

Liga de Ensino do Rio Grande do Norte
Centro Universitário do Rio Grande do Norte - UNIRN
Curso de Psicologia

EDGLEY DA SILVA CAMPOS

ANÁLISE TRANSACIONAL: MUDANDO UM SCRIPT DE VIDA

NATAL/RN

2017

EDGLEY DA SILVA CAMPOS

ANÁLISE TRANSACIONAL: MUDANDO UM SCRIPT DE VIDA

Trabalho de Conclusão de Curso com relatório de estágio de Psicologia na Clínica Escola da Universidade Natalense para o Desenvolvimento do Rio Grande do Norte – UNIRN, como requisito obrigatório para obtenção de título de Bacharel em Psicologia, sob orientação da Profa.: Geórgia F. Martins S. Baeta Neves.

NATAL/RN

2017

EDGLEY DA SILVA CAMPOS

ANÁLISE TRANSACIONAL: MUDANDO UM SCRIPT DE VIDA

Relatório de Estágio Supervisionado apresentado como requisito necessário para obtenção do título de Bacharel em Psicologia da Universidade Natalense para o Desenvolvimento do Rio Grande do Norte – UNIRN.

Relatório aprovado em ____/____/____

Edgley da Silva Campos
Discente

Profa. Esp. Geórgia F. Martins S. Baeta Neves.
Orientadora

Ana Raquel Andrade
Psicóloga Leitora

Profa. Rocelly Dayane T. da Cunha
Coordenadora do curso de Psicologia

AGRADECIMENTOS

Com muita emoção agradeço a Deus por ter me conduzido no Seu tempo, pois essa condução me fez ter a possibilidade de enxergar e vivenciar com mais calma meu momento acadêmico que de algum modo se atropelou durante esta caminhada, mas que foi superado, e aqui estou com orgulho, de cabeça erguida e a fé guardada.

E neste momento de superação Deus se revelou dentro de minha família por meio de minha Mãe (Lourdinha), meu Pai (José), irmãos (Cícero e Gleyfson), também minha querida e amada Ana Karenine que me encorajou quando mais precisava e que no fim do curso me deu o presente de minha vida, meu filho Pedro Augusto, que fez querer ir mais além do que minhas forças.

Por fim com muita alegria agradeço aos amigos que fiz durante o curso, em especial: Hérico, Lizandra, Micarla, Karina, Alexandre que foram grandes parceiros, e a Geórgia minha estimada orientadora, que passei a admirar mais, por sua sabedoria e profissionalismo.

Aquele que cede ante ao obstáculo, que desiste diante da dificuldade já perdeu a batalha sem a ter enfrentado. Não raro, o obstáculo e a dificuldade são mais aparentes que reais, mais ameaçadores do que impeditivos. Só se pode avaliar após o enfrentamento. Ademais, cada vitória conseguida se torna aprimoramento da forma de vencer e cada derrota ensina a maneira como não se deve tentar a luta. Essa conquista é proporcionada mediante o esforço de prosseguir sem desfalecimento e insistir após cada pequeno ou grande insucesso. O objetivo deve ser conquistado, e, para tanto, a coragem do esforço contínuo é indispensável. Muitas vezes será necessário parar para refletir, recuar para renovar forças e avançar sempre. É uma salutar estratégia aquela que faculta perder agora o que é de pequena monta para ganhar resultados permanentes e de valor expressivo depois.

Joanna de Angelis

RESUMO

Trata-se de um relato de caso com objetivo de mostrar os principais estados de ego que Eric Berne desenvolve, pensando no crescimento e mudança pessoal dos indivíduos submetidos a sua teoria que é a AT (Análise Transacional), e que por meio dela esses indivíduos podem encontrar um equilíbrio egóico, pois muito do que somos é constituído a partir do *script* de vida, que se inicia desde o ventre materno. A partir da identificação dos estados do ego presentes no indivíduo que pode ser Pai, Adulto ou Criança, é possível entender sua dinâmica de vida para um sucesso no acompanhamento terapêutico.

A aplicação prática deste trabalho de conclusão de curso ocorreu na Clínica Escola da UNIRN, onde o caso da cliente, que aqui será nominada de Sabrina 30 anos, que está em processo psicoterapêutico. Está gradativamente progredindo com a aplicação das técnicas da AT, pois os estados do ego destacados logo mais à frente estão claramente se evidenciando e fazendo com que ela mude seu *script* de vida.

