



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

GLEYDSON NATANAEL BELMIRO DOS SANTOS

GESTALT-TERAPIA: UMA TOMADA DE CONSCIÊNCIA

NATAL/RN

2017

GLEYDSON NATANAEL BELMIRO DOS SANTOS

GESTALT-TERAPIA: UMA TOMADA DE CONSCIÊNCIA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de psicologia do Centro Universitário do Rio Grande do Norte como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em psicologia.

Orientador: Eudes Alencar Segundo Júnior.

NATAL/RN

2017

GLEYDSON NATANAEL BELMIRO DOS SANTOS

GESTALT-TERAPIA: UMA TOMADA DE CONSCIÊNCIA

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de psicologia do
Centro Universitário do Rio Grande do
Norte como requisito parcial para
obtenção do título de Bacharel em
psicologia.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Eudes Alencar Segundo Júnior.

Orientador

Prof(a) Roccelly Dayane Teotônio da Cunha Souza.

Membro

Prof(a) Thaís Sousa de Azevedo

Membro

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por ter me dado forças para não fraquejar, logo após gostaria de agradecer imensamente a minha mãe Maria Nazilde, ao meu pai Geraldo e também a minha irmã Maria da Piedade, e ao meu cunhado Antônio Carlos que foram de uma enorme atitude de grandeza, e me deram esse voto de confiança para me ajudar na minha formação acadêmica. Gostaria também de agradecer a cada pessoa que passou em minha vida dando palavras de positividade, como amigos de trabalho, meus amigos de faculdade que passaram por poucas e boas comigo, amigos da rua, meus irmãos dos Claveiras moto clube Brasil, que compreenderam minhas ausências, pelos meus amores que estiveram ao meu lado em cada fase do meu desenvolver acadêmico, queria de coração dizer meu imenso obrigado.

“No presente a mente, o corpo é diferente,
e o passado é uma roupa que não nos
serve mais”.

(Antônio Carlos Belchior)

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo abordar os conceitos, história, filosofias, epistemologias e técnicas da Gestalt-terapia, proporcionando uma boa compreensão de como funciona esta vertente teórica, partindo das compreensões de contato, awareness, aqui-e-agora, ajustamento criativo, teoria de campo e organísmica, entre outras que fazem fundamentar a Gestalt-terapia. Assim como, relatar como foram às experiências, os conhecimentos adquiridos, as dificuldades na prática do atendimento clínico nas clínicas integradas da UNI-RN durante a finalização do curso de psicologia, e relatar os métodos usados em atuação. O presente estudo apresentará um caso clínico específico relatando o caso de uma idosa, e também meu relato dessa experiência, onde estão descrevidas algumas dificuldades do atendimento ao idoso, como também mostrar como o método terapêutico com o idoso se torna diferente, pois nessa experiência houve menos intervenções e mais acolhimentos e procura de autonomia e autoestima, mostrando que a escuta, a relação terapêutica, o querer do nosso cliente, e as intervenções possuem poder terapêutico.

Palavras-chave: Gestalt-terapia. Psicologia. Awareness. Aqui agora. Ajustamento criativo.

ABSTRACT

This work aims to approach the concepts, history, philosophies, epistemologies and techniques of Gestalt-therapy, providing a good understanding of how this theoretical strand works, starting from the understandings of contact, awareness, here-and-now, creative adjustment, theory of field and organísmica, among others that make base the Gestalt-therapy. As well as reporting on the experiences, the knowledge acquired, the difficulties in practicing clinical care in the integrated clinics of UNI-RN during the end of the psychology course, and reporting on the methods used in the course. The present study will present a specific clinical case describing the case of an elderly woman, and also my report of this experience, which describes some difficulties of the elderly care, as well as show how the therapeutic method with the elderly becomes different, since in that experience there was fewer interventions and more welcoming and seeking autonomy and self-esteem, showing that listening, therapeutic relationship, the desire of our client, and interventions have therapeutic power.

Keywords: Gestalt-therapy. Psychology. Awareness. Here now. creative adjustment.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 PRESSUPOSTOS HISTÓRICOS DA GESTALT-TERAPIA.....	10
3 PRESSUPOSTOS FILOSÓFICOS E EPISTEMOLÓGICOS	12
3.1 HUMANISMO	12
3.2 EXISTENCIALISMO	14
3.3 FENOMENOLOGIA.....	17
4 TEORIAS DE FUNDO.....	20
4.1 TEORIA DE CAMPO DE KURT LEWIN.....	20
4.2 PSICOLOGIA DA GESTALT	23
4.3 TEORIA ORGANISMICA DE KURT GOLDSTEIN	25
5 PRINCIPAIS CONCEITOS.....	28
5.1 CONTATO.....	28
5.2 EXPERIMENTO	28
5.3 AQUI-E-AGORA.....	29
5.4 FIGURA E FUNDO.....	30
5.5 AWARENESS	31
5.6 AJUSTAMENTO CRIATIVO	32
6 MECANISMOS DE EVITAÇÃO DE CONTATO.....	33
7 A RELAÇÃO NA PSICOTERAPIA GESTÁLTICA	36
8 ESTUDO DE CASO CLÍNICO	37
9 CONSIDERAÇÕES FINAIS	41
REFERÊNCIAS.....	42
ANEXO	43

1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho visa mostrar o contexto histórico da Gestalt terapia, passando por seus pressupostos históricos, voltando aos primeiros estudos da psicologia das formas por Christian Von Ehrenfels. História e formulação da psicologia da Gestalt que foram criados por Wertheimer, Kohler e Koffkar, a partir dos estudos da psicologia das boas formas de Ehrenfels.

Veremos um breve histórico da Gestalt-terapia e as influências que Fritz, Goodman, Hefferline, e Laura Perls tiveram de vários saberes para elaborar esse novo jeito de fazer terapia, faremos uma viagem passando pelos pressupostos epistemológicos, filosóficos, conceitos e técnicas que a Gestalt terapia nos permite circular. Também conheceremos as influências de teorias como a de Kurt Lewin que é a teoria de campo, e a de Kurt Goldstein que é a teoria organísmica, e suas colaborações para a Gestalt terapia.

Esse trabalho trará aprofundamentos filosóficos do existencialismo e da fenomenologia, conhecendo ideias de grandes pensadores que tiveram colaboração a partir de suas obras, como Jean-Paul Sartre, Søren Kierkegaard, Edmund Husserl, e Martin Heidegger. Conheceremos também a influência das correntes humanistas e abordaremos nomes como, Abraham Maslow e Carl Rogers, compreendendo a linha humanista e como a Gestalt-terapia está relacionada a essa corrente.

Abordaremos alguns conceitos que temos na Gestalt terapia que dão a forma filosófica e prática de pensamento da terapia. Falaremos sobre a relação terapêutica na Gestalt-terapia, como se desenvolve esse campo terapêutico entre terapeuta e cliente, e por fim um caso clínico, onde estará relatado todo o processo terapêutico com um cliente, e todos os conceitos da Gestalt-terapia que foram usados poderão ser vistos dentro desse relato.

2 PRESSUPOSTOS HISTÓRICOS DA GESTALT-TERAPIA

A psicologia da Gestalt foi uma das teorias bases e primordiais para desenvolvimento da Gestalt-terapia por Fritz, Goodman Hefferline, e a presença de Laura Perls, que foi de grande importância, pois, cursava o doutorado em psicologia da Gestalt.

Oficialmente a Gestalt-terapia nasceu em 1951, quando lançado o livro Gestalt therapy que foi escrito por Fritz Perls, Goodman e Hefferline, que foram os criadores da Gestalt-terapia, junto a Laura Perls. Depois de vários estudos e encontros desde a época do grupo dos sete, que era constituído por alguns dos boêmios, poetas, filósofos, esquerdistas da época, em fim. A partir desses encontros e separações foram se encontrando as bases para refletir sobre como se processaria, as fontes que beberia da psicologia da Gestalt, da psicanálise, da corporal, filosofias orientais e tendo como bases filosóficas e epistemológicas, o existencialismo e a fenomenologia, e em virtude de haver diversas influências técnicas e filosóficas, alguns criticam que a Gestalt-terapia como um apurado de ideias sendo utilizados em uma dita abordagem duvidando inclusive de sua autenticidade.

A Gestalt-terapia antes de se chamar assim passou por varias sugestões de nomes pelos seus fundadores, tais como psicanálise existencial, terapia integrativa, terapia experimental, teoria da concentração, até Perls chegar à conclusão que se chamaria Gestalt- terapia, coisa que não agradou muito sua esposa Laura, pois como fazia doutorado em psicologia da Gestalt, ela achava que não haveria relações diretas entre a psicologia da Gestalt e a Gestalt-terapia, mesmo tendo princípios estudados e utilizados na Gestalt-terapia. Assim também para Goodman e Hefferline, que também tiveram seus supostos nomes que gostariam de dar a nova terapia, foram vetados, ficando assim válido o nome Gestalt-terapia.

A Gestalt-terapia procura fugir do determinismo, da quantificação, qualificação, e do controle sobre o indivíduo, fazendo que o mesmo possa se reconhecer, ser responsável pelas suas atitudes, reconhecer sua autenticidade e ser capaz de tomar decisões congruentes.

Com a proposta de entender o ser humano em sua integralidade, a Gestalt-terapia nos traz uma possibilidade de compreender o ser humano em sua totalidade individual que tem cada ser, e como ele se processa e como chega ao seu

autoconhecimento á partir de si mesmo, resultando em ações mais autênticas desse ser humano. “A finalidade da psicoterapia é levar o cliente à sua consumação, isto é a desdobrar-se até a plenitude de sua essência, ou seja, levá-lo à sua plenitude no agir, no pensar, no expressar-se pela linguagem” (RIBEIRO, 1985, p. 30).

A Gestalt-terapia tem as suas origens na Alemanha tanto no nome, quanto em seus criadores e suas bases teóricas. Mas assim que já estava bem estruturada com o lançamento do Gestalt therapy nos estados unidos, e implantando também o instituto Gestalt de Nova York e no ano seguinte, em Cleveland, fortalecendo o movimento da Gestalt terapia nos Estados Unidos, era um das terapias das mais usadas, tanto quanto a psicanálise. Em razão a essa implantação no espaço americano a Gestalt-terapia ficou por muitos críticos entendida por americana, além de criticada como retalho de teorias.

A Gestalt-terapia consegue despertar no indivíduo suas formas particulares de se por no mundo e a tomada de consciência plena de seus atos e emoções trazendo a significância no aqui agora fazendo com que o sujeito elabore nova consciência ao entrar em contato com suas emoções, sendo passadas ou não. Em Gestalt-terapia há certa importância ao passado cronológico, porem não se trabalha com ele, pois trabalhamos no aqui-agora, ou seja, como tal acontecimento se apresenta em sentimentos no agora.

