

A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia

LILIAN MEYER FRAZÃO
KARINA OKAJIMA FUKUMITSU
[O R G S .]



A CLÍNICA, A RELAÇÃO PSICOTERAPÊUTICA E O MANEJO EM GESTALT-TERAPIA

Copyright © 2015 by autores

Direitos desta edição reservados por Summus Editorial

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**

Assistente editorial: **Michelle Neris**

Capa: **Buono Disegno**

Produção editorial: **Crayon Editorial**

Impressão: **Sumago Gráfica Editorial**

Summus Editorial

Departamento editorial

Rua Itapicuru, 613 – 7ª andar

05006-000 – São Paulo – SP

Fone: (11) 3872-3322

Fax: (11) 3872-7476

<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

Fax: (11) 3872-7476

e-mail: vendas@summus.com.br

Impresso no Brasil

Sumário

Apresentação	7
<i>Lilian Meyer Frazão e Karina Okajima Fukumitsu</i>	
1 A primeira entrevista.	11
<i>Ênio Brito Pinto</i>	
2 Setting e contrato terapêutico	30
<i>Silverio Lucio Karwowski</i>	
3 Relação, atitude e dimensão ética do encontro terapêutico na clínica gestáltica	55
<i>Beatriz Helena Paranhos Cardella</i>	
4 Compreensão clínica em Gestalt-terapia: pensamento diagnóstico processual e ajustamentos criativos funcionais e disfuncionais	83
<i>Lilian Meyer Frazão</i>	
5 As técnicas em Gestalt-terapia	103
<i>Mauro Figueroa</i>	

6 Teoria e técnica do trabalho com sonhos em Gestalt-terapia . . 129

Alberto Pereira Lima Filho

**7 Término e interrupções da relação psicoterapêutica
em Gestalt-terapia. 149**

Karina Okajima Fukumitsu

8 Gestalt-terapia na clínica ampliada 163

Maria Alice Queiroz de Brito (Lika Queiroz)

Apresentação

LILIAN MEYER FRAZÃO

KARINA OKAJIMA FUKUMITSU

Nosso objetivo ao organizar a **Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas** é oferecer à comunidade gestáltica (estudantes de psicologia, especializando, profissionais de Gestalt) informações claras e organizadas para o aprofundamento e ampliação do saber gestáltico.

No volume 1, os fundamentos epistemológicos e as influências filosóficas foram nossa preocupação para que pudessemos oferecer ao leitor uma base sólida das influências recebidas pela abordagem gestáltica, que constituem o alicerce sobre o qual se desenvolveu sua concepção teórica. Esse foi o tema abordado no volume 2, o qual apresenta a conceituação teórica da abordagem e suas inter-relações.

Neste terceiro volume, nossa proposta é a de apresentar reflexões sobre algumas das questões clínicas, seu manejo e a relação psicoterapêutica – quer o trabalho se desenvolva no contexto de consultório, quer em instituições.

No primeiro capítulo, Ênio Brito Pinto apresenta reflexões sobre a primeira entrevista em Gestalt-terapia. Ele enfatiza nuances importantes a ser consideradas antes do início do processo psicoterápico.

No segundo capítulo, escrito por Silverio Lucio Karwowski, são abordadas as inúmeras e sutis implicações que devem ser consideradas no *setting* e no contrato terapêuticos.

O capítulo de Beatriz Cardella traz uma visão sobre a relação terapêutica e suas importantes consequências éticas no mundo contemporâneo, consequências essas que se fazem presentes ao longo do processo psicoterápico.

No Capítulo 4, Lilian Frazão expõe a compreensão clínica em Gestalt-terapia, por meio daquilo que denominou “pensamento diagnóstico processual”. Ela fala ainda sobre sua compreensão dos ajustamentos criativos funcionais e disfuncionais.

O capítulo de Mauro Figueroa, além de explicitar as técnicas e os recursos da abordagem, tece importantes considerações relativas a seu uso, além de diferenciar técnicas, exercícios e experimentos e discorrer a respeito de como se desenvolvem estes últimos.

Ao versar sobre o trabalho com sonhos, Alberto Pereira Lima Filho destrincha cuidadosamente a maneira como Fritz Perls trabalhava com sonhos, demonstrando uma metodologia clara e coerente.

Já Karina Okajima Fukumitsu oferece-nos uma reflexão sobre a miríade de significados e possibilidades de términos em um processo psicoterapêutico, esclarecendo que o que se encerra não é o processo, mas a relação terapêutica.

Fechamos esta obra com um capítulo escrito por Maria Alice Queiroz de Brito (Lika Queiroz). A autora comenta al-

gumas especificidades do trabalho clínico em instituições na atualidade, além de abordar o modelo de hipótese processual que desenvolveu e tem se mostrado muito útil quando aplicado ao trabalho na clínica ampliada.

Esperamos que, com este terceiro volume, possamos oferecer à comunidade gestáltica alguns dos tópicos relativos ao trabalho clínico tanto em consultório particular quanto nas instituições – as quais, em ritmo crescente, demandam esse tipo de trabalho para o qual a Gestalt-terapia mostra-se cada vez mais uma abordagem adequada e compatível.

1

A primeira entrevista

ÊNIO BRITO PINTO

A primeira entrevista em psicologia é provavelmente um dos momentos mais importantes em um trabalho psicoterapêutico e guarda diversas peculiaridades – como as que dizem respeito à sua finalidade e ao contexto no qual se dá. A entrevista que tem por finalidade um processo psicoterapêutico em consultório particular tem limites e exigências de certa forma diferentes dos exigidos em uma entrevista de triagem institucional. Do mesmo modo, uma primeira entrevista para atendimento grupal é diferente da primeira entrevista para um diagnóstico, assim como a primeira entrevista com os familiares de uma criança ou de um adolescente é diferente da primeira entrevista com o próprio adolescente ou com a própria criança. No entanto, guardam entre si semelhanças significativas, as quais pretendo abordar neste capítulo.

