

## SUMÁRIO

Apresentação, 13

Apresentação da Gestalt-terapia, 15

Introdução à obra, 17

### Verbetes

Agressão, 19

Ajustamento criativo, 20

Ansiedade, 22

Aqui e agora, 24

Assimilação, 26

Atualização, 27

Auto-apoio, apoio ambiental e maturação, 28

Auto-regulação organísmica, 31

*Awareness*, 32

Cadeira quente (ver *Hot seat*), 35

Cadeira vazia, 35

Camadas da neurose, 38

Campo (ver Teoria de campo), 39

Caráter, 39

Ciclo do contato, 42

Comportamento deliberado e espontâneo, 45

Compulsão à repetição, 47

Como (ver Semântica, porquê e como), 48

Concentração (ver Terapia e técnica de concentração), 48

Configuração, 48

Conflito, 50

Confluência, 52

Consciência, 54

Conscientização, dar-se conta, tomada de consciência, 57

Contato, 59

Crescimento, 60

Cura (ver Doença, saúde e cura), 62

Dar-se conta (ver Conscientização, dar-se conta, tomada de consciência), 63

Deflexão (ver Mecanismos neuróticos), 63  
Dessensibilização (ver Mecanismos neuróticos), 63  
Diagnóstico, 63  
Dialética, 65  
Dialógico, 68  
Doença, saúde e cura, 70  
Dominator (*underdog*) versus dominado (*topdog*), 72  
Dominâncias (espontânea, não espontânea e neurótica), 74  
Ego, 79  
Ego, função (ver Função id, função ego, função personalidade), 80  
Egotismo, 80  
Emergência de necessidades (ver Necessidades, hierarquia de necessidades e emergência de necessidades), 81  
Emoções, 81  
Energia, 83  
Escotoma (ver Ponto cego/escotoma), 85  
Espontaneidade, 85  
Estética, 87  
Eu-Tu e Eu-Iso, 89  
Excitação/excitamento, 92  
Existência, 94  
Existencialismo, 97  
Experiência, 100  
Experimento, 102  
Fantasia, 109  
Fenomenologia, 110  
Figura e fundo, 112  
Fixação (ver Mecanismos neuróticos), 115  
Fluidez, 115  
Fronteira de contato, 116  
Frustração, 117  
Função e disfunção de contato, 119  
Função id, função ego, função personalidade, 120  
Funcionamento saudável e funcionamento não saudável, 122  
Gestalt, Gestalt aberta, Gestalt fechada, Gestalt inacabada, 125  
Gestaltismo, 127  
Gestalt-pedagogia, 129  
Gestalt-terapia, 131  
Hábito, 135  
Hierarquia de necessidades (ver Necessidades, hierarquia de necessidades e emergência de necessidades), 136  
Holismo, 136  
Homeostase, 137

*Hot seat*, 139  
Id, função (ver Função id, função ego, função personalidade), 141  
Indiferença criativa, pensamento diferencial, ponto zero, 141  
Instinto de fome, 142  
Introjeção, 145  
Maturação (ver Auto-apoio, apoio ambiental e maturação), 147  
Mecanismos neuróticos, 147  
Método fenomenológico, 150  
Mudança (ver Teoria paradoxal da mudança/mudança), 153  
Necessidades, hierarquia de necessidades, emergência de necessidades, 155  
Neurose, 158  
Neutralidade, 160  
Óbvio, 165  
Organismo (ver Teoria organísmica, organismo, campo organismo/ambiente), 167  
Parte e todo, 169  
Pensamento diferencial (ver Indiferença criativa, pensamento diferencial, ponto zero), 171  
Personalidade, função (ver Função id, função ego, função personalidade), 171  
Polaridades, opostos, forças opostas, 171  
Ponto cego/escotoma, 173  
Porquê (ver Semântica, porquê e como), 174  
Presente, 174  
Prioridade (ver Necessidades, hierarquia de necessidades, emergência de necessidades), 176  
Proflexão (ver Mecanismos neuróticos), 176  
Projeção, 176  
Psicose, 177  
Psicoterapia de grupo e *workshop*, 180  
Resistência e evitação, 185  
Responsabilidade, 186  
Retroflexão, 189  
*Satori*, 191  
Saúde (ver Doença, saúde e cura), 193  
*Self*, 193  
Semântica, porquê e como, 195  
Ser-no-mundo, 198  
Sistema, 199  
Sistema sensoriomotor, 201  
Situação inacabada, 202  
Sonhos, 205  
Suporte, 206  
Teoria de campo, 209  
Teoria organísmica, organismo, campo organismo/ambiente, 211

Teoria paradoxal da mudança/mudança, 214  
Teoria e técnica de concentração, 216  
Tomada de consciência (ver Conscientização, dar-se conta, tomada de consciência), 218  
Totalidade, 218  
Vazio fértil, 221  
Viagem de fantasia, 223  
Vivência (ver Método fenomenológico), 224  
*Workshop* (ver Psicoterapia de grupo e *workshop*), 224  
Zen-budismo, zen, 225

## APRESENTAÇÃO

Com imensa satisfação vemos concretizada a criação, em todos os significados da palavra (obra, criatividade, invento, instituição de algo novo), do *Dicionário de Gestalt-terapia – “Gestaltês”*.