3 PRESSUPOSTOS FILOSÓFICOS E EPISTEMOLÓGICOS

Fritz Perls foi um homem que durante sua vida foi envolvido com vários tipos de meios, desde filósofos a boêmios, talvez esse jeito de ser, de se envolver, o fez entrar intensamente em todas as áreas da filosofia e do conhecimento que viveu, e essa vestimenta de conhecimento com certeza foi de grande importância para o surgimento da sua nova maneira de fazer terapia.

Como já vinha dizendo anteriormente a Gestalt-terapia traz consigo um apurado de filosofias, do existencialismo, da fenomenologia, do humanismo, da psicologia da Gestalt, da psicanálise, do psicodrama, das terapias corporais, e de conhecimentos de origem europeia, ocidental e americana.

A Gestalt-terapia vem trazendo todas essas bases de conhecimento para se constituir em terapia, em uma nova forma de pensamento de uma corrente teórica que seria inovadora, e contra o determinismo do passado e o direcionamento que propunha novos comportamentos, que era o que até então se tinha como terapia. Durante o decorrer do trabalho vimos um pouco da apresentação de como seria algumas características da Gestalt-terapia, algumas ideias e correntes filosóficas.

Então ainda lembrando-se disso, vamos buscar aqui compreender como grande parte de suas influências situam-se em suas ideias originais, e onde se aplicam na Gestalt-terapia, então estando bem familiarizado com a Gestalt-terapia e suas influências poderemos assim então, fazer as relações entre Gestalt, e suas influências e compreender o seu funcionamento.

A priori estarei trazendo três ideias principais em Gestalt terapia que são o humanismo, existencialismo e a fenomenologia, essas são correntes de pensamento que estão muito marcantes em Gestalt-terapia trazendo algumas dessas ideias que são fundamentais.

3.1 HUMANISMO

Em meados dos anos 50, a corrente humanista aparece de forma informal procurando ganhar espaço entre as duas correntes já estabelecidas na psicologia. O movimento estava procurando notoriedade liderada por alguns grandes nomes, tais como Abraham Maslow, Carl Rogers entre outros que vinham sendo fortemente influenciados no existencialismo europeu.

O humanismo apareceu como uma forma de trazer o ser humano como centro de sua existência, e se opunha das correntes psicológicas deterministas, que até então eram modos de enxergar o ser humano, ou pelo um passado que se fazia presente em manifestações pelo inconsciente e pelo não dito, ou pelo o treino e aprendizagem de novos comportamentos substituindo o comportamento indesejável, por um mais aceitável. No humanismo se partia do princípio de acompanhar o ser humano e seu tempo, mantendo-se como uma abordagem bem aberta as mudanças dos valores de uma época, procurando sair do dogma e do determinismo empregado ao ser, como acontecia com outros ramos da psicologia. O humanismo surgia com uma nova proposta de integrar o ser humano a sua realidade, e refletir através de si mesmo as experiências, as responsabilidades de seus atos como um ser que tem total liberdade de escolha no mundo, e dessa forma tirar o ser humano desse objeto de estudo que se tinha anteriormente e coloca-lo no lugar de sujeito cheio de possibilidades. “O *humanismo* é qualquer teoria ou doutrina que tenha como objetivo a pessoa humana e seu desenvolvimento” (GINGER, GINGER, 1995, p. 96).

Ao surgir, o humanismo não era levado como ciência por outras escolas da psicologia sendo inclusive taxada como mero modismo de uma época, tendo inclusive Maslow, que ao escrever pequenos documentos considerados até então, não científicos. Esses documentos onde abordava as ideias da teoria humanista eram destinados para um público específico de interessados que inicialmente seriam de 30 pessoas e futuramente ganharia melhor notoriedade e adeptos.

De 1957 até que ganhasse espaço para escrever sobre suas ideias, quatro anos depois consegue escrever em uma revista que lançou seus artigos em 1961 *Journal of Humanistic Psychology*.

A Gestalt-terapia em muitas de suas influências trás o humanismo, e consegue deixar muita coisa da psicologia humanista aparente. O humanismo não aderiu classificações, categorizações e mensurações, ações de estímulo resposta, pelo contrário se fez oposto a esses quesitos focando nas individualidades de cada ser, procurando compreender a normalidade de cada indivíduo, e de suas potencialidades de desenvolver-se com o melhor de si.

Uma das características do humanismo é sobre o posicionamento político *antimanicomial*, antipsiquiatria, que dentro de alguns anos conseguiu uma diminuição significativa das internações nos manicômios e asilos da época.

Entretanto a psicologia humanista entendia a loucura como atitudes, comportamentos individuais de cada ser humano.

As psicopatologias eram até então uma área de estudo onde a psicanálise se fazia de grande saber. O humanismo vinha com uma visão diferente sobre o ponto de vista tanto da psicopatologia, quanto uma terapia para os que se julgavam em pleno estado de “normalidade”.

Segundo Ginger, Ginger (1995, p. 98):

Assim, enquanto a psicanálise inicialmente se interessou pela psicopatologia dos doentes, para depois extrapolar suas descobertas para a personalidade dos normais, a psicologia humanista, ao contrário, renunciou a essa clivagem — por princípio — e se interessou de imediato pelo desenvolvimento máximo individual.

Desta maneira a corrente humanista conseguiu se desviar o seu olhar do sujeito como objeto de estudo e de ato e consequência, para então se atentar aos fenômenos do ser humano e compreende-lo de forma totalizadora e englobada, tanto em seus meios sociais como consigo mesmo e com seu biológico se tornando uma abordagem onde a relação se destaca, onde há um desenvolvimento da consciência, de si mesmo e de sua aplicação no mundo.

3.2 EXISTENCIALISMO

As correntes filosóficas estão muito presentes nessa construção de variados blocos que é a Gestalt-terapia dentro dessas abordagens filosóficas, nos deparamos com o existencialismo.

A seguir desenvolverei um pequeno texto histórico das primícias do existencialismo, com alguns dos seus principais teóricos e os conceitos que havia na sociedade da época, e o que realmente pregava o existencialismo. O existencialismo é uma corrente filosófica que nasce no berço europeu durante um momento de crise caótica na Europa, onde estava em desordem a política, a economia, e a sociedade em geral. Ser um existencialista ultrapassava as discussões em âmbito filosófico e acadêmico, mas sim se estenderia para o indivíduo em sua vida pessoal, tornando-se um jeito único de ser e pensar.

O senso de liberdade, que era de acordo com o realizar das vontades, independente do que a sociedade fosse pensar diante de tal comportamento, pois

no existencialismo se realizar, era o que fazia sentido para o ser humano que queria viver a situação desejada, que eram embasadas de acordo com a filosofia que vivenciava. Essa filosofia, que além de filosofia tornou-se um estilo de vida, sofreu todo tipo de represálias, críticas, preconceitos e estereótipos.

Criou-se uma imagem da pessoa que vivia o existencialismo na época como um pecador mundano que se propunha a satisfazer todas suas vontades carnis, e também taxadas como imorais e profanos, enfim eram pessoas que foram marginalizadas pela sociedade burguesa e hipócrita. Existia inclusive um estereótipo não só dos comportamentos quanto da aparência, pois eram considerados pessoas de um péssimo gosto de vestir-se e descuidados com aparência, em linhas gerais o que fosse considerado comportamento excêntrico e desviante. Na época, líderes pensadores e principalmente representantes religiosos, junto à sociedade em geral tinham o movimento e a filosofia existencialista como uma filosofia que explorava o lado negro da existência humana.

Segundo Penha (2001, p. 8):

Os existencialistas eram acusados de pregar ideias dissolvente. Sua reflexão filosófica, dizia-se, era mórbida, sombria, amarga, preocupada em explorar o lado sórdido da existência humana, fixando nas exceções da vida. Corruptos, amorais, degradadores, perniciosos, pregoeiros do desespero e se comprazerem no tédio e na melancolia.

O que acontecia realmente na sociedade burguesa da época, é que havia uma visão destorcida e errônea da filosofia e movimento cultural do existencialismo, que se é mal interpretado. Ao irmos atrás da etimologia da palavra existência, começaremos a compreender o sentido real que foi distorcido pela oposição do movimento. A palavra chave para existência chama-se essência, que era como alguns filósofos da meditação tinham como forma de pensamento na essência e origem das coisas. Em latim, alguns anos depois surge a palavra *existentia* que era uma variação da palavra *existere* que em uma tradução aproximada significa, sair de um domínio, de uma prisão, mostrar-se, aparecer, por para fora, movimentar-se. Trazendo para a filosofia do existencialismo relacionando com os significados das suas palavras de origem, podemos dizer que o existencialismo é a filosofia que está aplicada a pensar na existência humana, suas essências e vontades individuais. “Dai, denominar-se existencialista toda filosofia que trata diretamente da existência humana” (PENHA, 2001, p.11)

Falar em existencialismo sem falar em seus pensadores não nos traria uma compreensão satisfatória do assunto, ou pelo menos mínima, pois falar em existencialismo sempre foi polêmico e complicado, pois cada filósofo que transitou pelo existencialismo deu um filosofar da sua essência humana e o modo do ser, agir, e se realizar individualmente. Um dos grandes nomes e pioneiros que influenciaram o movimento do existencialismo foi o filósofo dinamarquês Søren Kierkegaard.

O filósofo Kierkegaard se interessou em algumas linhas teóricas, porém sempre as abandonava por discordância, assim foi com Hegel, que inicialmente estava consumindo suas ideias, até chegar à discordância com o modo de sistemas do ser humano que vinha das ideias de Hegel, sua linha de pensamento foi compreender o ser humano em sistemas a realidade, em toda ação como ideia absoluta. Já Kierkegaard partia do pensamento que toda existência humana não poderia ser explicada dentro de sistemas, pois um sistema não partia da realidade humana, não seria capaz de dar suporte, sendo assim Kierkegaard acreditava que para entrar em contato com a realidade seria através da subjetividade e individualidade do ser. No pensamento de Kierkegaard o ser humano passa por três estágios na sua existência onde cada ser se constituirá subjetivamente através de sua liberdade de escolhas e possibilidades, os estágios são esses, estético, ético e religioso. Para Kierkegaard em cada estágio desses há uma procura da existência e de viver experiências, vejamos que partindo do primeiro o estético é uma fase onde as experiências do ser serão atendidas com o mínimo de moderação do mesmo, que irá procurar estar vivendo seus desejos em busca de sentidos de vida. A insatisfação nesse estágio estético leva o homem a entrar em um sério desespero, porém um desespero mobilizador onde o indivíduo se promove ao próximo estágio, o ético.

No estágio ético o ser humano ainda atua com sua liberdade de escolha, mas agora compreende a responsabilidade empregada nas suas escolhas, à liberdade porém ela se faz mais ponderada e está de acordo com as normas sociais. Ainda com uma falta em sua existência o homem entraria no último estágio, o religioso, que seria o fim de uma busca de existência humana onde em uma obediência divina, um viver religioso vinha a trazer a paz e o real sentido da vida tão procurado pelo homem.

Agora trazendo essas influências para dentro da Gestalt-terapia vemos como as linhas filosóficas do existencialismo emergem como fundo filosófico, de

acordo que o cliente vá se reconhecendo dentro do mundo e se descobrindo em seu próprio espaço, reconhecendo o sentido real de sua existência e escolhas de vida.

