

Instituto de Treinamento e Pesquisa em Gestalt-Terapia de Goiânia – ITGT
Curso de Pós-Graduação *Lato Sensu* com vistas a Especialização na Abordagem Gestáltica
Chancela da Pontifícia Universidade Católica de Goiás - PUC-GO

A RELAÇÃO DIALÓGICA E O PROCESSO DE CURA NA PSICOTERAPIA

Viviane Guimarães da Silva Ferreira
Gizele Geralda Parreira

Goiânia
Novembro, 2011

“Descobre tua presença e mata-me tua visão e formosura. Olhe que a doença de amor não se cura, senão com a presença e a figura.”

São João da Cruz

A Relação Dialógica e o Processo de Cura na Psicoterapia¹

The Dialogical Relationship and the Healing Process in Psychotherapy

Viviane Guimarães da Silva Ferreira²

Gizele Geralda Parreira³

Resumo: O presente artigo trata-se de um estudo de caso que objetivou analisar as contribuições da relação dialógica, dentro do contexto da psicoterapia gestáltica, para o resgate da saúde emocional do cliente. Buscou-se descrever como a relação genuína entre cliente e terapeuta pode influenciar diretamente no processo de cura, sendo esta considerada como a integração total do ser. Realizou-se uma leitura fenomenológica ancorada na pesquisa qualitativa, que propõe uma minuciosa investigação da vivência imediata do sujeito. A partir de tal leitura pôde-se comprovar as contribuições da relação dialógica no processo de desenvolvimento das novas possibilidades de ser e existir da cliente. Concluiu-se, portanto, que tendo como base e suporte o encontro genuíno entre pessoas, o processo de cura vai tornando-se claro e possível de ser alcançado.

Palavras-chave: relação dialógica, cura, encontro, integração.

Abstract: This article treats about a study of case that aimed to analyze the contributions of the dialogical relationship within the context of Gestalt psychotherapy to rescue the emotional health of the client. We sought to describe how the genuine relationship between client and therapist directly influence the healing process, which is considered to be the full integration of human being. We conducted a phenomenological reading grounded in qualitative research which proposes a thorough investigation of the immediate experience of the subject. From this reading we could see the contribution of the dialogical in the process of developing new ways of being and existence of the client. We conclude, therefore, that based on the support and genuine encounter between people, the healing process will become clear and achievable.

Key Words: dialogical relationships, healing, meeting, integration.

Uma das principais características da sociedade atual é o consumismo. Com a chegada do capitalismo e o crescimento acelerado da tecnologia e da ciência positivista, os valores do “ter” vêm se sobrepondo esmagadoramente sobre o “ser”. As pessoas trabalham exaustivamente, mantêm dois ou três empregos em busca de maior poder aquisitivo e de maiores possibilidades de consumo. Contudo, o aparelho celular super moderno adquirido hoje, amanhã estará obsoleto, desatualizado e assim

¹Trabalho apresentado como requisito parcial para a obtenção do grau de especialista em Gestalt-Terapia, do Curso de Pós-graduação *Lato Sensu* do Instituto de Treinamento e Pesquisa em Gestalt-Terapia de Goiânia (ITGT).

² Psicóloga, especializanda em Gestalt-Terapia pelo ITGT. E-mail: vivianegsf@hotmail.com.

³ Doutora em Educação. Psicóloga clínica e especialista em Gestalt-Terapia, professora-supervisora do ITGT, professora do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás. E-mail: gizele.p@terra.com.br.

acontecerá com a televisão, o aparelho de som, os eletrodomésticos e etc. Enfim, tudo torna-se rapidamente descartável e para conseguir acompanhar este ritmo acelerado de desenvolvimento, o sujeito vê-se impelido a buscar com todo afincamento por conquistas que afinal nunca alcança. Neste contexto, com o tempo cada vez mais escasso, o ser humano vai se afastando de seu sentido mais nobre de existir - o estar em relação - fato que tem gerado grandes conflitos existenciais, levando a um adoecimento do ser. A relação dialógica em psicoterapia destaca-se como possível caminho para a cura através do encontro (Buber, 2008; Parreira, 2010; Carvalho, 1999).