Palavras-chave: Estados de ego, *Script*, Analise Transacional, Combinações de transações, Eric Berne, Roberto Crema.

ABSTRACT

It is a case report with the purpose of showing the main ego states that Eric Berne develops, thinking about the growth and personal change of the individuals submitted to his theory that is the AT (Transactional Analysis), and that through them these individuals can find an ego balance, for much of what we are is constituted from the script of life, which begins from the womb. From the identification of the ego states present in the individual who can be Father, Adult or Child, it is possible to understand their life dynamics for a successful therapeutic follow-up. The practical application of this course completion work took place at UNIRN's School Clinic, where the client's case, which will be here nominated by Sabrina, is in the psychotherapeutic process. It is progressively progressing with the application of TA techniques, because the ego states that are further ahead are clearly evident and causing it to change its life script.

Keywords: ego states. Script. Transactional Analysis. Combinations of transactions. Eric Berne. Roberto Crema.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Estados de Ego que constroem a personalidade de uma pessoa.	13
Figura 2: Tipos de transações.	16
Figura 3: Transação Complementar – paralela.	17
Figura 4: Transação Complementar – cruzada	17
Figura 5: Transação Ulterior (oculta).	18

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 ANÁLISE TRANSACIONAL	10
2.1 O QUE É ANÁLISE TRANSACIONAL	10
2.1.1 Análise Estrutural	11
2.2 ESTADOS DO EGO	12
2.2.1 Estado de Ego Pai.....	13
2.2.2 Estado de Ego Adulto	13
2.2.3 O Estado de Ego Criança.....	14
2.3 TRANSAÇÕES	15
3 CONTEXTUALIZAÇÃO DO ESTÁGIO	20
4 METODOLOGIA	23
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	233
REFERÊNCIAS	24

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho relata a atuação no estágio que ocorreu na Clínica Integrada da UNI-RN, em que foi utilizada a abordagem clínica a Análise Transacional, que surge como um instrumento de aperfeiçoamento da Comunicação Humana e tem a finalidade de estudar, explicar e, se necessário, mudar o que acontece no relacionamento entre as pessoas. A Análise Transacional é um método psicológico embasado na abordagem humanista que percebe o homem na sua essência, considerando suas particularidades, sentimentos e subjetividades.

Para a aplicação prática desse estudo foi utilizada a sala 2, do setor de psicologia da Clínica Integrada, na qual foram atendidos 4 pacientes, dentre eles foi escolhido um caso para apresentação, em que será mostrado a Análise Transacional como técnica psicoterapêutica. No caso que será relatado, a paciente denominada de Sabrina, para preservar sua identidade, apresentou-se de forma bastante oscilante em seu Estado de Ego.

De acordo com a Análise Transacional a personalidade de um indivíduo pode ser constituída por três Estados do Eu, que se expressam por comportamentos visíveis. A essas três entidades distintas encontra-se o Adulto, o Pai e a Criança, Berne (1985) chamou de “Estados de Ego”, concluindo que o P-A-C seria, em última análise, uma representação da estrutura de personalidade de um indivíduo.

2. ANÁLISE TRANSACIONAL

2.1 O QUE É ANÁLISE TRANSACIONAL

A Análise Transacional é um método psicológico criado por Eric Berne, psiquiatra canadense, em 1958 e está embasada na abordagem humanista, percebendo o homem na sua essência e considerando-o nas suas particularidades, sentimentos e subjetividades.

Berne lançou as primeiras teorias sobre a Análise Transacional (AT) em 1949. O desenvolvimento da teoria e da sua aplicação prática cresceu aceleradamente e em 1964 já havia membros em muitos dos 50 estados americanos. Formou-se, então, a Associação Internacional de Análise Transacional, que realizava encontros duas vezes por ano entre seus membros e distribuía um jornal informativo sobre atualizações em relação à teoria de AT. Ainda em 1964, vem à luz Os Jogos da Vida que, curiosamente, só se tornou um best-seller alguns anos depois, juntamente com outras duas publicações, Eu Estou OK, Você Está OK de T. Harris e Nascido para Vencer.

A análise estrutural em Análise Transacional aborda a personalidade como sendo constituída por três estados do eu, que se expressam por comportamentos visíveis. Berne (1985) diz que as análises estrutural e transacional oferecem uma teoria sistemática e consistente da personalidade e da dinâmica social embasadas na experiência clínica, que é facilmente compreendida pela grande maioria dos pacientes psiquiátricos e, naturalmente, adaptadas a eles.

