

ELEMENTOS PARA UMA COMPREENSÃO DIAGNÓSTICA EM PSICOTERAPIA

...

O ciclo de contato e os modos de ser

Ênio Brito Pinto



ELEMENTOS PARA UMA COMPREENSÃO DIAGNÓSTICA EM PSICOTERAPIA

O ciclo de contato e os modos de ser

Copyright © 2015 by Ênio Brito Pinto

Direitos desta edição reservados por Summus Editorial

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**

Editora assistente: **Michelle Neris**

Capa: **Gabrielly Silva**

Projeto gráfico e diagramação: **Crayon Editorial**

Impressão: **Sumago Gráfica Editorial**

Summus Editorial

Departamento editorial

Rua Itapicuru, 613 – 7º 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

<i>Introdução</i>	9
1 Revendo alguns fundamentos	
da compreensão diagnóstica	19
Singularidades e pluralidades	22
A compreensão diagnóstica em Gestalt-terapia:	
algumas delimitações	25
O pensamento diagnóstico processual	30
Funções da compreensão diagnóstica	31
2 A compreensão diagnóstica e a personalidade	35
Estrutura e processo	40
A compreensão diagnóstica do estilo de personalidade	42
3 O ciclo de contato	49
As descontinuações como defesas	54
As descontinuações	57
O uso do ciclo de contato como tipologia	62
Estrutura	63

4 Os estilos de personalidade	71
O dessensibilizado	76
O defletor	82
O introjetor	89
O projetor	94
O profletor	99
O retrofletor	107
O egotista	115
O confluyente	124
5 Comentários finais	133
<i>Referências</i>	135
<i>Anexo</i>	139

Introdução

QUERO COMEÇAR ESTA Introdução contando um pouco de minha história profissional, sobretudo a maneira como cheguei ao tema deste livro – um aspecto ainda e infelizmente pouco explorado na Gestalt-terapia. Desde o início de minha atuação profissional, primeiro como estagiário, depois como recém-formado, tenho aprendido a importância de uma boa compreensão diagnóstica para o trabalho psicoterapêutico.

Logo que terminei a faculdade de Psicologia, fui trabalhar em um hospital psiquiátrico em Pouso Alegre (MG) que pertencia a um tio meu, Luiz Sousa Bustamante. Ele era um psiquiatra sensível e cuidadoso, profundamente atento ao aporte teórico, e me ensinou que a boa compreensão diagnóstica olha para a pessoa bem antes e com muito mais atenção que para a suposta doença que ela possa viver. Dessa forma, aprendi já nessa época, e tenho confirmado isso ao longo de mais de 30 anos de trabalho como terapeuta, que, por paradoxal que possa parecer, um bom diagnóstico é a melhor maneira de começar a realçar a singularidade de cada cliente, início do processo de ajudá-lo a se apossar dessa singularidade e desenvolvê-la ao máximo a cada momento da vida.

Após anos de trabalho e de muito estudo sobre a psicoterapia e a psicopatologia, depois de me aprofundar em uma com-

preensão baseada na Gestalt-terapia sobre esses processos e, sobretudo, sobre o viver saudavelmente, havia em mim uma inquietação enorme, uma falta que eu não conseguia ainda apreender de modo claro; apenas sentia e observava, enquanto buscava melhores perguntas. Em determinado momento, como pensei ter deparado com uma limitação da Gestalt-terapia, decidi estudar outra abordagem, mesmo que isso significasse o risco de deixar a Gestalt depois de tantos anos. Não importava: eu queria achar um jeito de ser melhor terapeuta, de ser mais útil para meus clientes, uma forma de superar aquela deficiência que eu percebia em meu trabalho. Assim, fui fazer uma formação em psicologia junguiana com Alberto Pereira Lima Filho. Por mais de cinco anos estudei as lições de Jung e de alguns de seus seguidores, mas não pude me tornar um junguiano – meu jeito de ser, minha forma de compreender o ser humano, meu jeito de trabalhar é visceralmente gestáltico. Mas não o é rigidamente, de forma que trouxe desses estudos muita aprendizagem, muito acréscimo ao meu modo de compreender o trabalho em Gestalt-terapia.

