p. 49 apud RODRIGUES, 2011, p. 194).

3 CONTEXTUALIZAÇÃO DO ESTÁGIO

O estágio foi realizado na Clínica Integrada do UNIRN sob a supervisão da professora Mariana Cela, utilizando o arcabouço teórico da Gestalt-terapia, por meio de sua visão fenomenológica-existencial. O estágio supervisionado na clínica é uma oportunidade para ampliar o conhecimento adquirido durante as aulas teóricas, por intermédio da prática, além disso, é de suma importância porque é por meio dele que poderei aperfeiçoar a minha escuta clínica.

A clínica do UNI-RN oferece atendimento humanizado para a população por meio de diferentes especialidades, são elas: Educação Física, Enfermagem, Fisioterapia, Nutrição, Psicologia e Serviço Social. Os serviços são oferecidos a um custo social, que leva em consideração a situação financeira do cliente. Na psicologia os valores cobrados podem custar até quinze reais por atendimento.

Para isso ser possível, a clínica possui uma estrutura que é voltada para o atendimento de todas as demandas, para tal, ela dispõe de elevador e banheiros adaptados para as pessoas com deficiência. Ela também detém de um ótimo espaço voltado para os estudantes de psicologia, oferecendo sete salas para atendimento individual, duas para ludoterapia, uma para plantão psicológico, sala de multiuso, grupos e para supervisões. As salas de atendimentos para adultos são compostas por de duas poltronas e uma mesinha, todas as salas são climatizadas.

Como terapeuta desfrutei da possibilidade de escolher qual a faixa etária desejava atender, diante disso, escolhi atender adolescentes e adultos. Esses atendimentos foram realizados semanalmente, através do acolhimento ao cliente, compreendendo-o empaticamente, considerando sua subjetividade e singularidade, proporcionando-o se conhecer melhor e de reconhecer que possui responsabilidades frente as suas escolhas, bem como, de ampliar o seu olhar para enxergar novas possibilidades diante dos conflitos que possam surgir no cotidiano, encontrando formas de se ajustar criativamente. Para isso, respeitei o código de ética profissional do psicólogo, zelando pelo sigilo profissional e pelo cumprimento dos de mais artigos descritos no código.

4 ESTUDO DE CASO CLÍNICO

Durante o nono e o décimo período do curso de graduação em Psicologia, foi realizando o estágio supervisionado na clínica integrada do UNI-RN, o qual permitiu entrar em contato com a prática, por meio da psicoterapia individual a uma adolescente e quatro adultos. Entre os clientes atendidos, um foi escolhido para ser explanado neste trabalho de conclusão de curso (TCC). O caso é de Fernanda (nome fictício) uma adolescente de 13 anos, estudante, atualmente reside com a mãe e o padrasto, com os quais possui uma boa relação. A mesma foi acompanhada no período de maio a novembro, totalizando 19 sessões com a adolescente e 3 com a responsável.

O primeiro contato foi com a mãe de Fernanda, Marta (nome fictício), com o objetivo de conhecer um pouco sobre a cliente e a dinâmica familiar, de oferecer um espaço de escuta e acolhimento e, explicar como funcionaria o processo psicoterapêutico. Na ocasião, ela falou do interesse da filha em ir ao psicólogo, pois, em determinados momentos, apresentava uma relação conflituosa com o pai, por ele lidar de uma maneira “impulsiva” (sic) perante a algumas situações, o que lhe causava medo. A filha sempre morou com a mãe, já que seus pais se separaram quando ela era bebê, porém, continuou tendo contato com o pai. Após realizada a escuta, foi explicado a Marta os pontos do contrato terapêutico, ela leu e assinou o termo de autorização.

Segundo Cornejo (2001 apud ZANELLA; ANTONY, 2016) a primeira sessão é realizada com o responsável, com o propósito de ouvir os motivos da consulta, depois disso, é marcado com o adolescente, porém, em alguns casos, o adolescente pode ser escutado primeiro, se esse for seu desejo. As autoras complementam dizendo que não há um padrão adotado na prática clínica em Gestalt-terapia, mas é importante olhar como eles chegam na sessão, pois ela pode revelar a configuração familiar.