Neste sentido Berne reafirma que:

A Análise Transacional é um estudo psicodinâmico, entretanto sua principal diferença em relação à psicanálise é que a pessoa pode modificar seus sentimentos, pensamentos e escolhas pelo autoconhecimento e desenvolvimento pessoal (BERNE, 1985, p. 56).

Berne conseguiu identificar comportamentos típicos que remetiam à presença de uma terceira pessoa no mesmo paciente. A essas três entidades distintas, o Adulto, o Pai e a Criança, Berne chamou de “Estados de Ego”, concluindo que o P-A-C seria, em última análise, uma representação da estrutura de personalidade de um indivíduo.

De acordo com Crema (1985), Berne afirma que há um pensar, sentir e atuar que caracterizam cada estado do ego, porém podemos dizer que na “Criança” predomina o sentir; no “Adulto”, o pensar; e, no “Pai”, o repetir dos valores e normas.

Para o autor, a popularização da Análise Transacional deveu-se muito ao P-A-C, que sintetiza um modelo simples, lógico e verificável de personalidade, que possibilita a análise da comunicação (transações) e de jogos psicológicos.

2.1.1 Análise Estrutural

De acordo com Berne (1985), a Análise Estrutural ocupa-se da identificação e da análise dos Estados de Ego e tem como meta estabelecer a predominância de estados de ego que avaliam a realidade e libertá-los da influência de elementos arcaicos e estranhos.

Nesse sentido, podemos dizer que trazemos gravados em nossa estrutura a criança que fomos, os pais que tivemos e um computador disponível, que se comunica entre si, quase permanentemente, através dos diálogos internos. Os diálogos internos, portanto, não ocorrem entre o P-A-C, e sim, entre os órgãos psíquicos, na nossa dinâmica intrapessoal (CREMA, 1985).

Fazendo um lembrete sobre a afirmação de Berne de que nascemos OK, Crema (1985) diz que, às vezes, infelizmente a pessoa não nasce OK por já ter sofrido um processo de gestação problemático, pois há fortes evidências sobre as influências pré-natais. Através do cordão umbilical, o feto já está em contato com o mundo de sua mãe, recebendo tanto sua nutrição quanto sua angústia.

O nascimento traumático, pelo parto tradicional, tem representado uma das mais pavorosas experiências, um verdadeiro horror que fica registrado na mente da pessoa. Muito se tem falado e denunciado, a partir de Leboyer, a este respeito, de forma que não necessito estender-me sobre isso para ser compreendido. A maioria dos habitantes deste planeta necessita de psicoterapia pelo simples fato de haver nascido (CREMA, 1985. p. 36/37).

2.2. ESTADOS DO EGO

A observação da atividade social espontânea revela que, de tempos em tempos, as pessoas demonstram visíveis modificações em sua postura, pontos de vista, voz, vocabulário e outros aspectos do comportamento.

Num determinado indivíduo certo conjunto de padrões de comportamento corresponde a um estado de espírito, enquanto outro é relacionado com uma atitude psíquica diversa, muitas vezes incoerente se comparada com a primeira. Tais modificações e diferenças dão origem à ideia dos Estados do Ego (BERNE, 1974 p. 25).

Segundo o autor, um Estado de Ego pode ser descrito como um sistema coerente de sentimentos, ou como um conjunto de padrões coerentes de comportamento. Cada indivíduo parece ter em si próprio um repertório limitado de estados de ego.

Eric Berne (1974) considerou o Ego como um sistema formado por instâncias psíquicas: exteropsique (Pai), neopsique (Adulto) e arquipsique (Criança), cada qual com seu conjunto de pensamentos, sentimentos e comportamentos com os quais interagimos com outras pessoas.

Sendo assim, suas manifestações são chamadas de Pai, Adulto e Criança, termos simples que servem para todos os pontos que se venha a discutir.

A tese então, segundo Berne (1974), é que, em qualquer momento, todo indivíduo presente em um evento social estará exibindo um Estado de Ego do tipo Pai, Adulto ou Criança e que as pessoas podem mudar de um estado para outro. Os Estados de Ego são fenômenos fisiológicos normais, pois o cérebro humano é um organizador das vidas psíquicas e seus produtos são selecionados e armazenados sob a forma de Estados de Ego.