De todo o arcabouço teórico de Jung, fascinou-me especialmente sua tipologia, com suas atitudes e funções. Como isso me ajudava a ser melhor terapeuta! Em compensação, quanto preconceito tive de vencer para aceitar isso! Até compreender que uma tipologia é um caminho para evidenciar e ampliar singularidades, precisei estudar, refletir e experimentar muito. Uma vez compreendida a eficácia desse instrumento, eu ainda tinha uma questão: a tipologia junguiana se fundamenta em um olhar junguiano sobre o ser humano, e meu olhar estava fundamentado na Gestalt-terapia. Eu não queria fazer Gestalt e tipologia junguiana, embora esse tenha sido um caminho que usei provisoriamente, na esperança de um dia desenvolver um olhar tipológico

mais coerente com a visão gestáltica de ser humano – sempre tendo como propósito fazer as melhores intervenções terapêuticas possíveis para meus clientes, com coerência e clareza teórica. Nessa época, eu trabalhava e teorizava, trabalhava e teorizava, ainda sem vislumbrar um caminho que pudesse seguir com confiança e segurança.

Minhas teorizações tomaram o rumo que me trouxe a este livro quando, por volta de 2001, comecei a dar aulas de compreensão diagnóstica no curso de especialização em Gestalt-terapia do então recém-fundado Instituto Gestalt de São Paulo. Assim que comecei a preparar o curso, Myrian Bove Fernandes deu-me uma apostila de um instituto de Gestalt do Canadá, com preciosas considerações teóricas de Gilles Delisle sobre o DSM-III, eixo II, o eixo dos transtornos e dos estilos de personalidade. Ali estava organizado algo que eu já fazia na prática mas ainda não tinha conseguido teorizar com tanta clareza. Desde a leitura daquele trabalho e a discussão dele com inúmeras turmas de especialização do IGSP e de outros institutos de Gestalt do Brasil, com base no que eu estudava e no que os colegas me perguntavam, fui desenvolvendo esses aspectos da compreensão diagnóstica afastando-me (sem negar sua importância) do DSM, agora IV, depois V. A ideia era evoluir para um olhar mais gestáltico, que considerasse o fato de que podemos, em um referencial da psicologia fenomenológica, pensar em estilos de personalidade, em modos de existir que podem ser descritos e compreendidos, modos de ser que não são necessariamente patológicos e cujo estudo é um grande instrumento terapêutico.

Este livro é uma condensação desse caminho e desses estudos. É fruto de muitos atendimentos terapêuticos em Gestalt-terapia e de inúmeros estudos teóricos em psicologia, não só em

Gestalt. É fruto de importantes questões que os alunos me propuseram. É fruto da minha confiança de que já há muito que compartilhar com os colegas. É fruto da esperança de que novas e mais densas questões possam ser provocadas pela sua leitura.

Aqui, parto do pressuposto de que a compreensão diagnóstica é uma das atividades mais importantes e complexas desempenhadas pelos profissionais no processo terapêutico, pois compõe com a relação terapêutica os dois pilares que sustentam o trabalho psicoterapêutico, em todas as abordagens. Por ser complexa e densa, a compreensão diagnóstica precisa ser mais bem estudada. Por ser complexa, densa e delicada, sua teorização não cabe em um livro. Nesse sentido, este trabalho é uma contribuição ao tema, sendo por isso parcial. Abarca alguns elementos dessa compreensão diagnóstica, provavelmente um dos veios menos estudados dessa atividade fundamental na terapia – o uso do ciclo de contato como um referencial de modos de ser, de estilos de personalidade, mirada que Perls esboçou em sua obra, sem, no entanto, completá-la (como fez com muitas das facetas da Gestalt-terapia, cujo aprofundamento teórico ele legou a seus sucessores).

Não se trata de uma continuação do trabalho de Perls, embora todo o meu modo de pensar esteja em grande parte sustentado nos trabalhos e nas ousadas ideias dele e daqueles que o ajudaram a iniciar a abordagem gestáltica em psicologia. Sinto-me, na verdade, inspirado por Perls, animado por ele, mas desenvolvendo um caminho próprio que, fundamentado em algumas de suas ideias, pretende ser uma contribuição ao desenvolvimento teórico da abordagem gestáltica.