Trata-se de um livro que contribui para o uso adequado dos termos técnicos e científicos da abordagem gestáltica. A forma clara com que esses termos estão definidos organiza os conceitos de maneira singular. Baseado nas informações dos criadores da abordagem, a leitura de cada verbete concorre para deixar claros o âmbito e os limites do campo conceitual da Gestalt-terapia tal é a sustentação com que se fazem presentes. Não bastasse a novidade da obra, pois desconhecemos qualquer trabalho em Gestalt nos moldes aqui apresentados, apreciamos também a maneira de desenvolvê-la.

Entretecida por diversas mãos dos mais habilidosos tecelões da psicoterapia, esta elaboração, absolutamente original, vem preencher uma lacuna antiga, alimentar nossa sede de saber e contribuir de forma decisiva para o escopo teórico-prático desta vertente psicológica e psicoterapêutica.

Não temos dúvida, portanto, da relevância deste trabalho. Ele se mostra importante para os Gestalt-terapeutas em geral, sendo mais que um instrumento para profissionais e estudantes, um refúgio para o desconhecimento, para as dúvidas e as questões polêmicas. Acreditamos que ele alcançará tão grande êxito que atravessará as fronteiras do Brasil e conquistará o mundo. Não poderíamos esperar nada diferente de uma idéia que tivesse partido das organizadoras.

Sobre Gladys D’Acri, idealizadora deste dicionário, os que a conhecem sabem que, além de psicóloga clínica, destaca-se por sua força empreendedora, vontade e capacidade de levar adiante qualquer projeto. Com este dicionário, um sonho seu antigo se realiza.

Patrícia Albuquerque Lima (Ticha) é capaz de articular saber, fazer e interagir de maneira firme e delicada, enriquecendo a todos com sua capacidade de comunicação. Seu jeito de ser está impresso nos contatos, nos verbetes que escreveu e no empenho para que este sonho se realizasse.

Sheila Orgler, além da vasta experiência e da seriedade com que conduz seu trabalho em diferentes setores, alia requinte intelectual à paixão pelas artes, mais especialmente pela música, fato que torna seu fazer profissional diferenciado.

Cada qual, com perfil próprio, mergulhou na organização deste livro oferecendo aos leitores o que há de mais importante para um sistema psicológico – a clareza dos conceitos.

Parabênizo as organizadoras, minhas particulares e diletas amigas, e agradeço a honra de ter sido escolhida para apresentar uma criação de tão grande alcance.

*Teresinha Mello da Silveira*



## APRESENTAÇÃO DA GESTALT-TERAPIA

### Origens da Gestalt-terapia\*

Ao perguntar a qualquer Gestalt-terapeuta a respeito da origem de sua abordagem, podemos obter duas respostas bastante divergentes e polêmicas: para alguns, o fundador é Fritz Perls; para outros, não se pode falar de *um* fundador, mas de um *grupo* de fundadores – o “Grupo dos Sete”, que compreendia um médico, um educador, dois psicanalistas, um filósofo, um escritor e um especialista em estudos orientais. Não se trata, no caso, de uma divergência puramente histórica, mas de duas maneiras diferentes de pensar e praticar a Gestalt-terapia.

Além dessa divergência quanto à origem, temos também a questão de qual livro mais bem representa a abordagem. O livro da discórdia, o mais discutido e certamente o que expressa as várias contraposições, permanece sendo *Gestalt therapy: excitement and growth in the human personality* (1951), de Perls, Hefferline e Goodman. Estamos falando mais precisamente da segunda parte desse livro, escrito por Paul Goodman com base em apontamentos de Fritz Perls, na época com 58 anos.

O chamado Grupo dos Sete, que era constituído por Fritz Perls, sua esposa, Laura, Paul Goodman, Isadore From, Paul Weisz, Elliot Shapiro e Sylvester Eastman, muito experimentou e aprofundou essa parte do livro, sempre o considerando como a bíblia da Gestalt.

O *Gestalt therapy* foi publicado há 56 anos. É razoável considerar esse evento como o nascimento da Gestalt. Foi então que se usou o termo pela primeira vez, apesar das discussões entre o grupo. Para Laura, devia chamar-se “Psicanálise existencial”. Esse nome foi recusado por questões mercadológicas (na época, o existencialismo de Sartre era considerado demasiado niilista nos Estados Unidos). Hefferline queria que o livro se chamasse “Terapia integrativa”; o Grupo dos Sete como um todo queria chamá-lo “Terapia experiencial”; Perls queria chamá-lo “terapia de concentração”, para se opor à associação livre da psicanálise.