O Estado de Ego Adulto é necessário para a sobrevivência. Ele processa dados e computa as probabilidades essenciais para enfrentar com eficiência os problemas do mundo exterior. Já o Estado de Ego Pai tem duas funções principais. Primeiro, ele capacita o indivíduo a agir de forma eficiente como pai de seus próprios filhos, proporcionando assim a sobrevivência da raça humana. Em segundo lugar, o Pai torna muitas reações automáticas, o que economiza tempo e energia, e liberta o Adulto da necessidade de tomar inúmeras decisões banais (BERNE, 1974).

Estes Estados de Ego formam um diagrama de personalidade largamente utilizado pela AT, que mostram os três Estados que constroem a personalidade de uma pessoa, conforme ilustra a Figura 1.



Figura 1: Estado de ego de, Análise Transacional em Psicoterapia.
Fonte: Adaptado de (BERNE, 1985, p. 29).

2.2.1 Estado de Ego Pai

Na época em que a teoria da AT foi concebida, os anos eram marcados por uma vivência ainda resguardada da atividade social da criança, enquanto a mesma ainda não havia ingressado na escola, nem tinha relações sociais fora da família. Portanto o nome “Pai” fez muito sentido, já que se tratava de eventos significativos que eram absorvidos a partir do exemplo ou pronunciamento dos pais reais ou substitutos.

De acordo com Berne (1988), no “Pai” são registradas todas as emoções, regras e leis que a criança ouve de seus pais ou vê através da maneira que os mesmos vivem. Sendo assim, se os pais são hostis e estão constantemente brigando um com o outro, a criança grava esse momento como algo negativo que poderá levar para toda vida. Do mesmo modo, também são registrados os momentos de prazer de uma mãe feliz e o ar de satisfação de um pai orgulhoso.

2.2.2 Estado de Ego Adulto

Berne (1985) diz que o “Adulto” é extremamente preocupado com a transformação de estímulos em peças de informação, e pela assimilação e arquivamento dessas informações com base na experiência prévia; diferente do “Pai”, que julga de um modo imitativo e procura expor um conjunto de padrões emprestados, e da “Criança” que

tende a reagir imediatamente, com base num pensamento pré-lógico ou em percepções distorcidas.

Outra das funções do “Adulto” é a estimativa das probabilidades. Segundo o autor, esta função se desenvolve lentamente na criança pequena e, aparentemente, a maioria de nós sente certa dificuldade em se manter em nível apropriado de eficiência durante a vida.

2.2.3 O Estado de Ego Criança

Eric Berne (1974) viu que o Estado do Ego Criança é mais rico em expressões não-verbais do que verbais. Enquanto outras assimilações vão sendo feitas através dos acontecimentos internos, que são: ver, ouvir, sentir e compreender.

Dessa maneira são gravadas a alegria, o espanto, a surpresa, a curiosidade e as diversas sensações da primeira infância.

O Estado do Ego Criança se subdivide em (a) Criança Livre (CL) que se manifesta de forma criativa, espontânea e intuitiva (CL "ok"); (b) Criança Adaptada (CA) que evidencia dois aspectos - Criança Submissa (CS) e Criança Rebelde (CR).

A Criança Submissa caracteriza-se pela resposta automática à disciplina e rotinas convenientes ou pela desvalorização e submissão do indivíduo. Já, a Criança Rebelde é considerada "OK" quando o indivíduo manifesta indignação por um motivo justo e "não OK" quando o indivíduo se mostra rebelde e agressivo.

A Criança Adaptada, se comporta como o “Pai” lhe impõe, ou seja, submissa ou de forma rebelde.

A Criança Natural é a parte do Estado de Ego Criança em que a Criança é expressiva, muito jovem, impulsiva. Esta parte do Ego Criança se comporta como um bebê egocêntrico, que reage com afeição quando suas necessidades são satisfeitas, ou com rebeldia, raiva quando não são.

A Criança Natural, no Estado de Ego Criança, é como um bebê seria “naturalmente”, se nada o influenciasse a ser diferente. A Criança Natural é:

- Afetiva;
- Impulsiva;

- Sensual;
- Sem censura;
- Curiosa.

Mas, ela não é somente positiva. A Criança Natural também pode se mostrar como:

- Medrosa;
- Auto-indulgente;
- Egocêntrica;
- Agressiva.