Dessa forma, o panorama teórico que norteia este livro é a discussão e a ampliação do trabalho sugerido por Perls, que, em suas obras (1969, 1977a, 1977b, 1979, 2002; Perls *et al.*, 1977c),

busca uma tipologia baseada no ciclo de contato como um dos elementos de base da compreensão diagnóstica. Por exemplo, em Perls, Hefferline e Goodman (doravante PHG, 1997, p. 249, grifos meus), encontramos o seguinte:

Queremos expor agora a ideia de que diferentes mecanismos e “caracteres” do comportamento neurótico podem ser observados como sendo as etapas de ajustamento criativo nas quais o excitamento é interrompido. Isto é, queremos elaborar uma tipologia a partir da experiência da realidade concreta. Vamos discutir as vantagens de uma abordagem desse tipo e as propriedades de uma tipologia que possa ser útil na terapia (porque, naturalmente, é uma *pessoa única* que estará sendo tratada, e não um tipo de doença).

Partindo do exposto por Perls em seus textos, faço uma ampliação desse modo de utilizar a compreensão diagnóstica em psicoterapia e proponho o uso do ciclo de contato, aqui adaptado do modelo concebido por Jorge Ponciano Ribeiro (2007), como fundamento para a construção de um referencial tipológico, uma das facetas da compreensão diagnóstica fenomenológica em Gestalt-terapia. Defendo também a importância dessa compreensão diagnóstica como norteadora do trabalho psicoterapêutico.

Tal compreensão em Gestalt-terapia ainda é um tema que demanda estudos, pois um maior número de discussões e de teorizações sobre ele seria importante na formação de novos terapeutas e na atuação de inúmeros profissionais, os quais, pela falta de debates, correm o risco de não explorar adequadamente as potencialidades da compreensão diagnóstica como norteador-

ra na ajuda a seus clientes. Meu trabalho pretende cobrir, em parte, essa lacuna.

A julgar pelo que observo no contato com colegas gestaltistas e tendo em vista os trabalhos de Pimentel (2003) e de Frazão (1991, 1992, 1995a, 1995b, 1999), para mim fica claro que é preciso que se desenvolvam na Gestalt-terapia discussões e teorizações sobre a compreensão diagnóstica, de modo que se caracterize um diagnóstico não apenas psicopatológico, mas psicológico, que leve em conta todo o campo e seja fundamentado no olhar fenomenológico e holístico característico da abordagem gestáltica. Trata-se de uma compreensão diagnóstica que dê suporte à postura humanizada e humanizadora do Gestalt-terapeuta em sua prática clínica e em sua tentativa de facilitar o desenvolvimento das potencialidades de seus clientes.

É com base em minha prática clínica e nos estudos que tenho feito ao longo de minha vida profissional que defendo o uso do pensamento diagnóstico processual (Frazão, 1991, 1992, 1995a/b), somado ao uso do ciclo de contato como fundamento para uma tipologia como as bases da compreensão diagnóstica. Feita dessa maneira, a compreensão diagnóstica é um importante orientador do trabalho psicoterapêutico – um indicador de caminho –, uma vez que toda a estratégia terapêutica e todo o trabalho psicoterapêutico dependem e derivam da compreensão diagnóstica alcançada.

Parece-me importante realçar que essa minha proposta representa, de certa forma, uma novidade nos estudos sobre o diagnóstico nas psicologias fenomenológicas, uma vez que se trata de um olhar que abre a oportunidade de discussão sobre uma possibilidade humana pouquíssimo explorada com clareza dentro dessa abordagem (à exceção talvez de Tellenbach): a exis-

tência, naturalmente limitada, de estilos de personalidade que podem servir de referência para uma compreensão diagnóstica e para a postura terapêutica.

Quando defendo o uso de uma tipologia em psicoterapia e penso na indispensável pergunta de PHG (1997, p. 249) – “E como não impor um padrão em lugar de ajudar a desenvolver as potencialidades do outros?” –, tenho clara a ideia de que esse uso é, para o terapeuta, um norteador do pensamento clínico em terapia. Não creio ser útil para o cliente saber a que tipo corresponde seu jeito de ser, pois isso com muita facilidade seria vivido como uma receita de ser, algo que vai de encontro ao ideário da psicologia fenomenológica. O estudo que desenvolvo neste livro visa ao terapeuta, pretende dar a ele um instrumento que facilite a eficácia da terapia, que norteie seu trabalho e sua postura diante do cliente, não devendo ser compreendido como informações a ser trocadas com o cliente, a não ser em situações muito especiais. Dar ao cliente uma avaliação sobre um possível tipo psicológico tem muito mais um efeito de limitar sua existência que de delimitar seu desenvolvimento; é provavelmente mais um molde ao qual o cliente tentará se adequar que uma forma de buscar autoconhecimento e expansão de *awareness*.