3.3 FENOMENOLOGIA

Do grego significa *phainesthai*, aquilo que se apresenta, e logos quer dizer explicação, fenomenologia. Uma das linhas filosóficas que tem uma grande importância para a Gestalt-terapia, é a fenomenologia, pois parte de um ato de observar o fenômeno que se apresenta, é método que estuda a essência das coisas como são percebidas no tempo, espaço e mundo, em linhas gerais seria o conhecer do como conhecemos, como se apresenta.

Para o terapeuta todo fenômeno que puder ser observado é trabalho para a sessão, por tanto o cliente trará consigo o proceder da terapia, às vezes calado, às vezes eufórico, às vezes tomado pelas emoções, e trará somente o choro que não tem coragem de expor em outro lugar. Então como funciona mais precisamente o método fenomenológico? . Para isso vamos dar uma olhada um pouco na história da filosofia, e de alguns teóricos do século XX, para então se aproximar do entendimento da fenomenologia e como se aplica mais profundamente em Gestalt-terapia.

Para começar falar em fenomenologia partimos do filósofo e matemático alemão Edmund Husserl, que foi o homem que começou a desenvolver o método fenomenológico a priori sem intenções clínicas, porem fundadas contra o psicologismo e a psicologia científica, aliás, ela procura fugir das explicações científicas, e mais na realidade para distinguir fenômenos psíquicos dos físicos.

Husserl queria sair da coisa científica do empirismo e das mensurações que já havia em psicologia experimental da época, porém levando seu método filosófico com um rigor científico, que em seu ponto de vista não havia acontecido com outras filosofias.

Na fenomenologia *Husserliana* ele procurava a consciência das coisas e humanizou a ciência partindo da ideia que não só as ciências mensuráveis trouxessem verdades, mas que a subjetividade e a humanização das ciências também seriam grandes formas de se fazer ciência apenas entrando em contato com cada ser singular, e entrando em contato com sua forma de mundo.

Desse critério adotado, Husserl desenvolve com uma palavra que já vinha

sendo usada por filósofos anteriores, a noção de intencionalidade, que é como fato reconhecido em fenomenologia, o que faz com que o sujeito entre em relação com os objetos, com o mundo, ser e pensamento todos ligados a uma consciência de experiências vívidas.

Segundo Penha (2001, p. 13):

A tradição fenomenológica concebeu a intencionalidade como sendo o traço definidor, e mesmo exclusivo, da experiência, e, portanto, a fenomenologia pode ser caracterizada como o estudo da intencionalidade. (Outras escolas de filosofia estiveram do mesmo modo ocupadas com entender e explicar a noção de intencionalidade, assim esse tipo de interesse apenas não serve para distinguir unicamente a fenomenologia.)

Para Husserl a consciência absolve imagens e suas representações são passadas dando representatividade ao conteúdo, assim como os objetos do mundo são representados por imagens em nossa consciência, assim dizia Husserl, toda consciência é consciência de alguma coisa. Para compreender o fenômeno que se apresenta, propôs um esvaziamento do juízo das coisas, tais como nossas particularidades conceitos e preconceitos, para podermos entrar nesse dito esvaziamento, e focar somente nos fenômenos que se apresentam, para que assim pudesse chegar a uma compreensão mais fidedigna possível do fenômeno ali presente. Esse ato de suspender o juízo das experiências individuais e focar no fenômeno, sem que suas experiências individuais, crie pressupostos sobre o fenômeno, Husserl denominou de redução fenomenológica, ou epochê, que vem do grego e significa a suspensão, o cessar, referente aos conceitos de juízo dito antes. Husserl juntamente com seu conceito de epochê nos traz mais dois, o de noema e noesis.

Noema seria o aspecto objetivo da vivência, como ela aparece aos nossos olhos, por exemplo, o perceber, e o olhar dessa percepção, desse objeto, e noesis aspecto subjetivo da vivência, aonde o sujeito chegará à compreensão desse objeto, por exemplo, perceber, lembrar e imaginar.

Husserl foi o primeiro a usar a fenomenologia a dar o conceito trabalhado nesse texto, porém já era uma palavra usada por outros filósofos, e também a partir dele surgiram alguns outros como Max Scheler, Eugen Fink, Alfred Schutz, Edith Stein e Paul Ricoeur, porém aqui estará sendo abordado somente Husserl, e Martin Heidegger a seguir.

Martin Heidegger foi um filósofo, escritor e professor alemão que teve grande influência dentro do campo da fenomenologia. Heidegger apesar de ser visto por alguns críticos como um existencialista, ele tão pouco se interessava pelo assunto como deixou bem claro quando fez o livro *ser e tempo* de 1927, que procurava descrever os fenômenos de como caracteriza a experiência elaborando uma teoria de ser.

Existem alguns termos na filosofia heideggeriana que se aplica na Gestalt terapia como, por exemplo, o *Dasein* que é o ser presente no mundo vivenciando de suas experiências, e o *Sein* que é um ser em geral que engloba todos seus contextos, e essa relação quando de *Dasein* para *Dasein*, *Mit-Sein* que significa ser com.

Segundo Penha (2001, p. 30):

O “ser-no- mundo” implica a relação do *Dasein* com outros *Dasein*, que coexista com eles, o que o torna um “Ser- com” (*Mit-Sein*). Existindo, o *Dasein* existe no tempo dimensão essencial do “Ser aí”. É através da temporalidade – logo, da existência – que o *Dasein* adquire sua essência.

Levando para o lado terapêutico incluso na Gestalt-terapia, podemos entender que as contribuições de Heidegger podem fazer para o ser conseguir elaborar esses três conceitos para que se reconheça congruentemente e consiga um estado de equilíbrio.

Heidegger também atribuiu o conceito de autenticidade, onde o *dasein* autêntico tem a visão do que é humano e o que não é humano, e não se insere em uma inautenticidade, que é uma a perda de ser em um mundo onde suas escolhas não fazem sentido e são de certa forma alienadas.

4 TEORIAS DE FUNDO

4.1 TEORIA DE CAMPO DE KURT LEWIN

Fritz Perls em muitas de suas buscas por conhecimento depara-se com teoria de campo teorizada pelo Kurt Lewin, e com essa teoria Perls faz uma absorção de alguns conceitos para serem usados na Gestalt-terapia.

Então durante o texto vamos procurar compreender como a teoria de campo de Kurt Lewin se aplica em Gestalt-terapia. A priori precisamos entender o conceito de campo e como é essa teoria de campo de Kurt Lewin.

O campo tem uma ligação direta com o espaço geográfico onde o sujeito está inserido, pois dependendo do espaço do campo onde o sujeito está, ocorrerá uma resposta comportamental equivalente, que mudará todo o contexto de onde o sujeito se encontrava naquele momento. Então em linhas gerais significa que nosso corpo se relaciona com o ambiente promovendo uma troca mútua de ser humano e ambiente ambos sendo modificado um pelo outro, isso significa também que os fatores externos poderão influir.

Segundo Ribeiro (1985, p. 89):

Koffka nos dá o exemplo de alguém em uma praia tranquila. A harmonia é tal que praticamente existe identidade entre o organismo da pessoa e seu meio geográfico. Existe um perfeito equilíbrio. "Sou parte da paisagem, a paisagem é parte de mim... Nenhuma ação, nenhuma tensão. "Ouve-se um grito de socorro, na praia. A partir deste momento todo o campo geográfico muda.

Em uma psicoterapia podemos compreender que temos duas pessoas em uma relação, e que estarão em um espaço geográfico que também influenciará a relação comportamental de ambos, e ambos estão em relação um com o outro, mas também com o ambiente.

Em um ambiente terapêutico se torna necessário à presença dos dois campos, o campo do terapeuta e o campo do cliente, isso irá propiciar um campo chamado de campo comportamental, ou seja, para que haja ação do comportamento se torna necessária a interação entre os dois campos.

Pois bem, para Kurt Lewin todos nós estamos inseridos dentro de um campo, que se constitui de campo e forças onde estamos ligados, nós e o mundo

externo, e as forças, que, por exemplo, pode ser um modo de usar o cabelo, uma roupa, em linhas gerais coisas pessoais.

As percepções disso tudo será possibilitada por essa rede que nos liga com o ambiente, e ocorrendo essa ligação, ocorre também a compreensão do ser que responde de acordo com o ambiente inserido.

Segundo Ribeiro (1985, p. 95):

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

Dentro dessa ideia o ser humano ele é compreendido também pela sua representação espacial e de um espaço que habita maior que ele mesmo. Na teoria de campo de Lewin ele tinha o ser humano com o um universo fechado que estava inserido em outro universo maior que ele e que se relacionam. Para Lewin, todo o universo fechado dentro desse círculo, era a pessoa, e o que fosse do universo fora do ser humano, era não pessoa.

Para Lewin o campo comportamental englobava o ser, o ambiente, e se concretizava como campo total, também abordava que a mente e o corpo como inseparáveis, onde não poderiam controlar um ao outro, que o ser humano não poderia fazer domínios no ambiente separadamente corpo e mente. A teoria de campo tem uma aplicabilidade em processos de aprendizagem, grupais e terapêuticos, isso foi uma ajuda a compreensão de Fritz Pearls em sua aplicabilidade terapêutica. Mas, como essa teoria de campo se aplica em Gestalt - terapia?

Bem já sabemos que a Gestalt-terapia é uma abordagem da corrente humanista que possui uma visão holística do homem, pois bem, esse homem esta inserido em um ambiente onde há uma troca de seu campo com outros campos que estão em volta.

A observação não só desse campo, mais também com o campo externo torna uma compreensão do indivíduo mais fácil e precisa, por isso é necessário a compreensão total que se encontra o paciente.

Segundo Ribeiro (1985, p. 103):

Quando se diz que a Gestalt-terapia se fundamenta na Teoria do Campo, queremos dizer não apenas que ela se serve dos conceitos estruturais do campo, como até aqui expusemos, mas que se serve dos conceitos dinâmicos do campo, de alta aplicabilidade na Gestalt-terapia e sobre os quais faremos agora uma sucinta exposição.

Lewin aborda também o conceito de espaço vital, que se trata da expressão e relação que o sujeito concretiza com a sua realidade em espaço e existência, que se torna de grande importância para a compreensão de terapia de espaço psicofísico, e dentro do campo vital conseguir absorver o que está sendo trazido pelo cliente. O espaço vital é de extrema importância para o terapeuta, pois dessa relação será possível à compreensão dos comportamentos através do que se foi percebido nessa relação dos campos.

Segundo Ribeiro (1985, p. 97):

Seu espaço vital é a sua própria expressão e revela a relação estabelecida entre sua realidade espacial e existencial. Este conceito, mais operacionalizado, nos pode ajudar, em termos de psicoterapia do campo psicofísico, a compreender de que maneira o espaço vital funciona no sentido de revelar a pessoa que nele se movimenta.