Já de início é bom lembrarmos que, quando falamos em primeira entrevista, não necessariamente estamos nos referindo a um único encontro, mas a um conjunto de sessões que

permitirão que terapeuta e cliente se conheçam e estabeleçam o “se” e o “como” de um processo terapêutico – isto é, se existe a necessidade de terapia, se ela deve ser feita com aquele terapeuta e como poderá ser desenvolvida.

Isso posto, é hora de colocarmos uma primeira questão: quando começa a primeira entrevista? Ela tem início ainda quando o terapeuta está muito longe, no momento em que o cliente recebe uma indicação ou quando se decide a procurar terapia para lidar com questões que o afligem. Naquele momento já começam as fantasias sobre como poderá ser esse encontro, sobre como poderá ser a pessoa que o atenderá. De maneira geral, a psicoterapia ainda não é uma primeira opção para quem depara com um sofrimento emocional com o qual não pode lidar sozinho. Antes da terapia, via de regra, são tentadas outras soluções – do apelo a uma possível força de vontade ou a livros de autoajuda ao pedido de socorro a amigos ou autoridades religiosas ou médicas, além da possível busca de soluções mágicas que tragam pouca ou nenhuma dor. Para a maioria das pessoas, somente quando essas alternativas não dão respostas satisfatórias a possibilidade de processo psicoterapêutico é de fato tomada a sério.

Esse caminho de busca de alternativas anteriores à terapia não é ruim, pois já configura o início do processo terapêutico, sobretudo porque denota que a pessoa já está em contato com seu sofrimento e busca soluções para transformá-lo em crescimento, mesmo que não se dê conta disso de modo explícito. Alguns indivíduos que procuram a terapia logo depois de uma indicação médica, por exemplo, raramente fazem de fato um processo terapêutico, pois essa busca costuma apoiar-se em uma expectativa mágica, quase sempre frustrada já na primei-

ra entrevista – quando a pessoa percebe que não há mágicas em psicoterapia, mas trabalho conjunto e, no mais das vezes, árduo. Tendo a ficar esperançoso ante um processo terapêutico quando a pessoa me conta que há um bom tempo tem uma indicação para a terapia. Nesses casos, é enorme a probabilidade de que ela já tenha começado a enfrentar o difícil dilema que vive e tenha encontrado a saída na coragem de se expor a si por meio da exposição de si a um psicoterapeuta.

Fazer terapia é uma aventura tanto para o cliente quanto para o terapeuta. Significa, no caso do primeiro, dispor-se a se defrontar com aspectos de si que não conhece bem ou teme, correr o risco de aceitar e promover mudanças às vezes muito doloridas na própria vida, ter de se desacomodar de anacrônicas e aparentemente confortáveis posições já conhecidas, em geral conquistadas depois de muita luta. Fazer terapia significa abrir-se para se conhecer até atingir o ponto de abrir-se com curiosidade para desconhecer-se com confiança. Significa propor-se a se flexibilizar de tal modo que possa ampliar o diálogo, sempre necessário, entre a mudança e a permanência no modo de ser e de viver, de modo que as permanências não enrijecidas sustentem as mudanças atualizadoras. A pessoa que procura terapia intui isso e, ao fazê-lo, sente medo. Por isso, precisa de coragem, o combustível nutridor da terapia e também da própria vida.

Assim, uma vez que a pessoa encontra essa coragem necessária para se propor à aventura da terapia, resta escolher com quem se dará o processo. Como encontrar um terapeuta? O caminho habitual é a indicação feita por pessoas confiáveis. Menos comuns, mas crescentes, são as buscas pela internet ou pelo rol de profissionais de um convênio médico.

Escolhida a pessoa que poderá ser o terapeuta, o próximo passo diz respeito a como entrar em contato com ela. Prepondera ainda, e assim será, creio, por muito tempo, o telefone. Mas há outras possibilidades: as redes sociais, o e-mail, a ida pessoalmente ao endereço para marcar a primeira entrevista.

Sobretudo a partir desse ponto, a relação terapêutica adquire contornos mais consistentes. O cliente já tem uma fantasia mais próxima do real sobre como será o psicoterapeuta, fantasias mais precisas sobre o conteúdo do primeiro encontro; já avançou um pouco mais no começo da terapia. O grau dessas expectativas e, mais especialmente, quanto tais expectativas estão calcadas na realidade serão alguns dos pontos fundamentais para o sucesso ou o fracasso da entrevista inicial. Se as expectativas do cliente estão distantes da possibilidade e das limitações de uma intervenção psicoterapêutica – em outros termos, se o cliente espera demais da psicoterapia e/ou do psicoterapeuta –, não é raro que sua frustração vença a coragem e o início da psicoterapia seja postergado.

Vejo três caminhos mais comuns para o primeiro agendamento: o terapeuta tem uma secretária; o terapeuta tem uma secretária eletrônica; o próprio terapeuta atende ao telefone.

No primeiro caso, quando o terapeuta tem uma secretária que se incumbem do agendamento da primeira entrevista, quero ressaltar dois aspectos. De um lado, o fato de o terapeuta perder parte importante do primeiro contato e deixar de perceber alguns aspectos (tom de voz, desenvoltura na fala ao telefone, facilidade ou dificuldade para agendar um horário comum, entre outros aspectos), percepção essa que não há como delegar a uma secretária, por mais sensível e experiente que ela seja. De outro lado, nesses casos o terapeuta