Segundo Berne (1988) o conceito que cada indivíduo tem de si mesmo e dos demais configura a Posição Existencial (P.E.). Dependendo de como o indivíduo percebe a si mesmo e aos outros, ele assume uma das seguintes posições: Eu estou "ok" / você não está "ok" (+/-), em que o indivíduo coloca nos outros todos os aspectos negativos. Eu não estou "ok" / você está "ok" (/+), em que o indivíduo se percebe de modo negativo e aos outros de modo positivo, o que resulta em dificuldade de relacionamento. Eu não estou "ok" / você não está "ok" (-/-), em que o indivíduo só percebe aspectos negativos em si mesmo e nos demais.

A psicoterapia se propõe, dentre outras metas, a levar o indivíduo a adotar a Posição Existencial Realista ($\pm / \pm$), percebendo a si mesmo e aos demais de forma positiva, mas não idealizada.

De acordo com Berne (1985), muitas crianças que recebem mensagens positivas de seus pais, sejam elas, verbais ou não verbais, quando crescidas, possivelmente serão mais autônomas que as outras e, provavelmente, não precisarão de terapia.

2.3 TRANSAÇÕES

As interações entre as pessoas são denominadas transações, ou seja, 'Transações' é o nome dado às relações sociais, qualquer que sejam elas, e a Análise Transacional é o método para analisar essas transações e sistematizar as informações derivadas dessa análise. Qualquer transação tem duas partes: o estímulo e a resposta.

Os conjuntos ou sequências transacionais podem ser diretos, produtivos e saudáveis ou podem ser indiretos, improdutos e doentes. A Análise Transacional é, então, uma ferramenta para tentar compreender a base do comportamento e dos sentimentos adquiridos e construídos a partir destas transações.

Crema (1985) afirma que, quando duas pessoas estão diante uma da outra, existem seis Estados de Ego envolvidos nesta comunicação, três de cada uma. Existem três tipos de transações: transações complementares que, em geral, têm setas paralelas e são comunicações mais simples; transações cruzadas, que têm setas que se cruzam; e as transações ulteriores ou ocultas, que acontecem quando a comunicação feita é escondida, não é clara, mas ainda sim tem um significado importante, demonstrada através de linhas pontilhadas:

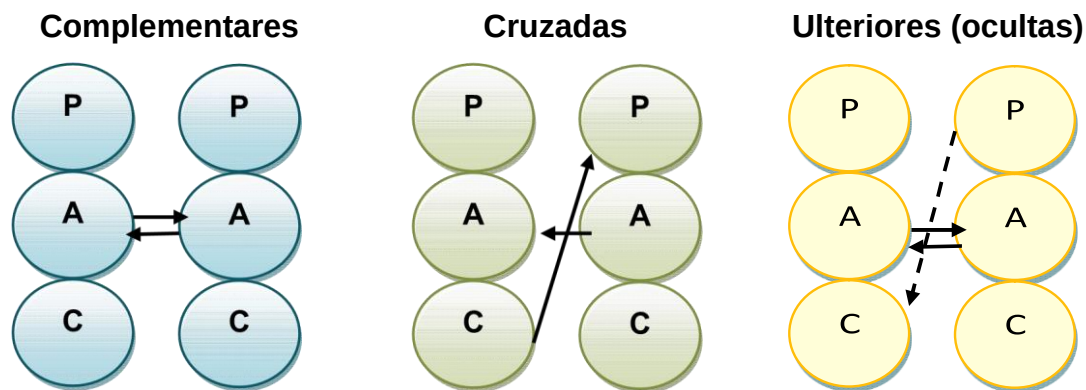


Figura 2: Tipos de transações.

Fonte: Adaptado de (CREMA, 1985, p. 167-168).

As Transações Complementares seguem uma ordem natural, esperada e apropriada para manter o relacionamento (BERNE, 1988).

Segundo os autores, as Transações Complementares, também conhecidas como Transações Paralelas, são as transações em que o estímulo e a resposta são paralelos e envolve somente dois estados de ego, um de cada pessoa.

A transação complementar satisfaz dois critérios em específico:

1. A resposta vem do mesmo Estado de Ego no qual o estímulo foi dirigido;

2. A resposta é dirigida de volta ao mesmo Estado de Ego que iniciou o estímulo.

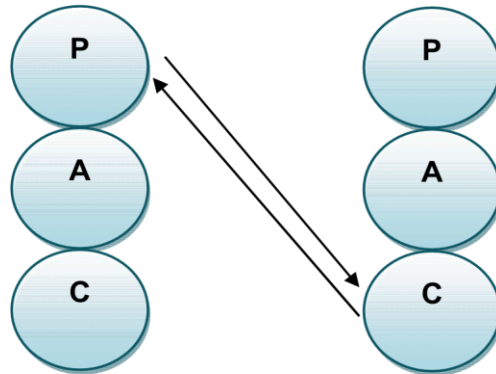


Figura 3: Transação Complementar – paralela.
Fonte: Adaptado de (BERNE 1988 p. 55).