Lewin nos trás que um campo ele é dinâmico, que interage com outros campos através do comportamento que se acontece dentro desse espaço vital, o terapeuta, o cliente, o espaço terapêutico, todos são campos que se relacionam. Cada vez que um cliente nos traz um assunto há uma mudança de campo, assim como há uma mudança de figura e conseqüentemente a aparição de uma nova necessidade para ser apresentada em terapia.

Na teoria de campo de Kurt Lewin existem alguns conceitos que são de extrema importância e presença na Gestalt terapia que são energia, tensão, necessidade, valência, e força ou vetor. As questões de energia estão no próprio ser humano, em uma emoção o cliente já está liberando uma energia, que se manifesta no campo revelando muito de fenômeno no momento, atingindo todo o campo.

Trabalhar com a tensão significa que há um desequilíbrio entre um campo e outro e que podem se espalhar. A necessidade vem de uma tensão que o cliente precisa expor essa necessidade que pode ser de origens fisiológicas ou sociais, pois estão ligadas ao campo geográfico, econômico, e afetivo. Valência está diretamente ligada ao problema de uma necessidade. As valências podem ser tanto negativas ou positivas, irá depender muito da tensão que o paciente se encontra.

As valências através do meio psicológico dão uma espécie de vontade de realizar algo, porém não da à atitude para isso, por isso entra o conceito de força, ou vetor. A força ou vetor essa sim é uma força que causará mudanças terapêuticas ao cliente, pois essa força tem ligação direta com a necessidade do cliente que fará uma mudança de uma força modificando outra, assim o campo vital se reelabora para que tal mudança ocorra.

É preciso que haja uma harmonia entre esse processo terapêutico, o terapeuta e o cliente, para que o cliente possa se reconhecer como indivíduo que é, e que as necessidades e forças possam tomar um rumo terapêutico.

4.2 PSICOLOGIA DA GESTALT

O psicólogo e filósofo austríaco Christian Von Ehrenfels, em 1890 quando elaborava seus estudos que desenvolveu e escreveu sobre a psicologia das qualidades da forma, no mesmo período que Wundt e seu laboratório, onde fazia psicologia experimental, que trazia como seus conceitos de percepção e consciência eram de origem fisiológica, e seria alcançado através da observação, baseado em processos básicos sensoriais, além dos experimentos com animais tentando se aproximar em comparação ao ser humano.

Wundt procurava uma forma de descrever exatamente a consciência, então procurou fazer isso através da observação do comportamento, da descrição, observações externas e internas, onde pudesse mensurar a consciência humana, pois não acreditava que a consciência fosse subjetiva.

Segundo Ribeiro (2003, p. 94):

Considerado o fundador da Psicologia Experimental, Wundt “propôs que fosse considerada apenas a experiência pura, descontaminada de interpretações e reflexões pessoais. Para tanto, o sujeito deveria ser treinado cuidadosamente a concentrar-se na tarefa e atentar somente para o estímulo em pauta, não para suas outras dimensões; deveria estar isolado de quaisquer outras estimulações e distrações; deveria responder imediatamente ao estímulo, sem pensar e sem se valer de sua história passada; deveria responder não ao objeto e a seu significado e sim à própria sensação; deveria distinguir entre sua experiência imediata e sua experiência elaborada... Depreende-se daí uma ênfase no método, nos procedimentos de treinamento que possibilitassem o acesso da experiência pura sem contaminação e da vida mental determinada por condições fisiológicas.

Ehrenfels discordava desse modo de pensamento, pois, para ele o ser humano era algo mais complexo, do que além da percepção, e que a consciência não poderia ser analisada separadamente, muito menos serem mensurados de maneira quantitativa, pois cada ser humano possuía elementos de uma individualidade, e o conjunto dessas individualidades seria então outra forma de compreensão.

Ehrenfels partia da ideia que o modo de percepção se daria de duas formas que seriam as sensíveis e formais, que nos leva a chegar à percepção e compreensão daquilo que se vê de acordo com a percepção das partes e do todo. “Para compreender um comportamento, o que conta, então, não é somente analisá-lo, mas, sobretudo, ter dele uma visão sintética, percebe-lo no conjunto mais amplo do contexto global, ter uma visão não tanto “aguda” mas ampla” (GINGER, GINGER, 1995, p.14).

Desse modo Ehrenfels foi criando as bases para futuros estudiosos, que com seus trabalhos começaram a desenvolver a então Gestalt, partindo de seus princípios de percepção que os objetos seriam realmente percebidos partindo da percepção das totalidades das partes do mesmo, e que era necessário mais do que a experiência sensorial.

No início do século XX na Alemanha nomes como, Wertheimer, Kohler e Koffkar foram os estudiosos mais aprofundados da psicologia da Gestalt, também conhecida como Gestaltismo, ou psicologia da forma, a partir da continuação dos trabalhos do psicólogo austríaco Christian Von Ehrenfels, que foi o pioneiro desse pensamento, e a partir desses estudos de Ehrenfels os três foram melhor estruturando a teoria da Gestalt, coisa que para Ehrenfels na época não foi possível.

A psicologia da Gestalt trabalha a princípio dos fatos, das organizações do indivíduo, comportamentos, fenômenos e suas particularidades, de forma com que o indivíduo perceba suas ações e sua totalidade, sendo assim podem entender como um meio de perceber de organizar todos os componentes que levam a compreensão do fenômeno então observado, desta forma na Gestalt também compreendemos que assim como as figuras surrealistas, somos nós indivíduos, cheios de situações que se tornam presentes em dados momentos da vida, mas com algumas questões passadas que ao serem trazidas nos momentos atuais expressam as emoções de tal forma que novamente as trazem de volta sentimentos parecidos no aqui e agora, pois esses sentimentos são intercambiáveis, e se tornando figura ou fundo,

dependendo do processo a que se está sendo submetido.

Na teoria Gestáltica uma das formas de compreensão do indivíduo é que mostra que o ser humano não percebe as coisas de forma isolada e sem relação, mas sim da toda uma significância ao que se é percebido.

A psicologia da Gestalt é uma das linhas de pensamento da psicologia humanista que está reconhecida nas três forças da psicologia, e compreende a pessoa em seus aspectos físicos, psicológicos, sociais e biológicos mostrando um conceito de que o todo é maior do que todas as partes, ou seja, uma forma de integrar o ser humano em todos seus aspectos de vida.

Gestalt é uma palavra de origem alemã que não há uma tradução bem definida para outros idiomas, mas que pode ser entendida por forma, formato, ou figura. “Na realidade, mais do que Gestalt, exato seria dizer Gestaltung, palavra que indica uma ação prevista, em curso ou acabada, que implica um processo de dar forma, uma formação” (GINGER, GINGER, 1995, p. 13).

4.3 TEORIA ORGANISMICA DE KURT GOLDSTEIN

Outra teoria que encorpa a Gestalt-terapia foi à teoria organísmica de Kurt Goldstein que Fritz Perls, Paul Goodman, Hefferline, e Laura Perls se apropriaram de alguns conceitos e os usaram nesse novo fazer de terapia que é a Gestalt-terapia.

A teoria organísmica parte de um princípio que não se enxerga o ser somente em fatos psicológicos, mas também o organismo biológico também será inserido no campo que Lewin falava. Goldstein também usava o conceito de figura e fundo em sua teoria voltada ao organismo, figura como as principais funções de um organismo que sempre estará ligada a um fundo. Para Goldstein assim como o organismo uma psicoterapia precisa de uma organização e um equilíbrio de organismo e ambiente para que se haja uma realização natural do que está emergindo.

Há uma grande importância em trabalhar junto ao paciente como um todo, pois o cliente se apresenta como figura, mas Goldstein alerta para que não haja uma distorção e que o terapeuta acabe virando uma figura não natural, ou seja, isso resultará em comportamentos mecânicos e não autênticos.

Segundo Ribeiro (1985, p. 109):

O psicoterapeuta, quando propõe um experimento fora de hora, quando faz uma intervenção inadequada, quando trabalha sem prestar suficiente atenção ao movimento do cliente, está "transformando" o cliente numa figura não natural, porque "está impondo à pessoa uma tarefa que resulta em um comportamento rígido e mecânico" como diz Goldstein. Nesta hora, o organismo se divide, deixa de ser tratado como um todo a relação entre cliente e psicoterapeuta também perde sua característica unitária, o campo comportamental (relação cliente-psicoterapeuta) perde sua orientação, cliente e psicoterapeuta jogam em times diferentes.

Na teoria organísmica é necessário que cliente e terapeuta estejam em harmonia no mesmo campo comportamental para que possam vivenciar todos os fenômenos que ocorrem durante a sessão, assim as figuras naturais vão ocorrer fazendo com que o cliente encontre questões fidedignas do que procura e como lidar com essas novas descobertas fazendo com que o paciente descubra necessidades que já havia nele mesmo. Goldstein traz três conceitos que se faz de grande importância em terapia, são eles, equalização ou centragem do organismo, autorrealização e Pôr-se de acordo.

A equalização ou centragem trata-se das energias que todo ser humano tem e que elas tendem a circular por igual no corpo, que tem uma tensão normal dessa energia que pode ser estimulada ao extremo, quando essa energia volta a sua distribuição normal está sendo equalizada.

Na teoria de Goldstein o ideal é que o indivíduo consiga distribuir sua tensão e não descarrega-la, mas que seja necessário um equilíbrio, equilíbrio esse que chamamos de centragem.

O conceito de autorrealização que Goldstein nos trás alerta para o organismo como necessitante de uma autorrealização independente da que seja sono, fome, sede, sexo, e por aí vai.

Segundo Goldstein as necessidades básicas são a prioridade do organismo, pois esse conceito dentro da Gestalt-terapia podemos comparar com a autorrealização do cliente quando entra em processo de tomada de consciência, e se autorrealizando, fechando a Gestalt.

Segundo Ribeiro (1985, p. 111):

Fechar uma Gestalt significa equalizar energia e talvez conduzi-la a uma centragem optimal. Podemos dizer que o campo psicofísico está em harmonia interna ou ainda que o meio geográfico e o comportamental estão identificados nas necessidades.

Outro conceito que Goldstein é Pôr-se de acordo com o meio ambiente. Para Goldstein o meio ambiente é de uma grande influência para o organismo, podendo um afetar ao outro, então ambientes que o individuo não está entrando em uma relação sadia pode-se haver manifestações psicossomáticas corporais em resposta ao ambiente.

Ele tem dois modos de compreender o organismo, em um ele diz que a afirmação do sujeito no mundo e no caráter irá depender dessa relação meio ambiente e seu organismo.

Em contrapartida também compreende um organismo normal procura por si só a autorrealização que emerge do próprio individuo, e que com isso há uma melhor elaboração de lhe dar com as adversidades do mundo encarando não como uma ansiedade que aparece, e com isso as adversidades não são mais problemas, pois o sujeito já estará pronto para se autorrealizar.