Na semana seguinte, no atendimento a Fernanda, foi possibilitado a ela escolher em qual sala gostaria de ser atendida ao longo dos encontros, a de ludoterapia ou a de atendimento a adultos, optou pela de atendimentos a adultos. Naquele dia, ela expressou os motivos que a levavam até a terapia, relatando os conflitos que ocorriam com o pai, sua dificuldade em expor o que sentia a ele, por ter medo de sua reação. Os conflitos eram, geralmente, direcionados as cobranças do

pai, por exemplo, montar um horário de estudos para ela que durava a tarde toda, e de como ele reagia quando ela tentava contar alguma coisa do dia-a-dia, mas ele não aprovava. Pai e filha começaram a ter um contato mais próximo a cerca de um ano, quando ele voltou a residir em Natal, passando a buscá-la na escola. Quando questionada de que ela tinha medo, respondeu, que era dele *“discutir ou brigar e isso me deixa tensa sempre que ele me busca na escola” (sic)*.

Depois da escuta, foi conversado sobre o sigilo, proporcionando um espaço para que a cliente se sentisse à vontade para falar o que desejava ou ficar em silêncio. Foi apresentado o contrato terapêutico, explicando sobre atrasos, faltas, o horário e duração do tempo de sessão, e da disponibilidade da terapeuta em estar ali para compreendê-la, ajudá-la e de trabalharem juntas.

Nesse sentido, conforme nos diz Pinto (2009, p. 44) a psicoterapia pode ser compreendida como:

o encontro entre duas pessoas, o terapeuta e o cliente, com o propósito de compreender a vida vivida do cliente visando facilitar a recuperação da qualidade do contato, da vivacidade, do ritmo e da abertura do cliente para a vida. A psicoterapia favorece alternativas para avaliar pontos de vista, percepções e posturas que afetam os sentimentos e comportamento do cliente.

Fernanda estava entrando em uma fase do desenvolvimento que pode trazer alguns questionamentos, além da busca pela autonomia, da identidade, da identificação com o grupo, entre outros. Porém, a adolescência de Fernanda era só dela, singular, era ela quem detinha o conhecimento de suas angústias e conflitos. Por isso, era necessário estar disponível para compreender o que Fernanda estava vivendo e sentindo, e como era aquilo para ela.

Durante o processo psicoterapêutico, foi investigado como ela se sentia por não conseguir conversar sobre alguns assuntos com o pai, do medo que expressava e quais as possibilidades que visualizava para se aproximar dele, já que essa era sua vontade. A Gestalt-terapia é ligada ao que o cliente fala e o que quer. Nesse sentido, o Gestalt terapeuta vai agir e compreender a realidade com base nas necessidades do cliente (RIBEIRO, 1994). Para isso, era necessário enxergar “as coisas a partir delas. Do que elas nos oferecem e não a partir do que esperamos delas, tirando delas ou pondo nelas o que não lhes pertence” (RIBEIRO, 2011, p. 67), ou seja, entender como era o medo para Fernanda, o que ela sentia fisicamente

e psicologicamente.

Ainda nas primeiras sessões, Fernanda começou a relatar que estava conseguindo conversar um pouco com o pai quando ele a buscava na escola, também contou que havia tirado umas dúvidas com ele sobre a disciplina de História. Nesse dia, a cliente começa a perceber que existiam assuntos que eram do interesse dos dois.

Em um determinado encontro, a cliente disse estar preocupada com a possibilidade de tirar nota baixa em uma matéria e de como contaria isso ao pai. Foi sugerido um experimento, no qual, ela poderia utilizar aquele espaço do setting terapêutico para imaginar essa situação e representar, expressando o que gostaria de falar ao pai, ela olhou para uma parede e verbalizou sobre a nota.