A seguir temos as Transações Cruzadas que, diferentemente das complementares, ocorrem quando as linhas de comunicação se cruzam.

Estas formam a segunda regra de comunicação: sempre que a transação for cruzada resultará numa interrupção. Na atuação clínica, este cruzamento voluntário pode ser percebido quando, por exemplo, o paciente permanece mandando estímulos de sua Criança para o Pai do terapeuta, enquanto este responde persistentemente com seu Adulto, em busca de que o paciente também se volte para seu próprio Adulto.

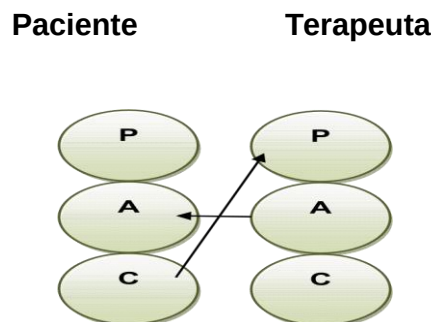


Figura 4: Transação Complementar – cruzada Fonte:
Adaptado de (BERNE, 1988 p. 64).

Paciente: “não adianta, não consigo fazer isso!”.

Terapeuta: “gostaria que você me explicasse: por que não consegue? ” (em um tom de voz sem julgamentos).

Por último, temos as Transações Ulteriores (ou ocultas), que são as mais complexas.

Este tipo de comunicação é muito utilizado em vendas, porque pode induzir o cliente a levar um produto, pois o vendedor fala socialmente com o Adulto, mas passa uma mensagem psicológica para a Criança. Exemplo:

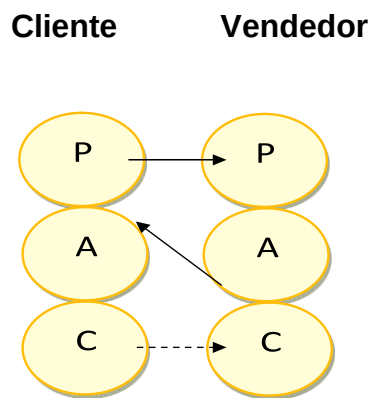


Figura 5: Transação Ulterior (oculta).

Fonte: Adaptado de (WOOLAMS; BROWN, 1979, p. 88).

Vendedor: “é a última peça que nós temos no estoque” (mensagem social).

Vendedor: “compre agora, ou você irá ficar sem!” (mensagem ulterior).

Cliente: “então vou levar!”.

As transações Ulteriores também podem ser armadilhas (iscas) para jogos psicológicos, pois mandam mensagens ocultas que impelem o outro a entrar no jogo se esta mensagem não for explicitada.

A forma de quebrar o jogo psicológico é explicitando as Transações Ocultas, as 'iscas' utilizadas para o jogo, por meio do estado de ego Adulto. Entretanto, é importante que a pessoa se dê conta destes jogos e tome a decisão de quebrá-los, pois pode ser muito atraente para ela continuar nestes papéis manipulativos. Na medida em que estes jogos permanecem nas relações interpessoais, eles reforçam o roteiro de vida do jogador (BERNE, 1974 p. 123).

Neste contexto, também entram os jogos psicológicos que, segundo Berne (1985), são certos padrões "disfuncionais" de comportamento. São transações repetitivas, instaladas com uma motivação oculta. O autor diz que a pessoa busca resolver suas necessidades do passado no 'aqui e agora'. Estas transações repetitivas reforçam sentimentos e autoconceitos negativos, escondendo a expressão direta de sentimentos e pensamentos.

Os jogos psicológicos têm uma série de regras, um começo, um desenvolvimento lógico e um final com ajuste de contas, quando se dividem os lucros e perdas. Tais jogos podem ser inocentes ou ter um final dramático, de consequências imprevisíveis e desconcertantes (CREMA, 1985)

Os jogos são ensinados pelos pais, em grande maioria, e substituem as relações honestas, autênticas, diretas e íntimas. Suas transações podem ser verbais ou não-verbais, podem se manifestar também por trás de um sorriso irônico ou através de uma atitude errada e desrespeitosa.