5 PRINCIPAIS CONCEITOS

5.1 CONTATO

O conceito de contato na Gestalt-terapia é um dos fatores cruciais para que haja entrada no processo de awareness. Esse contato é o que podemos dizer como o sujeito lida com a relação do mundo podendo levar a interações nutritivas. É necessária uma fronteira para que possa ser possível o contato, mas não se trata tecnicamente de um lugar específico, mas sim a relação da pessoa, o ambiente o eu e o eu não.

“A partir desta conceituação podemos observar que o funcionamento saudável depende da possibilidade de awareness e contato, condição necessária para a fluidez na formação de Gestalten” (FRAZÃO, 1995, p. 147).

O contato se dá em toda relação viva, essa relação passará por essa fronteira anteriormente dita para se relacionar com o mundo, absorvendo novas experiências vividas com o meio e com os outros, e isso dará a possibilidade de ambos se modificarem através dessa relação. O contato surge em situações de novidade e onde o sujeito procura esse conhecimento, obtém contato com o que emerge, e assim ele pode se diferenciar desse contato, se reconhecer e voltar para si mesmo. O contato não consiste somente em experiências físicas, mas pode-se entrar em contato, em experiência com o mundo através dos sentidos, do olhar, do cheiro, sons e assim também internalizar e externalizar sentimentos e emoções.

5.2 EXPERIMENTO

Na Gestalt-terapia existe alguns conceitos e técnicas para seu desenvolvimento terapêutico, para que possa haver uma mudança significativa para o indivíduo. Como dito anteriormente o contato é algo preciso para se relacionar com os sentimentos, com o mundo, com o outro, e consigo mesmo, porem existem outras formas de se entrar em contato.

Na Gestalt-terapia que vai além do diálogo em terapia, mas sim uma forma prática de ação, que chamamos de experimento. Um experimento é uma forma prática de entrar em contato com seus sentimentos, e nos levar a um possível alcance de uma tomada de consciência daquilo que está causando sofrimento.

Esses vários tipos de experimentos permitem que o paciente possa se expressar e dizer, ou fazer, muitas vezes o que se faz necessidade no momento, podendo assim o cliente ter insights e perceber qual processo está alienando seu self, o impedindo de alcançar o estado de awareness. Um experimento pode ser alguma atividade bem elaborada e complexa, ou não, um experimento pode ser também apenas uma análise ao pé da letra de alguma expressão que o cliente emerge em terapia, ou também por meio de representações, por fantasia, comportamento dirigido ou lições para serem realizadas em casa.

A Gestalt terapia tenta recuperar a conexão entre o discurso (“falar sobre”) e a mudança (a ação propriamente dita), integrando essas partes por meio de experimento e libertando as pessoas da influência das ruminações empobrecedoras sobre os temas existenciais (PROGRAMA..., 2001, p.105).

5.3 AQUI-E-AGORA

A Gestalt terapia é um tipo de terapia que procura trazer as situações vividas para o presente, ou seja, a Gestalt-terapia não procura no evento do passado, ou faz projeções futuras de longo prazo, apesar de não interferir as projeções pessoais do cliente, mas ela trata das situações no momento do agora, que está sendo vívido. Uma situação ocorrida há dez anos, por exemplo, causou um incômodo, um sofrimento, uma angústia, em fim, porém a Gestalt não trabalha o como foi, e sim o como está sendo.

Cronologicamente o tempo pode até ter passado, mas os sentimentos da situação que não está fechada no indivíduo, ainda está ali, então é aí que a Gestalt-terapia dá certa consideração ao passado, trazendo e descrevendo como é esse sentimento do que ocorreu há dez anos.

Mas esses sentimentos, pensamentos e emoções não se remetem única e exclusivamente ao que pode ter acontecido no passado, e está sendo refletido agora, pois qualquer sentimento, pensamento, e emoção que surja durante a terapia, podem ser trabalhados nesse contato. Todo esse processo de presentificar o passado, ou sentimentos que surjam podemos chamar de aqui agora.

A ênfase no momento presente, ou no aqui agora não exclui de forma alguma as experiências passadas ou planejamentos futuros. Devemos ter cuidado, pois a nossa sociedade, na maior parte das vezes, priorizar uma posição significa excluir outras. As experiências passadas têm enorme

importância para nosso entendimento no presente (PROGRAMA..., 2001, p. 46).

5.4 FUNDO E FIGURA

A Gestalt-terapia apresenta o conceito de figura e fundo, que é apropriado da psicologia da Gestalt isto é, através de figuras que poderiam ser duas ou mais imagens se ressaltando, mostrava como o ser humano pode perceber e ressaltar a percepção de algo de uma forma mútua. A apropriação que Fritz Perls fez para a Gestalt-terapia trata da relação de experiências vividas que o cliente tem com o mundo, suprimindo suas necessidades.

Durante a vida o indivíduo vai vivendo as experiências, e muitas delas vão se tornando significativas em sua vida se tornando uma figura, mas não só apenas experiências passadas, mas as experiências no ato também.

O fundo é constituído com base nas experiências que vamos acumulando ao longo da vida e nos valores a ela associados. Quanto mais diversificadas são nossas experiências desde o início da vida, mais rico será nosso fundo e mais probabilidades de figuras podem ser produzidas e podem emergir. Ao mesmo tempo a fluidez na relação figura e fundo será maior, quanto mais flexível forem os valores aprendidos (PROGRAMA..., 2001, p. 51).

Uma mulher com um compromisso marcado, atrasada, passando apressada pela rua pretendendo chegar a algum lugar, esse lugar onde ela está pensando torna-se figura para ela, enquanto todo o resto é fundo, porém passando por uma vitrine de uma loja de roupas, vê uma roupa que está na moda e quer muito ter uma, para e fica olhando, admirando, e esquece seu compromisso, então nessa hora o lugar e o compromisso que ia, passa a ser fundo, e a roupa na vitrine passa a ser figura, e as duas situações ficam em dinamismo, pois figura e fundo são dinâmicas.

Trazendo isso para dentro da terapia veremos o cliente nos trazer o fundo e a figura, igualmente ao exemplo só que ele estará contando suas experiências, e ao estar contando àquela experiência que emerge ele estará trazendo-a como figura, enquanto todo o resto que ainda não veio a emergir se instala como fundo.

Assim como no exemplo a figura e o fundo podem ser trocadas de lugar, ou seja, o que era fundo virou figura, e o que era figura virou fundo, isso acontece quando a necessidade do cliente muda e o que ele trazia como figura fica para traz dando espaço a uma nova figura.

5.5 AWARENESS

Awareness é uma palavra em inglês que tem algumas traduções, mas aqui podemos usar uma das tais, como consciência. Essa é umas das coisas mais libertadoras que pode se acontecer com um indivíduo ter uma tomada de consciência, de chegar a seu nível de autenticidade, responsabilidade e consciência pelos seus atos.

E para ter essa tomada de consciência, essa awareness, é necessário o contato consigo mesmo, chegar ao autoconhecimento, assim estaremos chegando mais próximo do que realmente somos, e fugindo das imposições que às vezes queremos viver e que no fundo não faz sentido algum para a pessoa. Portanto;

Aware significa consciência; awareness significa conscientização. Quanto mais estamos conscientes de quem nós somos, de como fazemos e para que fazemos; quanto mais estamos conscientes de nossas sensações corporais, de nossa relação figura e fundo, do nosso campo psicológico ate mesmo do geográfico, mais poderemos assumir as responsabilidades pelas nossas escolhas e maiores chances de estarmos vivos pelo que somos e não pelo que deveríamos ser, ou pelo que os outros esperam que sejamos (PROGRAMA..., 2001, p.58).

Vamos ver um exemplo de uma pessoa que alcançou sua awareness, ou seja, sua tomada de consciência, e optou por fazer decisões de sua vida a qual realmente havia uma escolha autêntica e que no aqui agora faz todo sentido para ele não estar mais naquela situação. Suponhamos que um cliente trabalha como bancário e não aguenta mais o estresse do dia a dia, as funções burocráticas, entre outras. Pensando em uma nova forma de viver de alcançar um sossego que não tem mais, em terapia reconhece que não está sendo autêntico com o seu querer, que não esta sendo congruente, porem sabe que não quer mais aquilo para si, então no decorrer das sessões terapêuticas ele vai entrando em contato com esses sentimentos e experiências e quando entra em processo de awareness, ele encontra uma força movedora que fará com que ele tome uma atitude e mude aquela situação, e a situação foi mudada a partir da mudança dele.

Quando ele alcança essa tomada de consciência descobre que seu real querer é ter um pequeno quiosque na praia, e olhar o azul do céu chocando com azul do mar, e o cliente assumindo toda a responsabilidade do ato que tomou, se

sentirá seguro e mais aliviado, tomado uma atitude consciente, congruente e autêntica, esse é um processo de awareness.

5.6 AJUSTAMENTO CRIATIVO

O fato do homem se relacionar no mundo já o permite que faça ajustes criativos, mas como é essa coisa de ajustes? Todos os dias nós estamos fazendo contato com o meio, e o meio com agente vivendo essa relação, porem muitas das vezes o ambiente não se enquadra em nossas necessidades, então o que fazemos? Enquadramo-nos a ele se ajustando ao que o meio nos propicia.

Esse enquadrar-se que chamamos de ajuste criativo que é quase impossível não passarmos por isso, porem essas frequências de ajustamentos podem nos levar a ficar presos a isso, e se perdendo com um ser autêntico.

Segundo Marques (2011)

Dessa forma, quando um homem sente o excitamento que pede para ser saciado e busca soluções para poder satisfazer aquela necessidade, ou, ao contrário, se ele deixa de lado o que não é seu ou que não considera como sendo vitalmente interessante, pode-se dizer que ele tem um funcionamento sadio, já que está fazendo o melhor que pode de acordo com o que o meio lhe oferece, e a isso chamamos Ajustamento Criativo.

Quando esses ajustamentos se tornam frequentes, o indivíduo passa para o ajustamento neurótico perdendo sua autenticidade, não identificando mais suas necessidades e somente se adaptando ao que o meio influi.

Por exemplo, um ajustamento criativo simples do cotidiano é você ir comer por educação algo que não é de seu agrado só porque sua avó que não vê faz um ano preparou essa comida.

Outra coisa é uma mulher em um relacionamento com um homem que a maltrata, ela por estar nessa zona de ajustamento, fica bolando estratégias para não sair dessa relação, e ficar na mesma com desculpas, como, ele me maltrata porque não me cuida, porque me atrasa, entre outras.

6 MECANISMOS DE EVITAÇÃO DE CONTATO

As pessoas geralmente tendem a se defender das adversidades, ter medo, não querer entrar em contato com o que dói e isso parece ser coisa natural. Em Gestalt-terapia, podemos chamar de resistências, ou mecanismos de evitação de contato, entre outros nomes que outros teóricos também a chamam. Em linhas gerais, trata-se de algumas defesas das dores e que podem ter seu intuito sadio ou patológico, lembrando que em Gestalt-terapia, o terapeuta não visa atacar, a superar, ou até mesmo vencer as resistências do cliente, mas sim inserir todos esses mecanismos que serão ditos a diante em um estado de consciência para o cliente.

