

KAREN FRIED
CHRISTINE MCKENNA

Desenvolvimento e brincadeira

O modelo Oaklander na terapia com crianças,
adolescentes e famílias

Tradução de Janaína Marcoantonio



DO ORIGINAL EM INGLÊS
HEALING THROUGH PLAY
Using the Oaklander model
A guidebook for therapists and counselors working
with children, adolescents and families
Copyright © 2020 by Karen Fried e Christine McKenna
Direitos desta tradução adquiridos por Summus Editorial Ltda.

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**
Assistente editorial: **Marina Vitale**
Tradução: **Janaína Marcoantonio**
Revisão técnica: **Cassiana Castro**
Projeto gráfico: **adaptação do projeto original**
de Anthony Latagliata e Shelley Short
Capa original: **Isla Design**
Diagramação: **Natalia Aranda**

Summus Editorial
Departamento editorial
Rua Itapicuru, 613 – 7º andar
05006-000 – São Paulo – SP
Fone: (11) 3872-3322
<http://www.summus.com.br>
e-mail: summus@summus.com.br

Atendimento ao consumidor
Summus Editorial
Fone: (11) 3865-9890

Vendas por atacado
Fone: (11) 3873-8638
e-mail: vendas@summus.com.br

Impresso no Brasil

Este livro é dedicado a Violet Oaklander, que nos inspirou a produzir este guia para que seu trabalho continue a impulsionar e guiar terapeutas, psicólogos e professores em todo o mundo.

Somos muito gratas pelo seu trabalho.



A Karen

*Com profundo apreço pelo trabalho maravilhoso que
você faz e por sua disposição para aprender coisas
novas, independentemente de quanto já sabe.*

É um prazer para mim contar com a sua parceria.

Com amor,

Violet

Muitas das crianças que atendi na terapia tinham duas dificuldades principais: primeiro, não faziam bom contato (com livros, professores, outras crianças etc.); segundo, não se sentiam bem em relação a si mesmas (baixo senso de eu). Como terapeutas, nossa função não é “consertá-las”, mas ajudá-las a estabelecer melhor contato em seu mundo e se sentir melhor consigo mesmas. Um bom contato implica aprender a estar presente e aprimorar as funções de contato, os sentidos, o uso do corpo; compreender e expressar emoções e fazer bom uso do intelecto.

Como terapeutas, usamos muitas técnicas projetivas e expressivas, bem como experiências específicas para alcançar esses objetivos.

As autoras desta obra criaram um guia maravilhoso, com muitas sugestões que podem ser usadas no consultório terapêutico. O terapeuta avalia as necessidades da criança e usa técnicas que são valiosas, eficazes e úteis. Além do mais, são divertidas.

Este livro é um verdadeiro tesouro.

Violet Oaklander

Sumário

Introdução.....	13
Principais conceitos e definições	14
Primeira sessão Problemas e considerações	20
O processo terapêutico	23
O desenho da Casa-Árvore-Pessoa	30
O desenho da infância	32
O desenho do lugar seguro.....	35
O desenho da roseira	38
Emoções – A energia agressiva e a raiva	40
O desenho da raiva.....	45
O trabalho com argila – Atividade de “criar algo do nada”	49
O luto em cada estágio de desenvolvimento – Reações e respostas mais apropriadas.....	53
O desenho do luto.....	56
Guia para terapia breve	57
Polaridades.....	59
O trabalho com fantoches	61
Cartas projetivas	65
O trabalho na caixa de areia	67
Autoaceitação e autonutrição	70
O desenho do demônio	74
O processo musical.....	78
Encerramento de acordo com o modelo Oaklander	80
Atividades complementares	83
Referências	91
Apêndices.....	93
Sumário detalhado	103

Caro leitor,

Agradecemos o seu interesse em *Desenvolvimento e brincadeira – O modelo Oaklander na terapia com crianças, adolescentes e famílias*. Nossa objetivo é ajudar você a promover o bem-estar de crianças de todas as idades que estejam sob seus cuidados, por meio desta abordagem divertida e adequada a cada estágio de desenvolvimento. Essas jovens pessoas podem ter recebido todo tipo de diagnóstico – transtorno de processamento sensorial, ansiedade, depressão, problemas de aprendizagem, TDAH –, mas a filosofia presente em nosso guia se aplica a todas elas: independentemente do diagnóstico, uma criança continua sendo uma criança.