De acordo com Berne (1985), os jogos são aprendidos na infância (relação pais e filhos) e seus passos são guardados na memória para serem repetidos posteriormente com pessoas que receberam o mesmo "treinamento" e que funcionam em papéis complementares.

Cada pessoa desenha sua própria vida. A liberdade lhe dá o poder de levar adiante seus planos e o poder lhe dá a liberdade de interferir com os planos dos outros (BERNE, 1988). O autor também afirma a importância de nos relacionarmos de forma autêntica, livre de jogos psicológicos, tanto na nossa vida social, como dentro das nossas atividades laborais.

3.CONTEXTUALIZAÇÃO DO ESTÁGIO

O estágio supervisionado com ênfase clínica, ocorreu na Clínica Integrada da UNI-RN, ao qual dentro de suas dependências conta-se com salas adequadas para atendimento individualizado e em grupo. Os atendimentos ocorreram em 03 salas diferentes, distribuídos da seguinte forma: Uma paciente na sala 02, outra paciente na sala 05, uma criança na sala de ludo 01 e a última paciente gestante na sala 07. Todos foram atendidos semanalmente. Os três primeiros nas quintas feiras e essa última nas quartas, todos eles com duração de 45 minutos. Também foram realizados plantões psicológicos sob o regime de escala para um atendimento breve à comunidade, que procurava as dependências da clínica com urgência psicológica.

Pelo fato dos atendimentos terem sido frequentes e regulares, a boa aplicação da teoria e uma boa orientação da professora Geórgia, foram fatores que contribuíram para as evoluções dos casos terapêuticos. As orientações da professora ocorriam semanalmente nas quartas feiras, das 8:30 às 11:30. Nesses encontros todos os orientandos elencavam seus casos e eles eram debatidos em grupo, o que aumentava nosso leque de conhecimento com as experiências relatadas.

Por meio da abordagem da Análise Transacional é encontrado estados egóicos, que podem ser prejudiciais ao paciente e que com a psicoterapia foi possível modificar esses *scripts* de vida para a manutenção de uma melhor qualidade existencial.

4. METODOLOGIA

A metodologia é a aplicação de procedimentos e técnicas que devem ser observados para construção do conhecimento, com intuito de comprovar sua validade e utilidade dentro da Análise Transacional. Ela examina, descreve e avalia métodos e técnicas de pesquisa que possibilitam a resolução de problemas pela teoria criada por Eric Berne.

Quanto ao método de pesquisa, esse trabalho classifica-se como uma pesquisa descritiva. Esse tipo de pesquisa tem como objetivo a descrição das características de um caso obtido por meio da psicoterapia na Clínica Escola, local do setting terapêutico, relatado a seguir. Aqui denominaremos o nome fictício da paciente de Sabrina, para proteger sua identidade.

Nas primeiras sessões, diante de uma anamnese estendida, claramente era perceptível o estado de ego em que a Sabrina se encontrava, pois, diante de muitos fatores de perdas ela se fixou em um estado Criança que estava sendo reforçado por sua família, principalmente pela mãe, que estava tendo a oportunidade de cuidar dela após ter deixado a Sabrina para os avós criarem.

Sabrina por ter se deixado ficar nesse estado Criança, sua mãe permanecia em um estado de Pai que horas era Nutritivo, horas era Crítico. Consequentemente, a Criança Adaptada da Sabrina se fazia rebelde por não aceitar os estados de Pai que sua mãe se encontrava, trazendo muita angustia para as duas partes.

O estado Criança da Sabrina ficou tão primitivo que ele foi para a vivência extrafamiliar, onde ocorreu um relacionamento com um colega de trabalho. Esse colega que em seus jogos psicológicos se colocou em um estado Pai nutritivo mas com mensagens Ulteriores. No caso a Sabrina com sua carência paternal e no estado Criança se deixou entrar em um relacionamento doentio onde ele a deixava dependente e submissa. Esse relacionamento não seria tão angustiante para a Sabrina se esse rapaz não tivesse outros relacionamentos, e que já eram mais antigos do que o dela.

A partir desta percepção do *script* de vida da Sabrina foi possível começar os primeiros passos para levá-la ao estado de equilíbrio que é o estado Adulto, onde inicialmente houve resistência, mas que aos poucos ela foi vendo que encontrando o

estado de oqueidade (estado OK), as dependências e carências são supridas por uma valorização da identidade e de si mesma.