O nome “Gestalt-terapia” provocou acalorados debates, principalmente com Laura, que conhecia muito bem a psicologia da Gestalt e não achava esse nome pertinente. Paul Goodman, por sua vez, como bom anarquista, achou o termo muito “esotérico e estranho”, por isso mesmo o apoiou. Esse texto veio propor uma nova teoria e mudanças em alguns paradigmas teórico-clínicos da psicoterapia da época.

---

\* Este texto, cedido pela autora, é parte do artigo “Gestalt-terapia: revisitando as nossas histórias”. *JGT na Rede – Revista Virtual*, Rio de Janeiro, n. 1, ano 1, 2004. Disponível em: <<http://www.igt.psc.br/artigo>>.

No período de publicação desse livro nasce, em Nova York, o primeiro Instituto de Gestalt. No ano seguinte, é fundado o Instituto de Cleveland, de onde se originaram, entre outros, Erving e Miriam Polster, e Joseph Zinker, que são reconhecidos como a primeira geração de Gestalt-terapeutas.

### Principais idéias

Para Perls, a tarefa central da terapia não é fazer os pacientes aceitarem interpretações arcaicas de sua história passada, e sim ajudá-las a se tornar vivas para a experiência imediata no momento presente. É acordar para o imediatismo e a simplicidade do *agora*. O *por quê* da psicanálise dá lugar ao *o quê* e ao *como*. Preocupa-se mais com a estrutura do que com o conteúdo da fala. Esse sistema modifica radicalmente o que o terapeuta e o cliente vão focalizar, tornando possível começar de qualquer ponto, com qualquer material disponível: um sintoma, um sonho, um suspiro, uma expressão facial, um modo de se sentar etc. Em Gestalt-terapia, qualquer elemento desses é o núcleo do trabalho.

Meio e mensagem, forma e conteúdo têm relação quase oposta à da psicanálise tradicional, na qual o relato do paciente e a interpretação do terapeuta são o material básico. A maneira pela qual o paciente se apresenta permanece periférica.

A busca de uma solução terapêutica trabalhável no presente dá à Gestalt-terapia seu ímpeto para improvisar e experimentar, mais que explicar. A vivência, o acontecimento são as melhores explicações.

Ao trocar o local da descoberta do passado para o presente, da lógica das causas para o drama dos efeitos, Perls foi mais além: tornou possível para o paciente em terapia revisar todo seu padrão de existência de acordo com a perspectiva do *agora*. Portanto, a construção que o paciente faz de sua vida se torna uma escolha, não um fato do destino.

O que dá coerência a todos os conceitos alheios que Perls toma emprestados é sua focalização na qualidade de vida do presente. Ele se utiliza de conceitos teóricos como lentes através das quais examina a dificuldade das pessoas em contatar a situação imediata.

A medida de saúde, para Perls, é a habilidade de experimentar *o que é novo, como novo*.

Essas elaborações teóricas integraram diversos modelos de psicoterapia e as principais orientações do horizonte cultural da época – 1951.

*Jean Clark Juliano*



## INTRODUÇÃO À OBRA

Este dicionário tem a intenção de apresentar de maneira clara e precisa os principais conceitos da Gestalt-terapia, propondo-se a ser um veículo de consulta para todos os profissionais e estudantes interessados nessa abordagem. Nesse intuito, os conceitos foram organizados na forma de verbetes.

Para sua execução, convidamos profissionais de quase todas as regiões do Brasil, e até de países vizinhos, que de algum modo estão envolvidos com o desenvolvimento da Gestalt-terapia do nosso país.

Esta obra reúne a maioria dos termos relacionados à Gestalt-terapia, preocupando-se com a contextualização (quando foi introduzido na Gestalt-terapia), conceituação (segundo Perls ou quem o introduziu) e evolução do termo na contemporaneidade (contribuição dos principais autores contemporâneos para o termo e/ou do autor do verbete). Apresenta, ainda, referências bibliográficas de cada verbete, facilitando a procura e o aprofundamento do termo na literatura.

Como na organização dos verbetes os livros *Ego, fome e agressão* e *Gestalt-terapia* são constantemente citados, adotamos as siglas *EFA* e *PHG*, respectivamente; e *PHG* (sem itálico) para nos referirmos aos autores Perls, Hefferline e Goodman.

Por uma questão de coerência com a própria Gestalt-terapia, um constante construir, esta não é uma obra acabada. Nem tem a pretensão de ser completa, mas de ir-se completando, quem sabe, com futuras edições.

*Gladys D'Acri, Patrícia Lima (Ticha) e Sheila Orgler*  
Rio de Janeiro, julho de 2007