De acordo com Figueiroa (2013) o experimento na Gestalt-terapia é original, surgindo da situação que o cliente está trazendo. Assim, o terapeuta aproveita a situação na tentativa de desenvolver a *awareness* do cliente, ou seja, convida-o para realizar o experimento como uma maneira de explorar mais o tema. Logo, por intermédio dele, o cliente tem a possibilidade de ampliar sua maneira de enxergar, experienciar e de se envolver inteiramente na sua situação presente, proporcionando-o realizar novas escolhas e oportunidades de se reequilibrar (RODRIGUES, 2011).

Então, mesmo brevemente, mediante o experimento, de imaginar a situação e de verbalizar sobre a nota, Fernanda foi capaz de entrar em contato com o que estava sentindo no aqui-agora. A vivência lhe trouxe tranquilidade, uma vez que ela estava preocupada com uma situação futura, que poderia ou não acontecer e, além do mais, permitiu minimizar o medo, percebendo que poderia dialogar com o pai sobre as matérias que apresentava dificuldade, como também, aquelas que tinha facilidade.

A Gestalt-terapia focaliza seu trabalho no aqui-agora, ou seja, no presente, pois é no aqui-agora que o cliente tem a possibilidade de agir (RODRIGUES, 2011). Sendo assim, as intervenções ao longo do processo psicoterapêutico possibilitavam a cliente refletir em coisas que ela poderia fazer no presente, suavizando a sua preocupação com eventos futuros.

Com o passar das sessões, Fernanda contou que esteve em um parque de diversões, ao chegar, ficou com medo de brincar em uns brinquedos radicais, mas, enfrentou. Foi questionado como era sentir medo e ter enfrentado. Respondeu que

no começo sentiu medo, porém, queria brincar. Com essa atitude a cliente entra em contato consigo, passando a se dar conta, ou seja, ficar *awareness* da sua vontade de brincar e do medo que sentia, e que existiam possibilidades, mas, dependia dela a escolha: enfrentar o medo ou perder a oportunidade de se divertir nos brinquedos.

Nesse sentido, com nos diz Frazão (1999, p. 28).

Awareness é a capacidade de aperceber-se do que se passa dentro e fora de si no momento presente, tanto a nível corporal quanto a nível mental e emocional. É a possibilidade de perceber, simultaneamente, o meio externo e interno, através de recursos perceptivos e emocionais, embora em um determinado momento alguma coisa possa se tornar mais proeminente.

A cada encontro era possível conhecer um pouco mais sobre o campo existencial da cliente, o que ela gostava de fazer, da escola, amizades, família e da sua identificação com algumas coisas que envolviam a arte, como, o desenho. Por conta disso, foi introduzido nas sessões lápis coloridos, papel e, em algumas sessões, jogos, visando proporcionar um ambiente mais acolhedor, favorecer o vínculo e permitir que ela se sentisse à vontade para falar, jogar ou desenhar/pintar.

Ao longo do processo, Fernanda fez três desenhos, e sempre se mostrava cuidadosa ao desenhar e pintar. O primeiro, ainda nas primeiras sessões, foi um rosto, quando questionada sobre o que ela havia desenhado respondeu que era *“um rosto de alguém que estava surpreso, mas era uma surpresa boa, pois a boca estava levemente sorrindo” (sic)*. No final da sessão, ela relatou que estava *“feliz” (sic)* e *“aliviada” (sic)*. As pessoas conseguem expressar o que sentem internamente no desenho, fazendo com que a energia que estava até então indiferenciada, fique mais clara a consciência (ZINKER, 2007).

O segundo foi uma Pantera em cima das montanhas. Ela falou que *“a pantera gostava de ficar naquele lugar por ser bom, tranquilo e agradável, sentia o vento bater no rosto” (sic)*. Por fim, enunciou que gostava de paisagens, de cachorros e gatos. Fernanda demorou alguns encontros para terminar a pintura, quando estava perto de finalizar, foi perguntado como estava o desenho naquele dia, ela respondeu que a *“pantera tem que ser forte e paciente para poder se reconciliar com o pai” (sic)*.