Após 30 sessões de psicoterapia, equivalente a aproximadamente 9 meses a paciente encontra-se no processo de poder identificar o estado de Ego Adulto, em que ela pôde se desvencilhar do seu ex-namorado, que se encontrava no estado de Ego Pai nutritivo, que na maioria das vezes utilizava transações Ulteriores para mantê-la presa a ele. Ao encontrarmos esse estado de Ego de ambos a paciente pôde por meio de tentativa e erro encontrar o equilíbrio do estado Adulto.

Após esse encontro com o estado Adulto ela pôde observar a maturidade que existia nela, assim dando passos para uma mudança do Script de vida perdendo o sentimento de culpa e encontrando razões para valorizar a si mesma. Nesse novo Script de vida ela pôde falar com seus familiares num estado adulto, mostrando-lhes a pessoa responsável que sabia lidar com as transações que cada ambiente proporcionava.

Em se tratando da mãe ela soube explicar que aquele momento da vida dela era para se dedicar a carreira profissional que não era a escolhida pela mãe e sim por ela. Em relação à sua vida amorosa ela conseguiu colocar um ponto final na relação negativa com o ex-chefe e ex-namorado. Após alguns meses encontrou um rapaz que aparentemente estava em seu estado Adulto, mesmo estado em que ela se encontrava no momento, o que contribuiu para que ela não desse mais ouvidos aos pensamentos sabotadores que a fazia regredir para o estado Criança.

A Sabrina hoje tem consciência de que é preciso manter uma vigilância constante sobre os pensamentos sabotadores e que em sua fala ela relata ainda pretender continuar esse processo terapêutico, para que ela consiga manter uma estabilidade emocional dos estados de ego. Ela compreendeu que ocasionalmente podem haver oscilações, por ser uma descoberta recente desta nova vivência. Acredita-se que com mais algum tempo esse processo será natural e ela conseguirá harmonizar seus pensamentos sem a necessidade de um acompanhamento terapêutico semanal.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o Estágio realizado na Clínica Integrada da UNI-RN, foi possível aplicar as técnicas da abordagem na Análise Transacional, o qual Eric Berne foi seu criador. Com essa metodologia realizou-se o acompanhamento psicoterapêutico de cada paciente, observando minuciosamente seus Estados de Ego. Inicialmente, com três dos quatro pacientes atendidos apresentavam grau de sofrimento muito elevado, devido as oscilações dos Estados de Ego, que juntamente com seus familiares afetavam diretamente seu dia a dia.

Em todos os casos foi possível encontrar o Estado de Ego predominante, uns eram o Pai Crítico e em outros era a Criança birrenta. Esses Estados de Ego dificultavam o Estado de Okeidade, pois nessas transações haviam muitas agressões e afastamentos de pessoas próximas.

Foi muito satisfatório ver que os pacientes identificavam neles próprios a posição egóica em que se encontravam e qual seria a melhor atitude que no caso seria o Estado Adulto. Os mesmos assumiam as responsabilidades de controlar suas atitudes, conseqüentemente, melhor direcionar sua vida. Eles puderam reescrever um novo Script de vida.

É possível ver que os pacientes evoluíram, mas que com algum tempo de psicoterapia eles podem incluir o Estado Adulto na maior parte do seu dia a dia, pois mesmo sabendo desse Estado alguns se sabotam para não assumir as devidas responsabilidades, já que o conforto dos outros Estados limita o olhar da maturidade em valorizar a si mesmo e as pessoas de seu convívio.

Foi possível finalizar esse processo de atendimento com a sensação de que um grande profissional se formava diante dos olhares e satisfações dos pacientes. Conclusão essa inferida pelo agradecimento, crescimento e evolução deles após cada sessão. Foi sinalizado por dois dos pacientes o desejo de continuar a psicoterapia após o encerramento do estágio e continuar o tratamento com o mesmo profissional, em breve formado.

REFERÊNCIAS

BERNE, Eric. Análise Transacional em Psicoterapia. Summus, SP, 1981

BERNE, Eric. Os jogos da vida: a psicologia transacional e o relacionamento entre as pessoas. Rio de Janeiro: Artenova, 1974.

BERNE, Eric. O Que Você Diz Depois de Dizer Olá?. Nobel SP, 1988

CREMA, Roberto. Análise Transacional centrada na pessoa e mais além. 2. ed. São Paulo: Agora, 1985.

WOOLAMS, Stan; BROWN, Michael. Manual Completo de Análise Transacional. São Paulo: Cultrix, 1979.