Assim, a compreensão do jeito padrão de ser do cliente é apenas uma referência para o terapeuta – referência essa de grande utilidade para a eficiência e o abreviamento do trabalho terapêutico. Ao estudá-la, cada terapeuta acabará encontrando seu estilo próprio de personalidade, o que implica o risco de que isso se transforme em um molde; porém, tal risco não pode ser evitado. A única maneira de lidar com ele é a própria terapia, a qual, quando bem-sucedida, lhe abrirá a possibilidade de ir além do próprio estilo, de responder a cada situação com a amplitude

de ação exigida, o que acabará sendo útil também na facilitação do mesmo processo por parte de seus clientes.

Não podemos também deixar de considerar o risco de o terapeuta, ao fazer uso de uma tipologia, encarcerar seu olhar sobre o cliente, passando a ver o tipo em vez da pessoa. Todo instrumento terapêutico precisa ser usado com cuidado; sobretudo, é necessário lembrar que uma compreensão diagnóstica é uma teoria sobre o cliente, uma tentativa de compreendê-lo com base em certos parâmetros, visando ampliar a possibilidade de que a terapia o ajude para que ele se aventure mais pelo seu campo existencial, se explore mais, se desconheça mais vezes, se reintegre sem cessar, se conheça melhor. Também esse deve ser o caminho do profissional diante de seu cliente: embora tenha na compreensão diagnóstica um referencial diagnóstico, que o terapeuta possa entrar em cada sessão podendo se surpreender com seu cliente, com a abertura para conhecê-lo de novo, a disposição para incentivar sem cessar a dialética socrática – a abertura à descoberta, ao desvelamento do vivido –, mantendo o cuidado de se distanciar de uma investigação técnica e normativa, aproximando-se, assim, da disposição para experienciar o descobrir sem finalidade nem fim.

Ao pensarmos em um referencial de modos de ser, é preciso que duas questões fundamentais estejam bem presentes. A primeira é o fato de que uma tipologia pode ser um caminho muito eficaz para a busca da singularidade, como mostrarei já no início das discussões teóricas deste livro. A outra questão, igualmente importante, é a confiança de que não há um tipo mais saudável que outro, pois a natureza e a vida precisam da diversidade. Cada estilo de ser traz determinadas barreiras a ser superadas, além de determinadas sabedorias a ser desenvolvidas – superação e de-

envolvimento que se darão ao longo de toda a vida, segundo as circunstâncias e o tempo de cada pessoa.

Em síntese: conhecer o estilo dos clientes facilita a descoberta do melhor caminho para que a terapia lhes seja útil; o conhecimento do próprio estilo por parte do terapeuta ajuda a abrandar as suas cristalizações e as cristalizações dos clientes, de maneira que a pessoa possa, mais e mais, reagir a cada situação abdicando da repetição compulsória de vivências e comportamentos.

I. Revendo alguns fundamentos da compreensão diagnóstica

UM DOS FUNDAMENTOS da atividade psicoterapêutica é que o terapeuta faça uma compreensão diagnóstica de seu cliente, o que inclui, além de considerações acerca do que é/está saudável ou patológico no cliente, as peculiaridades da pessoa em questão, da sua situação existencial e da maneira como compõe – a cada momento e usualmente – o sentido do que vive. Ao menos parte desse diagnóstico pode ser fundamentada na concepção gestáltica do ciclo de contato, instrumento muito útil para o psicoterapeuta, independentemente de sua abordagem teórica de base. É essa parte da compreensão diagnóstica o foco deste livro.

É importante observar, no entanto, que em um processo psicoterapêutico a compreensão diagnóstica não pode ser apenas um diagnóstico do cliente: ela precisa envolver a situação terapêutica e a situação de vida do cliente como um todo, além, é claro, das disposições do terapeuta para aquele trabalho clínico. A compreensão diagnóstica em Gestalt-terapia ainda deve levar em conta tanto os aspectos intrapsíquicos quanto os relacionais, embora dê ênfase maior aos aspectos referentes à intersubjetividade – caminho por excelência da abordagem gestáltica. Outro ponto importante é que a compreensão diagnóstica não se esgote no sintoma, mas abarque o estilo relacional mais típico do cliente, seu modo característico de ser ou estilo de personalidade, pois é ele que configura o fundo de onde sobressairá a figu-