O fato da cliente pintar delicadamente, com cuidado, escolhendo as cores e demorando algumas sessões para finalizar, chamou a atenção. Então foi pontuado *“Aos poucos você está dando cor ao desenho, antes ele era só contornos, hoje, já*

possui várias partes pintadas, mas para isso, você precisou colorir”, essa intervenção visou mostrar a cliente que para o desenho estar ganhando cores, ela precisou fazer alguma coisa, do contrário permaneceria preto e branco.

Depois de algumas sessões, Fernanda finalizou o desenho, dizendo que ele poderia *“representar a relação minha e de meu pai, que aos poucos estamos nos aproximando, assim como a pintura aconteceu aos poucos (sic)”*. Segundo Zinker (2007) o desenho permite que a pessoa seja capaz de exteriorizar o que está sentindo internamente, até conseguir a satisfação e completude. Eles exibem:

as mesmas características de seus sentimentos variáveis: da fragmentação a fluidez, da fluidez a totalidade. [...] Os desenhos acabados, com exceção de seu valor estático, tornam-se uma configuração concreta de sua capacidade de se tornar um ser humano integrado (ZINKER, 2007, p. 281).

Por meio do desenho a cliente conseguiu expressar o que sentia, enquanto descrevia o desenho, tomava consciência que estava falando sobre as coisas que ela gostava de fazer e como se sentia no aqui-agora.

As intervenções realizadas durante o processo, também, permitiram a Fernanda tomar consciência de que se ela não expressasse o que estava sentindo ou pensando, seu pai não conseguiria saber, e que era possível enfrentar o medo, assim como fez no parque e no experimento. Então, no mesmo dia que finalizou o desenho da pantera, expôs que estava feliz, pois havia escrito uma carta ao pai, relatando a cerca de questões que sentia e gostaria de falar a ele, mas que, ainda não conseguia expressar verbalmente, acreditando que a carta poderia ser um meio para pai e filha se aproximarem.

Fernanda ao entrar em contato consigo ficou *aware*, isto é, consciente do medo e do desejo de expor o que sentia, então, tomou consciência de que poderia fazer alguma coisa para se aproximar do pai, ao se dar conta disso e realizar uma escolha, ela encontra um jeito para lidar com a situação, conseguindo se expressar por meio de uma carta, o que lhe permitiu ajustar-se criativamente, alcançando a autorregulação.

A cliente começa a revelar sua autonomia através de sua liberdade existencial em escolher o que fazia sentido para si, se responsabilizando por isso. O homem é quem constrói sua essência através de suas escolhas, nesse sentido, ao escolher, ele também se responsabiliza pelos seus atos (PENHA, 2001).

Ademais, foi trabalhado sobre não sabemos qual seria a reação do pai ao

receber a carta, mas, que ela estava fazendo algo que desejava e que fazia sentido. Assim, de acordo com Rodrigues (2011) ao se responsabilizar pela escolha, o cliente também lida com o risco, já que, quando ele escolhe, assume aquilo que deseja, mas também, as suas consequências. A intervenção visou mostrar que ela escolheu algo que fazia sentido, escreveu o que desejava, mas que não era possível prever a reação do pai. Mesmo diante disso, Fernanda alegava estar feliz por ter escrito a carta, acreditando estar demonstrando coragem.

A entrega da carta, naquela ocasião, possibilitou que a cliente fechasse a Gestalt, uma vez que conseguiu expor o que sentia e lhe causava sofrimento. O indivíduo está constantemente abrindo e fechando gestalten, abrindo porque é um ser que tem a possibilidade de mudar, criando e percebendo novas necessidades, mas também, fechando, devido a sua necessidade natural em fechar ou completar as coisas. O processo psicoterapêutico na abordagem gestáltica se propõe a facilitar que o cliente perceba suas necessidades, satisfazendo-as (RIBEIRO, 1994).