Segundo Ginger, Ginger (1995, p. 132):

Na prática, as coisas não acontecem de modo assim simples: são numerosas as *Gestalts inacabadas*, os ciclos interrompidos por uma perturbação na *fronteira de contato*, perturbação de origem interna ou externa ao sujeito, que não permite o *desabrochar do self*.}. Esses *mecanismos de defesa ou de evitação do contato* podem ser *saudáveis* ou *patológicos*, conforme sua intensidade, sua maleabilidade, o momento em que intervém e, de uma maneira mais geral, sua oportunidade.

A Gestalt-terapia estipula, dentre outros, quatro tipos de mecanismos de defesa, que são eles, a confluência, a introjeção, a projeção e a retroflexão, e ainda assim descreve um quinto mecanismo que é o egotismo, e outros autores também usam a deflexão, a proflexão, que estarei comentando a seguir.

A confluência causa no sujeito um estado de confusão, de contatos não realizados, porém se faz necessário para que o sujeito vá se encontrando como ser individual, se no caso seguir a retração da confluência, pois em casos de se tornar crônico, isso entra em um aspecto não nutritivo deixando o indivíduo abandonando sua singularidade e viver sobre a visão dos outros.

Segundo Ginger, Ginger (1995, p. 133):

A confluência é, em princípio, seguida da *retração*, permitindo ao sujeito reconquistar sua fronteira de contato, *reencontrar sua própria identidade*, marcada pela singularidade e a diferença. Quando essa retração se mostra difícil, quando a confluência se torna *crônica*, então o funcionamento pode ser qualificado de patológico (neurótico, até psicótico).

Quando começa a uma dificuldade em entender o que é dele, o que é do

outro, e tem grandes dificuldades de aceitação das individualidades e diferenças dos outros e inclusive as dele, o torna um confluyente.

Outro mecanismo de evitação de contato, podemos chamar de introjeção, que é nada mais nada menos do que as assimilações que fazemos durante nosso crescimento, porem algumas dessas ideias, de agir de pensar, que nos são introjetadas são alguns padrões que são socialmente impostos que muitas das vezes não faz sentido ao indivíduo se tornando um excesso em sua existência e também de certa forma incongruente, e muitas das vezes se tornam atos vívidos sem sentido, por pura obrigação, ou seja, o mundo invadindo seu self. Então a luz da Gestalt-terapia podemos auxiliar para com que o cliente consiga vir a desenvolver a independência e, sua responsabilidade.

Segundo Ginger, Ginger (1995, p. 135):

Em Gestalt, busca-se explicitamente desenvolver a *independência* do cliente, sua *responsabilidade*, sua *assertividade* e, portanto, procura-se explicitar qualquer refúgio ilusório na introjeção... ai compreendida a introjeção dos princípios da própria Gestalt, tais como “devemos expressar livremente todas as emoções”, ou ainda, mais substancialmente paradoxal: “*Nunca se deve dizer devemos*”.

Projeção, podemos compreender como o contrário da introjeção, pois na introjeção o sujeito está inserindo em seu self, as coisas do ambiente. Já na projeção as atribuições do self invadem o mundo, ou seja, o mundo é que se torna adversidade para o indivíduo. Esse mecanismo de defesa geralmente pode apresentar pessoas com comportamento de desconfiança e agressividade muito grande, inclusive paranoias, pois seus fracassos ele sempre relacionará ao meio. “A projeção só pode ser qualificada de patológica se for sistemática, se ela se torna um mecanismo de defesa habitual e estereotipado, independente do comportamento efetivo e atual dos outros” (GINGER, GINGER, 1995, p. 136)

A retroflexão também é mais um mecanismo de defesa de contato. Na retroflexão o indivíduo expressa para si o desejo que tem do que ele queria fazer ao próximo, ou seja, ele faz para si mesmo e em si mesmo, coisas que ele gostaria de fazer as pessoas ao seu redor, seja ela uma ação, boa ou ruim. “Assim como cada uma das outras resistências, a retroflexão só se torna patológica quando é crônica ou anacrônica e resulta numa permanente inibição masoquista das pulsões ou, inversamente, numa exacerbação das satisfações narcísicas”. (GINGER, GINGER,

1995, p. 138)

Um outro mecanismo de defesa de contato, chamado de deflexão leva o indivíduo a uma atitude fuga, de evitar situações impedindo um contato verdadeiro com o meio. O sujeito muitas das vezes apresenta muitos discursos, falante, porem é um meio de não ser contatado, nem por si mesmo nem pelo outro.

“Mas a deflexão sistemática e imprópria impede qualquer contato verdadeiro e até pode, em casos limites, evocar a psicose: a pessoa nunca adere à situação, sempre fala paralelamente de outra coisa, ou age independentemente do meio exterior” (GINGER, GINGER, 1995, p. 139)

A proflexão pode ser compreendida como uma combinação de projeção e retroflexão, pois em linhas gerais seria fazer ao outro, o que gostaríamos que o outro fizesse para nós com um intuito de assim também ser observado, podendo fazer que o contato com o próximo não seja de forma natural, mas uma forma de suprir-se. Fazer a outro o que gostaríamos que o outro nos fizesse. “Por exemplo, faço observações lisonjeiras sobre as roupas dos outros para que se interessem pelas minhas [...]” (GINGER, GINGER, 1995, p. 139)

Nesse próximo mecanismo de defesa de contato chamado egotismo, termo atribuído a Paul Goodman, podemos compreender como uma autovalorização de si mesmo, uma hipertrofia do ego, um estado pleno de awareness, sentindo-se um ser de escolha autêntico, e responsável por suas escolhas, atos e palavras, reconhecedor de suas necessidades, porém também pode se encontrar em um estado narcisista.

Segundo Ginger, Ginger (1995, p. 140):

Além disso, tendo o sentimento de ter conquistado mais autonomia por meio de escolhas deliberadas, ele está bem satisfeito consigo mesmo e pode se permitir um narcisismo irritante: “Agora eu não deixo mais que me cortem a palavra: tomo meu lugar na equipe (ou no casal) e não deixo mais que me manipulem” . “Eu me dei conta de que, inibindo meus desejos sexuais, eu me infelicitava e acabava querendo mal minha parceira. Agora, eu me permito satisfazer minhas necessidades e me sinto bem mais descontraído e disponível...” Mas a parceira, nem sempre!

7 A RELAÇÃO NA PSICOTERAPIA GESTÁLTICA

Em Gestalt-terapia a relação terapeuta e cliente são construídas gradativamente através do contato dos dois, do ambiente do setting terapêutico, e da relação Eu/Tu do terapeuta e do cliente. Não se faz uma relação onde o terapeuta se faz passivo, ou de total simpatia para com o cliente, ou que fiquem perguntas sem respostas, mas o terapeuta e o cliente como dois parceiros que estão inseridos, construindo a relação. Mas, também é preciso o terapeuta se fazer um provocador, um frustrador em alguns momentos, circunstâncias essas que são importantes para o cliente contatar-se com os sentimentos, com as dúvidas e respostas que geralmente querem ouvir do terapeuta, então o terapeuta se coloca como um provocador um refletor para a situação que o cliente deseja obter respostas de outrem, e o terapeuta o leva a se responder, contatar e entrar em reflexão sobre si.

Segundo Ginger e Ginger (1995, p. 146):

Portanto, 'ia Gestalt estimula a *simpatia*: o terapeuta esta presente como *pessoa*, numa relação atual "*Eu /Tu*" com o cliente. Ele desperta a *awareness* deste ultimo para sua inter-relação com o meio (que, no caso, e o terapeuta) e explora deliberadamente *sua própria contratransferência* como motor do tratamento.

Em Gestalt-terapia não está focada em desvendar, compreender sintomas, mas como o cliente se posiciona e se sente perante ele, como está sendo estar com o sintoma.

Segundo Ginger e Ginger (1995, p. 145):

O Gestalt-terapeuta não procura compreender o sintoma e, assim procedendo, não procura sustenta-lo, justificando-o. Nem procura eliminar o sintoma ou ignora-lo. Ele se dispõe a explorá-lo com seu cliente, compartilhando essa aventura a dois, numa relação de simpatia —que Perls opõe, de maneira um pouco caricatural, ao que chama de empatia rogeriana e apatia psicanalítica.

Em Gestalt-terapia, o terapeuta não se faz passivo, ele é um companheiro que interage porem não dita os caminhos, está ali em acompanhamento lado a lado ao cliente até o que o mesmo se sinta em um alcance de sua tomada de consciência e se ache necessário o fim da relação. De acordo com Ginger (1995) em suma, seu papel é permitir e favorecer, não compreender ou fazer: nem preceder nem deter o cliente, mas acompanha-lo, conservando sua própria alteridade.

8 ESTUDO DE CASO CLÍNICO

Durante o presente trabalho, podemos ter uma breve compreensão de como a Gestalt-terapia funciona em seus aspectos filosóficos, teóricos e técnicos, sendo uma abordagem muito eficaz na ajuda ao indivíduo entrar em contato com sua própria compreensão, e se reconhecer, como é lidar com seus mais profundos sentimentos, e de estar pleno de suas decisões. Nesse estudo, agora, estarei relatando a minha prática clínica usando a visão da Gestalt-terapia com a finalidade de aprendizado, e de ser o terapeuta, companheiro e provocador de reflexões. Seguindo as instruções do código de ética, para que se possa garantir o sigilo e respeito aos sentimentos, intimidades, particularidades, e a imagem do cliente, assim como pede o artigo 9º, eu estarei usando um codinome para me referir à pessoa.

A cliente é uma senhora que está com setenta e cinco anos de idade, que aqui a chamaremos de Maria, a princípio ela começou a fazer terapia por uma indicação de uma sobrinha, pois alguns problemas de saúde que estavam a afligindo e traziam um sofrimento. Na primeira sessão Maria trazia em sua vida uma grande carga de trabalho, sofrimento, e problemas de saúde, que estão presentes desde a juventude da mesma, e na primeira sessão ao entrar em contato com sua história chorou muito, quando trouxe esses conteúdos para o presente. No decorrer das sessões foram se manifestando fenômenos além daquela demanda trazida inicialmente, demandas que foram aparecendo de acordo com os anos, que são problemas que vão além dos físicos, mas dos sociais e emocionais.

Com a visão holística da Gestalt-terapia, procurei compreender Maria, não só a partir de sua demanda, mas em um contexto maior do que a busca, assim compreendendo como a necessidade sofre influência com seus aspectos psicológicos, biológicos e sociais. Como em muitos atendimentos o cliente chega com uma queixa que se torna a figura da sessão, e depois de algumas sessões outras demandas emergem saindo do fundo e virando figura, a partir do momento em que é exposta.