Portanto, encorajamos você a se conectar com a criança inteira, e a não se prender a defini-la com base em um diagnóstico ou problema. Independentemente dos comportamentos específicos que observemos, não devemos esquecer o que ela e todas as crianças realmente necessitam: ser aceitas por quem são, ser amadas e sentir-se ouvidas. Devemos lembrar que, quando essas necessidades não são atendidas, as crianças podem tentar fazer que isso aconteça por meio de comportamentos desadaptativos, difíceis de tolerar.

A teoria, as intervenções e as atividades apresentadas neste guia oferecem ferramentas cativantes, sensíveis ao desenvolvimento de crianças e adolescentes, para ajudá-los a expressar essas necessidades essenciais e conseguir que sejam atendidas de formas saudáveis. E, embora você possa ajustar seu vocabulário para adequá-lo ao conhecimento e à experiência dos seus clientes, verá que as próprias intervenções se ampliam para acomodar não só seu estágio de desenvolvimento, como também sua singularidade.

Atenciosamente,



Karen Fried



Christine McKenna

Introdução

Criamos este guia para acompanhar o **Programa de Capacitação no Modelo Oaklander**, que Violet desenvolveu depois de publicar *Descobrindo crianças*. Terapeutas de crianças e adolescentes de todas as partes do mundo se reuniram durante duas semanas em Santa Bárbara, Califórnia, para participar de suas oficinas intensivas que transformaram vidas. Essa formação continua sendo ministrada em Santa Mônica, Califórnia (conduzida por Karen Fried) e em outros lugares dos Estados Unidos e do mundo, conduzida por facilitadores capacitados por Violet, entre os quais Lynn Stadler e Peter Mortola.

Embora este guia tenha sido concebido para ser usado por terapeutas que participaram do processo de capacitação de Violet, essa experiência não é um requisito. Aqui, apresentamos o pensamento de Violet, bem como alguns de seus exercícios experimentais clássicos, para que você possa usar quando uma criança ou um adolescente vem à terapia. A introdução ao modelo explica como conduzir uma primeira sessão e como levar em conta fatores relacionados ao estágio de desenvolvimento do cliente. Em seguida, explicamos os principais elementos do foco de Violet na capacidade da criança para estabelecer contato (internamente e externamente), e detalhamos como você pode ajudá-la, no estágio em que se encontra, a desenvolver funções de contato saudáveis e a fortalecer seu senso de si mesma.

Além disso, mostramos como Violet aborda as emoções, inclusive a energia agressiva e a raiva – emoções universais, mas muitas vezes mal compreendidas, que podem ser desafiadoras e difíceis de lidar em uma sessão de terapia. Para ajudar você nesse processo, apresentamos o passo a passo de muitas de suas técnicas projetivas mais eficazes, como os desenhos do lugar seguro e da roseira e o trabalho com argila, caixa de areia e fantoches. Por fim, abordamos o processo de autonutrição, que muitas vezes surge no fim da terapia, e explicamos os *insights* de Violet sobre questões desenvolvimentais que impactam o encerramento, para que você aplique em sua prática. Assim, apresentamos o trabalho de Violet e, com a bênção dela, conseguimos torná-lo ainda mais acessível aos terapeutas. Queremos literalmente as palavras de Violet ou não, seu conhecimento, sua sabedoria e seu profundo amor pelas crianças inspiram cada linha deste guia.

Esperamos que você desfrute de usá-lo tanto quanto desfrutamos de prepará-lo.

Principais conceitos e definições

O que é Gestalt-terapia com crianças?

Antes de definirmos o termo, saiba que não é necessário ser Gestalt-terapeuta para usar este guia. Mas Violet Oaklander considerou o modelo gestáltico ideal para ajudar crianças e adolescentes. *Gestalt* é a palavra alemã para “inteiro”, e a Gestalt-terapia considera a pessoa inteira e centra-se em revelar e integrar todos os aspectos desse indivíduo: físico, emocional e intelectual. A seguir, apresentamos alguns dos principais conceitos da Gestalt-terapia que Violet empregou tão bem com crianças e adolescentes.