Além do mais, a carta permitiu a cliente expressar que realizava acompanhamento psicológico, já que ela havia escolhido não contar ao pai, com medo de sua reação, porém, isso a deixava tensa e preocupada pensando na possibilidade de ser descoberta. Então, a carta oportunizou, também, concluir uma situação inacabada, permitindo dissolver suas preocupações. Na Gestalt-terapia a situação inacabada são experiências que não foram concluídas, resultando em preocupações ao indivíduo. Quando o cliente consegue concluir, ele começa a caminhar rumo a novas possibilidades (POLSTER; POLSTER, 1979).

Fernanda nas primeiras sessões costumava falar da relação com o pai, com o passar do tempo, começou a relatar que estava conseguindo dialogar com o mesmo. A carta permitiu que ela se expressasse e, isso, repercutiu na psicoterapia, deixando de trazer assuntos voltados para a relação dos dois, oferecendo espaço ao que acontecia diariamente. Além do mais, passou a comentar sobre a terapia, alegando *“aqui eu podia falar e ser ouvida”* (sic) revelando o quanto o processo psicoterapêutico estava sendo importante, por ser um espaço que ela poderia falar sobre o que lhe causava sofrimento, tendo a possibilidade de ser escutada.

Depois disso, começaram a surgir assuntos referentes a escola, preocupações com trabalhos e provas, como também, sobre as amizades. Novas figuras passaram a emergir de um fundo, isto é, Fernanda passou a trazer novas necessidades, as quais, talvez, poderiam até ser vivenciadas anteriormente, mas, a

questão com o seu pai era a necessidade que precisava ser satisfeita, ao satisfazer isso, outras coisas começaram a despertar a atenção.

Uma delas era ficar preocupada com o tempo quando estava estudando, pois gostava de determinar um tempo para cada matéria, mas isso, acabava prejudicando a sua concentração. Foi trabalhado pensando em formas que ela poderia fazer para marcar o tempo, encontrando possibilidades para que ela pudesse se organizar. Fernanda chegou à conclusão que poderia ativar o despertador, mas tinha receio que despertasse antes de ter terminado de revisar a matéria. Foi perguntado a ela: “Se despertar e você não terminou, o que pode acontecer”. Respondeu: “*Nada*”(sic). Diante disso, ela toma consciência que o despertador é uma estratégia que pode ajudá-la, e se despertar, existe a possibilidade de reprogramar.

Naquele dia, Fernanda relatou um conflito que teve com um colega, por não concordar com suas atitudes e gosto musical. Ao escutá-lo cantar, pediu para que parasse, mas, ele continuou, isso a deixou com “raiva” (sic) e incomodada. Conforme Zanella e Antony (2016, p.88) “o adolescente entre no reino da abstração, mergulhando em reflexões sobre as qualidades físicas, emocionais, comportamentais que tem, gostaria de ter e vislumbra no outro [...]. Olha o próximo e indaga seu comportamento”.

Então, foi acolhido o conteúdo emocional de Fernanda, olhando para a raiva. Ao relembrar a situação e falar sobre ela, a cliente começou a perceber que as pessoas podem ter gostos diferentes e podem mudar, mas essa mudança parte do desejo próprio, não é imposta. Além disso, ela se deu conta que é difícil prever como será a reação do outro diante do que falamos e da maneira como é verbalizado, mas ela tem a possibilidade de escolher o que faz mais sentido naquele instante, se responsabilizando por isso.

Na sessão seguinte a cliente contou que se reconciliou com o colega, que achava interessante eles terem contato, já que fazem parte do mesmo grupo de trabalho. Depois falou sobre um musical que estavam preparando, disse que se sentia sobrecarregada com as coisas que tinha para fazer. Foi perguntado o que ela poderia fazer para não se sentir assim, respondeu “*que pedindo para alguém ajudar, dividindo as tarefas*” (sic). Ao ser trabalhado sobre isso, ela percebeu que gosta de estar na coordenação, tomando a iniciativa de fazer as coisas, que ela escolhe isso, mas, que pode optar por dividir as tarefas com os colegas.