Da mesma maneira aconteceu com Maria, pois ela inicialmente vinha trazendo seu histórico de problemas de saúde, e o que enfrentava atualmente em seu aparelho respiratório. Algumas sessões após Maria começar a falar de sua indignação por não ser mais escutada pelo marido, ou nora, somente o filho que

ainda está por ali dando uma assistência, porém com os outros membros a comunicação é mínima, pois não há muita paciência para entenderem como é seu novo processo de compreender as coisas. Percebi também como a falta de autonomia se manifesta, às vezes por uma questão física, às vezes por uma questão social. Assim comecei a perceber as mudanças das necessidades em seus relatos, muitas vezes fiz a escuta de seus problemas de saúde, porém nas próximas sessões, começaram a aparecer questões como, a falta de autonomia, falta de se impor como ser que deseja que não tenha autonomia por estar submissa as vontades de seu marido, de não ter uma atenção em seu relato, em suas opiniões, a sua própria pessoa.

Uma das grandes questões de Maria foi uma limitação que acarretou no abandono de muitas atividades artísticas, no caso as questões de saúde, foram um grande marco limitador de sua autonomia, como por exemplo, deixar as artes, de pintura e artesanato de lado, pois a química dos componentes de alguns materiais a faziam mal a sua saúde. Maria foi uma pessoa que desde muito jovem passou por várias intervenções cirúrgicas que afetaram seu corpo e sua saúde, que a vem afligindo-a até hoje. Dentre tantos acontecimentos marcantes em sua vida ela se apresenta uma mulher muito forte, com noção de suas novas limitações e de finitude, com um dizer “isso é coisa de velho”, que era um discurso e atitudes que Maria havia introjetado, e que em muitos aspectos não condiziam com seu desejo, pois ainda tinha vontade de fazer muitas coisas, muitas atividades que pudessem ser dentro de suas possibilidades. Maria tinha muita vontade de sair para os lugares, como ela mesma dizia, eu tinha vontade, logo fazia uma intervenção, você tem, ou você tinha? (indagou o terapeuta). Então ela já começava a entrar em contato com suas vontades, eu como terapeuta fazia perguntas onde ela pudesse entrar em contato com seus sentimentos, por exemplo, como é estar com essa vontade? Como você se sente em querer fazer algo, mas em virtude do marido, não faz? O que você poderia me dizer o que significa isso para você?

Durante o processo terapêutico ela foi mudando essas situações em sua vida, de acordo com suas possibilidades, pois começou a frequentar espontaneamente alguns meios sociais que a tempo não circulava, entre outros como clube de idosos, clube de mães, voltou a fazer atividades artísticas dentro do que era possível, sem as tintas que lhe causavam alergia.

Outra situação que Maria sentia muita tristeza era a falta de atenção, de

diálogo havia em seu contexto familiar, pois com ela morava o marido, o filho, a nora e o neto, e ela se queixava da falta de atenção para com ela, principalmente do marido e da nora, que de certa forma estavam mais presentes, mas ela evitava o contato, pois o marido era muito ignorante, como ela mesma descreveu, e a nora não estava nem aí para ela. Procurei fazer com que ela entrasse em contato com essa situação, com o que ela sentia disso tudo, e ela falava em tristeza, chateação perante essa situação, mas que também ninguém era obrigado a gostar e nem falar com ela.

No decorrer das sessões ela falava muito de seu cotidiano, das pessoas que a cercavam, falou então de uma sobrinha que gostava muito, e que era uma das poucas pessoas que lhe dava atenção, que sempre a visitava, e em determinada sessão ela disse que nem queria fazer terapia, que sempre achou que não precisou, e que só estava indo porque sua sobrinha tinha pedido que fosse. Eu como terapeuta fiz alguns apontamentos sobre uma determinada frequência de comportamentos que havia observado, como, o de tudo que foi pedido de marido, nora e filho, ela fazia, mesmo quando não queria. E perguntei Maria, você só faz o que as pessoas querem? Como é que você vê isso? Então ela disse que não sabia por que fazia isso, mas na próxima sessão ela já veio com o intuito de não fazer mais terapia.

Na sessão seguinte ela já veio decidida a não querer mais fazer terapia, então, eu fiz apontamentos de coisas que ela melhorou, e de coisas que ela poderia melhorar, mesmo assim ela disse que não precisava mais da terapia, e que iria para acupuntura, para ioga, enfim, sair da terapia, mais fazer coisas que eram terapêuticas, e que já estavam em outro nível da realidade que ela chegou à clínica. Maria e eu, então entramos em acordo, e realmente algum tempo já vinha sentindo que se ela quisesse parar, mesmo sem trabalhar todas suas demandas até o momento, ela poderia, pois o pequeno passo que ela havia dado já estava fazendo uma grande diferença na sua vida, sendo assim a alta foi concedida.

Agora vou descrever um pouco de como foi para mim esse processo terapêutico com Maria, as dificuldades, as minhas impressões e técnicas usadas. Durante o processo terapêutico com Maria, eu pude fazer o que foi possível como, o acolhimento de suas dores, e em trabalho terapêutico encontrar novas formas de encarar sua situação de saúde, e como lidar com suas limitações, e despertar uma autonomia que estava quase que inativa, para as coisas que tinha vontade de

fazer. Também além da escuta fazia perguntas para que ela pudesse entrar em contato com seus sentimentos, em relação a sua saúde, autonomia, e que tivesse um acolhimento, uma escuta que dentro de seu meio social não estava obtendo.

Fazer escuta clínica com idosos me fez requerer um pouco mais de tempo e paciência, por muitas vezes o tom de voz não foi possível para minha compreensão, tendo que pedir para que houvesse a repetição da frase, aliás, repetir, eu vi muito isso, pois muitas vezes as suas necessidades eram abordadas novamente, mas como acabei de dizer era a necessidade de falar novamente. Também assuntos do cotidiano entre uma história aqui, outra ali.

Em linhas gerais a terapia com os idosos se torna um grande suporte durante esse processo de vida onde ele encontra muito do que ele não tem fora da sala clínica, que o deixa falar. Percebi também as demandas que emergem na terceira idade, tais como os sentimentos de um corpo que não responde como antes, a atenção que não se é mais voltada à pessoa idosa, em seus argumentos, a falta de diálogo que existe com essa pessoa, simplesmente pelo fato de achar que sua opinião não traz uma soma a qualquer assunto que esteja sendo tratado em família ou em qualquer outro meio social.

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS.

O curso de psicologia desde seu início, e principalmente agora no final do mesmo, proporcionou muito aprendizado, possibilitando experiências incríveis, que nunca serão esquecidas. Esses últimos meses do ano foi de extrema importância para meu aprendizado e profissionalismo, pois todos nós fomos expostos a situações reais de vivência em clínica.

Obtive um grande aprendizado da escuta clínica, da importância do olhar presente frente ao próximo, assim como estar como terapeuta e companheiro, acolhendo as mais diversas situações de modo que a fala do cliente e a minha escuta e intervenções, fossem construindo novos sentidos para o cliente, e de escolha responsável por ele mesmo.

A Gestalt-terapia sempre me atraiu por sua filosofia, por suas técnicas, pela maneira de visão de ser humano central das coisas, e de assumir atitudes em uma construção gradual a partir da tomada de consciência de si, e do que a envolve, por tanto mergulhar nas teorias, na história, nas técnicas e nos estudos foi muito prazeroso.

Mesmo tendo experiências prazerosas, as dificuldades foram presentes no decorrer dos atendimentos que fiz, pois passei por ansiedades, muitas vezes o cliente queria saber respostas ali na hora, que fossem como soluções mágicas, apareceram pessoas de gênio forte, outras que não se faziam presentes na terapia, faltavam por várias razões, fora dificuldades em atender algumas pessoas, pela minha falta de experiência, me fazendo muitas vezes em pensar em desistir, mas com a vontade e a certeza de querer tentar até onde for possível a superação, eu tentei, e consegui me manter, e criar novas situações para que o atendimento se tornasse natural, e me elevasse como terapeuta, tratando algo que era meu, para poder estar ali com o outro, e essa é a experiência real no campo de trabalho.

As supervisões em especial foram uma grande construção de experiências de apoio, de orientação e de participar do trabalho de meus amigos de estágio que tem uma visão equivalente a minha por estarmos trabalhando com Gestalt-terapia, e assim podermos adquirir saberes que até então não podemos viver pela falta da situação, mas que o colega vivenciou, desenvolveu, e nos apresentou, e as orientações do supervisor, que foram ótimas tendo em vista sua experiência na área, tendo uma visão mais além e fazendo apontamentos que até então estavam fora de minha percepção, e que vão me valer durante minha jornada profissional.

REFERÊNCIAS

CERBONE, David R. **Fenomenologia**. Petrópolis: Vozes, 2012. (Série Pensamento Moderno).

FRAZÃO, Lilian Meyer. **Psicol. USP**, São Paulo , v. 6, n. 2, p. 144-149, 1995.
Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1678-51771995000200011&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 14 jun. 2017.

GINGER, Serge; Ginger, Anne. **Gestalt: uma terapia do contato**. Sao Paulo : Summus, 1995.

GUILLAUME, Paul. As origens da ideia da forma: (capítulo I - La Psychologie de la Forme). **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia , v. 18, n. 1, p. 107-113, jun. 2012.
Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672012000100014&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 15 maio 2017.

MARQUES, Aline. **Gestaltizando**. Santa Catarina, 2011. Disponível em: <<http://gestaltizando.blogspot.com.br/2011/02/ajustamento-criativo-e-neurotico.html>>. Acesso em: 16 jun. 2017.

PENHA, João da. **O que é existencialismo**. São Paulo : Brasiliense, 2001. (Coleção primeiros passos, v. 61).

PROGRAMA de educação continuada a distância curso de Gestalt terapia. Mato Grosso do Sul: Portal educação, 2001.

RIBEIRO, Bruno Alvarenga. Algumas considerações sobre o fazer científico realizadas a partir da análise dos modelos de ciência propostos por Taylor, Wundt e Watson. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília , v. 23, n. 2, p. 92-97, jun. 2003. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932003000200013&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 15 maio 2017.

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

ANEXO

ANEXO A – PLANO DE ESTÁGIO

LIGA DE ENSINO DO RIO GRANDE DO NORTE
CENTRO UNIVERSITÁRIO DO RIO GRANDE DO NORTE
CURSO DE PSICOLOGIA – COORDENAÇÃO DE ESTÁGIO
PROFESSOR ORIENTADOR: EUDES BASÍLIO DE
ALENCAR SEGUNDO JUNIOR
ALUNO: GLEYDSON NATANAEL BELMIRO DOS SANTOS

PLANO DE ESTÁGIO SUPERVISIONADO DO CURSO DE PSICOLOGIA

Natal (RN)

2017

SUMÁRIO

1. IDENTIFICAÇÃO	3
2. OBJETIVOS	4
2.1 Objetivos gerais.....	4
2.2 Objetivos específicos.....	4
3. CARACTERIZAÇÃO DO CAMPO DE ESTÁGIO.....	5
3.1 Descrição funcional do local de estágio.....	6
3.2 Descrição da equipe de trabalho.....	7
4. ATIVIDADES PROPOSTAS.....	7
5. CRONOGRAMA.....	8
6. BIBLIOGRAFIA.....	9
ANEXOS.....	10
1 CRONOGRAMA.....	11

1. IDENTIFICAÇÃO

1.1 Nome do(a) aluno(a): Gleydson Natanael Belmiro Dos Santos

1.2 Matrícula: 2013c021340

1.3 Estágio em psicologia Clínica

1.3.1 Abordagem: Gestalt-Terapia

1.4 Local: Clínicas Integradas do UNI-RN, localizada na Rua Prefeita Eliane Barros, nº 2000, Tirol. Telefone (84) 3215-2960.