1. A relação Eu-Tu

O modelo Oaklander se baseia no valor central do filósofo Martin Buber (1958): a relação Eu-Tu. Violet entendeu que estabelecer o que Buber considerava uma relação autêntica – sincera, direta, específica dos indivíduos – é a base essencial para qualquer terapia. Nada acontece sem ela, e é preciso nutri-la. Como Violet observou, a relação Eu-Tu tem aspectos específicos que são especialmente importantes no trabalho com crianças de qualquer idade. Buber ensinou que, para que haja uma conexão autêntica, precisamos nos encontrar como dois indivíduos separados, nenhum superior ao outro. Isso significa que, mesmo ao interagir com uma criança muito pequena, o terapeuta autêntico não julga nem faz suposições sobre ela, mas aceita seu eu atual e real. O terapeuta deve estar presente e em relação com a criança. Dessa forma, a relação será nutrida. Na terapia, o terapeuta dá à criança a oportunidade de experimentar e fortalecer seu senso único de eu e, assim, melhorar suas habilidades relacionais com os outros. Do mesmo modo, ao aderir às próprias fronteiras, o terapeuta cria um espaço respeitoso, seguro e autêntico para a criança ou o adolescente.

2. Contato e resistência

Estar *em contato* significa que uma pessoa está totalmente presente com todos os aspectos do eu – sentidos físicos, *awareness* e expressão emocional, intelecto – e, portanto, com os outros e com o ambiente. Os recém-nascidos saudáveis têm a capacidade de estar em contato com seu ambiente. Mas crianças de qualquer idade que experimentam dificuldades podem se apartar da *awareness* de um ou mais desses elementos inerentes ao eu. Restringir ou enterrar a *awareness* de uma ou algumas dessas partes de si mesmas compromete o desenvolvimento de um senso de eu saudável. Curiosamente, um sinal de bom contato é a capacidade de se afastar de uma pessoa ou uma situação que não é benéfica.

Portanto, as crianças sem capacidade de contato podem estar ao mesmo tempo distanciadas de aspectos de seu eu interior e presas em situações ou relacionamentos problemáticos.

A *resistência* na criança ou no adolescente é uma defesa natural contra viver algo quando não se sente apoiada. Por outro lado, se uma criança não mostra resistência, diz Violet, “este pode ser um sinal de que seu senso de si mesma é tão frágil que ela deve fazer tudo que lhe dizem para fazer a fim de sentir que é capaz de sobreviver”. Os terapeutas (e todos os adultos) devem ter em mente que a resistência da criança ou do adolescente é uma couraça protetora extremamente funcional, que merece ser observada e honrada. Esconde – de fato, guarda – material importante que ela precisa trabalhar, mas ainda não é capaz de fazê-lo. Quando sua resistência é reconhecida e respeitada, as crianças podem se dispor a arriscar “experimentar” um novo comportamento e abandonar o velho comportamento desadaptativo.

3. Awareness e experiência

O processo terapêutico de Oaklander permite que crianças de todas as idades aprimorem seu senso de si mesmas e tenham *awareness* de – entrem em contato com – seus processos, sensações, sentimentos, necessidades, desejos, pensamentos e ações.

4. Os sentidos e o corpo

As intervenções ligadas ao aspecto físico da criança inteira possibilitam que ela desenvolva contato com seus cinco sentidos e experimente sensações em seu corpo. Entre os exemplos estão:

- **Tato:** trabalhar com pintura a dedo, argila, caixa de areia
- **Visão:** observar imagens, caleidoscópios
- **Audição:** pintar ouvindo música; usar instrumentos musicais
- **Paladar:** experimentar gomos de uma laranja e comparar o sabor com a descrição do terapeuta; conversar sobre os sabores de que mais gosta e os de que menos gosta
- **Olfato:** experimentar diferentes fragrâncias de flores, frutas, gramíneas
- **O corpo:** as atividades divertidas na sessão visam aumentar a consciência corporal das crianças. Jogos como charadas, Meu Mestre Mandou e teatro de fantoches, bem como o ato de prestar atenção à respiração para encontrar pistas de seu estado interno, tudo isso é útil.