Fernanda passou a demonstrar no decorrer das sessões que estava num fluxo indicando que as questões que lhe incomodavam, naquele momento, tinham sido solucionadas, indicando a alta. Foi questionado sobre como ela era no início da terapia e como estava naquele dia, respondendo que *“antes era mais distante do meu pai, tinha medo, hoje, mesmo ele estando longe, eu estou mais próxima, não tenho mais medo e consigo falar com ele”* (sic). Também, ela percebe que está *“conseguindo controlar a raiva, pensando e lidando sobre as coisas que podem acontecer”* (sic).

Por conta disso, foi combinado com a cliente que seria realizada uma devolutiva com a mãe, para falar sobre a alta e proporcionar um espaço de escuta. Marta relatou os avanços percebidos na filha, alegando que a terapia permitiu minimizar o medo que ela sentia, fazendo com que conseguisse expressar o que sentia ao pai. Ela também agradeceu pelo acompanhamento psicológico e concordou com a alta. Foi pontuado sobre a importância de continuar mantendo a comunicação em casa, já que o processo permitiu a cliente expressar aquilo que gostaria de falar, o que, até então, não conseguia.

No último encontro com Fernanda, dia do fechamento, os desenhos foram devolvidos, ela olhou para eles e falou o que eles representavam naquele momento, no desenho da pantera disse que as *“paisagens mostram tranquilidade, de poder ter me aproximado do meu pai.”* (sic), por fim disse *“esses desenhos podem representar o meu avanço e a oportunidade florescer.”* (sic), se referido aos três desenhos. No final da sessão, voltou a relatar que na terapia *“eu tinha um espaço para falar sobre as coisas que me incomodavam, e isso, me fez bem.”* (sic). Por meio dessas palavras, a cliente revela o quanto a terapia foi um espaço que lhe permitiu se expressar, uma vez que, ela podia falar sobre as coisas que lhe causavam sofrimento. O contato entre terapeuta e cliente permitiu à cliente se perceber, reconhecendo as suas necessidades.

Então, o processo psicoterapêutico possibilitou a Fernanda desenvolver a *awareness* e, a partir disso, seu autocuidado, pois começou a perceber que existia uma necessidade a ser satisfeita e que dependia dela fazer alguma coisa. Então, ao tomar consciência disso, ela buscou um meio para se expressar e expor o que sentia ao pai, através de um ajustamento criativo. Além disso, ela começou a apresentar um autocontrole, ou seja, refletindo sobre as possibilidades, escolhas e consequências, além de, despertar sua autonomia. Passou a tomar consciência que

existem outras possibilidades de agir em determinadas ocasiões, possuindo autonomia para escolher o que faz mais sentido.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estágio obrigatório curricular realizado durante o último ano de graduação em Psicologia na Clínica Integrada do UNI-RN, foi uma experiência enriquecedora. Por meio da psicoterapia individual e dos atendimentos no plantão psicológico, foi possível vivenciar e ampliar a compressão da atuação do psicólogo clínico e do processo psicoterapêutico, além disso, o aprofundamento teórico na Gestalt-terapia e as supervisões, foram fundamentais, possibilitando suporte teórico e técnico ao fazer clínico.

Ter a possibilidade de atender um adolescente e quatro adultos, cada um com sua singularidade, facilitou encontrar, ao longo do ano, algumas dificuldades, as quais despertaram insegurança e medo. Porém, os avanços percebidos promoveram entusiasmo, coragem e segurança para seguir em frente, entendendo que cada cliente tem o seu tempo e seu modo de ser no mundo. Tudo isso, contribuiu para o meu crescimento pessoal e profissional, pois, acredito que se não fossem as dificuldades, a experiência não seria tão enriquecedora.