1.5 Supervisor acadêmico: Eudes Basílio de Alencar Segundo Junior – CRP 17/0523

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Desenvolver um trabalho de aprendizagem ao longo do ano de 2017, tendo em vista o aperfeiçoamento na abordagem da Gestalt- terapia dentro de suas perspectivas filosóficas, epistemológicas, teóricas e técnicas, assim também como seguir as orientações e propostas durante o estágio durante a supervisão, promovendo um suporte psicológico de forma profissional com qualidade e ética aos usuários da clínica do UNI-RN.

2.2 Objetivos específicos

- Executar de forma profissional e com responsabilidade as teorias e técnicas da Gestalt terapia para um bom desenvolvimento profissional.
- Aprimorar a escuta clínica ao cliente.
- Relacionar em experiência clínica teoria e prática.
- Oferecer bom apoio psicológico aos usuários da clínica da UNI-RN.
- Promover um suporte psicológico dentro dos pressupostos da abordagem gestáltica.
- Dedicar ao cliente uma compreensão de sua totalidade e de sua subjetividade.
- Ser pontual e assíduo nos atendimentos e supervisões.
- Acolher os clientes de acordo com suas demandas.

3. CARACTERIZAÇÃO DO CAMPO DE ESTÁGIO

O estágio obrigatório ocorrerá nas clínicas integradas da UNI-RN, onde atuarei utilizando a abordagem da Gestalt, podendo assim estar acompanhando os clientes e compreendendo em seu contexto maior de singularidades e de fenômenos manifestos que se apresentam, assim também como o acolhimento daquilo que emerge no atendimento clínico. Diante da forma de conceber o ser humano, na concepção gestáltica, fui percebendo como esta perspectiva atendeu minhas necessidades, acerca do conhecimento psicológico.

A supervisão será realizada pelo professor Eudes Basílio de Alencar Segundo Junior, que junto ao grupo de supervisão, estamos começando um trabalho de construção de conhecimento acadêmico. A Gestalt-terapia começou a ser desenvolvida pelo casal Fritz Perls e Laura Perls em meados dos anos 40, porém seu reconhecimento veio a ser em 1951 com o lançamento do livro Gestalt-therapy. A Gestalt-terapia é uma abordagem humanista que bebe conhecimento de várias áreas da ciência, tais como filosofias orientais, fenomenologia, existencialismo, filosofia e psicanálise são algumas das ciências mais evidentes dentro da Gestalt terapia.

A Gestalt-terapia possui origens alemãs e de outras partes da Europa dentre essas influências estão os grandes nomes como, Brentano, Husserl, Heidegger, Scheler, Jaspers, Buber, Tillich, Binswanger, Von Ehrenfels, Wertheimer, Koffka, Kohler, Goldstein, Lewin, Zeigarnik, Freud, Ferenczi, Groddeck, Rank, Adler, Jung, Reich. Foi a partir de muitos desses nomes que inspiraram Fritz Perls, que por sua vez organizou sua a Gestalt terapia, que teve grande parte formulada nos estados unidos. Em Gestalt-terapia, trabalhamos com os processos de aqui agora, de sentimentos presentes que venham a causar sofrimento emocional. Esses sentimentos podem ser de acontecimentos tanto atuais, como do passado, pois cronologicamente a Gestalt-terapia não considera acontecimentos passados como foco principal na escuta, mas sim o sentimento que houve na época e vem à tona novamente de um processo que não conseguiu ser bem finalizado.

Quando o cliente traz situações passadas, e aquele sentimento começa a ser vivido ele traz aquele sentimento de um fenômeno manifesto

em terapia, então aquele sentimento que estava como fundo vem a ser figura, assim como o que era figura volta a ser fundo, podendo assim haver uma troca de fundo e figura, e o cliente começar a ter reflexões sobre suas vivências. A postura corporal também é muito importante em Gestalt-terapia, pois como acolhemos o ser humano como um todo é de grande necessidade observar as expressões corporais, pois muitas vezes vão se expressar tão quanto o falar do cliente dando sinais evidentes de algo que vá de acordo, ou contra seu discurso. Algumas técnicas em Gestalt-terapia são de bastante eficácia e são as que pretendo aplicar em atendimento assim que possível, que são a da cadeira vazia e a da dramatização.

A Cadeira vazia objetiva o sujeito reelaborar seu modo de percepção consigo e com ambiente, onde nessa cadeira irá colocar para fora tudo seus sentimentos e pensamentos em relação às situações que deseja expor. A dramatização tem a finalidade de o cliente estar assumindo, e vivenciando papéis sociais que mais se identifique que gostaria de estar naquele momento de sua vida.

Diante do exposto, estarei à disposição na escuta ao cliente e estar fazendo intervenções terapêuticas, para que assim o cliente possa no final do processo terapêutico retomar sua autonomia, responsabilidade das atitudes em decisões congruentes, e que o mesmo conquiste sua tomada de consciência, isto é, sua awareness.

3.1 Descrição funcional do local de estágio

O local onde ocorrerá a prática de estágio será nas clínicas integradas da UNI-RN, a mesma fica no campus universitário, possibilitando uma melhor acessibilidade ao aluno e comunidade. As clínicas integradas da UNI-RN oferece serviços na área da saúde dos mais diversos, psicologia, assistência social, fisioterapia, nutrição e enfermagem, atendendo as mais diversas classes e suas demandas. A clínica recebe pessoas indicadas por requerimento de alguma organização, ou por conhecimento próprio da pessoa. Nas clínicas integradas da UNI-RN o aluno pode ter o contato com as situações reais do campo de trabalho da área da saúde podendo assim ter um aprendizado em seu crescimento profissional. A clínica conta ainda com

diversos profissionais que ajudam para que haja um trabalho de excelência e profissionalismo, profissionais de áreas distintas que supervisionam os estudantes e fazem orientações para que os mesmos desempenhem o seu melhor no aprendizado. A infraestrutura do prédio consegue atender com êxito as demandas que aparecem, pois comporta salas que atendem da melhor maneira os alunos, profissionais e usuários dos serviços da clínica. Para os alunos do curso de psicologia que lá estarão estagiando e oferecido cinco salas para atendimento, 2 para supervisão com os alunos e orientadores, e 2 salas de ludoterapia com uma grande diversidade de brinquedos.

3.2 Descrição da equipe de trabalho

A equipe de trabalho constitui-se por 5 alunos da turma de psicologia, junto ao nosso orientador de estagio Eudes Basílio de Alencar Segundo Júnior, a coordenadora das clinicas integradas do curso de psicologia Geórgia Martins S. B. Neves, assim como também os funcionários que fazem a parte de recepção e agendamento entre os outros estagiários da clinica que venha a interagir em trabalhos multidisciplinares proporcionando um ótimo aprendizado.

4. ATIVIDADES PROPOSTA

Seguir com rigor as propostas da Gestalt-terapia, assim como os ensinamentos de experiência do orientador. Sendo compromissado com as pessoas que estarei atendendo, com as supervisões e embasamento teórico. Alcançar a meta de atender os três pacientes, que é o mínimo de pacientes que o estágio admite, assim como manter ética e profissionalismo, fazendo e entregando os registros e relatórios com responsabilidade, ética e tempo hábil.

5. CRONOGRAMA

O estágio precisa ter 18 semanas de atendimento individual com três pacientes da clinica da UNI-RN. Estarei me programando para fazer nos dias do meio da semana, ou seja, terça, quarta e quinta feira pela parte da manhã. Os atendimentos serão durante todo o ano incluindo o mês de julho, pois não haverá férias aos atendimentos. Segue anexado a este documento, o cronograma das atividades que serão realizadas durante o estágio.

6.BIBLIOGRAFIA

Durante o estágio será necessário um grande embasamento e domínio teórico, para isso serão utilizados livros e artigos que vão referenciar o estudo proposto sobre a Gestalt-terapia.

BRASIL, Conselho Federal de Psicologia. **Código de ética profissional do psicólogo**. 2005.

GINGER, Serge; GINGER, Anne. **Gestalt: uma terapia do contato**. São Paulo: Summus, 1995.

JULIANO, Jean Clark. **A arte de restaurar histórias: libertando o diálogo**. São Paulo: Summus, 1999.

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

PERLS, Frits. **A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia**. Rio de Janeiro: LTC, 1988.

POLSTER, Miriam; POLSTER, Erving. **Gestalt-terapia Integrada**. São Paulo: Summus, 2001.

PERLS, Frits. **Tornar-se presente**. São Paulo: Summus, 1988.

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

ANEXOS.**Cronograma:**

1º SEMESTRE LETIVO			
Abril			
DATA	DIAS DA SEMANA	LOCAL	CONTEÚDO
06/04 à 27/04	Terça, Quarta e Quinta.	Salas de atendimento	Psicoterapia
Maio			
DATA	DIAS DA SEMANA	LOCAL	CONTEÚDO
02/05 à 31/04	Terça, Quarta e Quinta.	Salas de atendimento	Psicoterapia
Junho			
DATA	DIAS DA SEMANA	LOCAL	CONTEÚDO
01/06 à 29/06	Terça, Quarta e Quinta.	Salas de atendimento	Psicoterapia
Julho			
DATA	DIAS DA SEMANA	LOCAL	CONTEÚDO
04/07 à 27/07	Terça, Quarta e Quinta.	Salas de atendimento	Psicoterapia
CARGA HORÁRIA TOTAL			300

2º semestre letivo			
Agosto			
DATA	DIAS DA SEMANA	LOCAL	CONTEÚDO
01/08 à 31/08	Terça, Quarta e Quinta.	Salas de atendimento	Psicoterapia
Setembro			
DATA	DIAS DA SEMANA	LOCAL	CONTEÚDO
05/09 à 28/09	Terça, Quarta e Quinta.	Salas de atendimento	Psicoterapia
Outubro			
DATA	DIAS DA SEMANA	LOCAL	CONTEÚDO
05/10 à 26/10	Terça, Quarta e Quinta.	Salas de atendimento	Psicoterapia
Novembro			
DATA	DIAS DA SEMANA	LOCAL	CONTEÚDO
01/11 à 30 /11	Terça, Quarta e Quinta.	Salas de atendimento	Psicoterapia
Dezembro			
DATA	DIAS DA SEMANA	LOCAL	CONTEÚDO
05/12 à 28/12	Terça, Quarta e Quinta.	Salas de atendimento	Psicoterapia
CARGA HORÁRIA TOTAL			300