Além disso, o desenvolvimento deste trabalho possibilitou descrever o processo de Fernanda, apontando os pontos principais e as intervenções utilizadas, apresentando a teoria aplicada na prática. Também, permitiu mostrar que o processo psicoterapêutico pode facilitar, ao cliente, desenvolver sua autonomia, enxergar novas possibilidades e de realizar escolhas que fazem sentido para si, se responsabilizando.

Sendo assim, o fazer clínico com base na Gestalt-terapia, me proporcionou compreender como é a prática clínica, que vem perpassada de expectativas, angústias, mas, também, de muita satisfação. Além do mais, foi de suma importância, devido ao conhecimento agregado no meu tornar-se psicóloga.

REFERÊNCIAS

ALVIM, Monica Botelho. **Gestalt-terapia: Conceitos fundamentais.** In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (Orgs.). **Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas.** São Paulo: Summus, 2013. (Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas).

CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos. **Gestalt-terapia: Conceitos fundamentais.** In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (Orgs.). **Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas.** São Paulo: Summus, 2013. (Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas).

CARDOSO, Claudia Lins. **Gestalt-terapia: Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas.** In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (Orgs.) **Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas.** São Paulo: Summus, 2013. (Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas).

EWALD, Ariane P. Fenomenologia e Existencialismo: articulando nexos, costurando sentidos. **Estudos e Pesquisas em Psicologia.** UFRJ, Rio de Janeiro, ano 8, n. 2, p. 149-165, 2008.

FIGUEIROA, Mauro. **Gestalt-terapia: A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo.** In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (Orgs.). **Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas.** São Paulo: Summus, 2013. (Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas).

FRAZÃO, Lilian Meyer. A compreensão do funcionamento saudável e não-saudável: a serviço do pensamento diagnóstico em Gestalt-terapia. **Revista do V Encontro Goiano da Abordagem gestatica,** Goiânia, ITGT, p. 27-34, 1999.

FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (Orgs.). **Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas.** São Paulo: Summus, 2013. (Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas).

KLYAN, Ana Maria Mezzarana. **E a Gestalt Emerge**: vida e obra de Frederick Perls. 2. ed. São Paulo: Altana, 2006. (Coleção Identidades).

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

PERLS, F; HEFFERLINE, R; GOODMAN, P. **Gestalt-Terapia**. 2 ed. São Paulo: Summus, 1997.

PINTO, Enio Brito. **Psicoterapia de curta duração na abordagem gestáltica**: elementos para a prática clínica. 2 ed. São Paulo: Summus, 2009.

POLTERS, Erving; POLSTER, Mirian. **Gestalt-terapia integrada**. Belo Horizonte: Interlivros, 1979.

REHFELD, Ari. **Fenomenologia e Gestalt-terapia**. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (Orgs.). **Gestalt-terapia**: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas. São Paulo: Summus, 2013. (Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas).

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Conceito de mundo e de pessoa em Gestalt-terapia**: revisitando o caminho. São Paulo: Summus, 2011.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Gestalt-terapia**: o processo grupal: uma abordagem fenomenológica, da teoria do campo e holística. São Paulo: Summus, 1994.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Gestalt-terapia**: refazendo um caminho. 8 ed. São Paulo: Summus, 2012.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **O ciclo do contato**: temas básicos na abordagem Gestáltica. 6 ed. São Paulo: Summus, 2007

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

RODRIGUES, Hugo Elidio. **Introdução a Gestalt-terapia**: conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica. 8. ed. Petrópolis-RJ: Vozes, 2011.

ZANELLA, R.; ANTONY, S. Trabalhando com adolescentes: (re)construindo o contato com o novo eu emergente. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima (Orgs.). **Gestalt-terapia**: modalidades de intervenção clínica. São Paulo: Summus, 2016. (Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas).

ZINKER, Joseph. **Processo criativo em Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 2007.