Em ritmo acelerado as relações interpessoais vão se tornando superficiais, pois não há tempo para se ver e perceber enquanto pessoa e menos tempo ainda para o encontro com o outro. Vive-se um momento histórico pautado em relações e conhecimentos "líquidos", como assevera Zygmunt Bauman (2001). As relações se tornaram efêmeras, líquidas, fugazes, não se sustentando por mais de um sopro de desejo. É a famosa era das relações virtuais, em que quando algo no outro desagrada, pode-se em um simples "clique", deletá-lo do rol de contatos.

Contudo, o ser humano desde os primórdios de sua existência é considerado como um ser de relação. Segundo Ribeiro (2007), encontrar-se, estar em relação, é estar vivo, em movimento, é possibilidade de crescimento e transformação. Contrariamente, a ausência de relação ou sua interrupção, pode significar estagnação, rigidez e a perda do sentido da vida.

Este autor afirma ainda que, para ser considerado saudável, o homem deve estabelecer boas relações consigo mesmo, com o outro e com o mundo, caso isso não ocorra, inicia-se um processo de adoecimento do ser, as chamadas doenças da alma, que atualmente têm atingido uma grande parcela da população e vêm aumentando

desenfreadamente. Dessa forma, não se pode pensar em saúde emocional sem o estabelecimento de relações genuínas e, antagonicamente, o desajuste remete a interrupções no processo de estar em relação.

Sobre este assunto, Suassuna (2002) afirma que a gênese dos transtornos mentais já na infância, resulta do diálogo abortado entre a criança e seu meio. Portanto, ao ser desconfirmada em sua singularidade, a criança acaba se retraindo e rompendo seu diálogo com o mundo, favorecendo assim o aparecimento de vários transtornos que, se não tratados, poderão prejudicá-la permanentemente.

Acerca do binômio saúde/doença, Malaguth (2002) em suas reflexões aponta para a saúde como processo de integração do ser, que se encontra intimamente ligado a existência do outro. Assim, o adoecimento implica em ter sua existência bloqueada no encontro com o outro, visto que o processo de se expressar com autenticidade está interrompido.

Diante disto, verifica-se a necessidade de se resgatar continuamente a característica primordial do humano: a relação. Este é um dos principais objetivos da Gestalt-Terapia que acontece dentro da esfera da relação dialógica. O termo relação dialógica foi usado inicialmente por Martin Buber que é considerado o “filósofo do encontro”. Segundo este autor, “toda vida atual é encontro” (Buber, 2001, p. 59), sendo assim não existe um Eu em si mesmo, o Eu é sempre relação, seja com um Tu ou com um Isso.

Buber (2001) acredita que frente ao mundo e as opções de relação que este oferece, o homem pode responder com duas atitudes existenciais as quais denominou de palavras-princípio Eu-Tu e Eu-Isso. Quando o homem busca compreender ou experienciar o mundo em sua complexidade, ele está proferindo a palavra-princípio Eu-Isso, pois tem um objetivo definido para tal atitude, ou seja, existe um meio e um

fim para que esta relação seja estabelecida. O Eu-Isso transforma o outro da relação em objeto, seja de conhecimento ou de experiência. Esta forma de entrar em contato com o outro é necessária ao ser, mediante as necessidades de se apreender o mundo e seus recursos, para que o processo evolutivo aconteça.

Entretanto, quando o Eu se abre para uma relação autêntica e profunda, o encontro genuíno entre dois seres acontece, este é um momento transformador, denominado por Buber como relação Eu-Tu. Esta forma de encontro só pode acontecer na totalidade do ser, ou seja, o Eu deve estar presente, inteiro e todo atento a um Tu que deseja perceber também por inteiro e livre de interpretações ou *a priori*. A relação Eu-Tu pressupõe disponibilidade e reciprocidade, respeito, entrega e aceitação; é um encontro livre de meios e de fins, de propósitos ou teorias, de metas ou experiências. Exatamente por isso, torna-se transformador, curador.

A relação com o Tu é imediata. Entre o Eu e o Tu não se interpõe nenhum jogo de conceitos, nenhum esquema, nenhuma fantasia; e a própria memória se transforma no momento em que passa dos detalhes à totalidade. Entre Eu e Tu não há fim algum, nenhuma avidez ou antecipação; e a própria aspiração se transforma no momento em que passa do sonho à realidade. Todo meio é obstáculo. Somente na medida em que todos os meios são abolidos, acontece o encontro (Buber, 2001, p. 59).

Buber (2001) aponta ainda a importância e necessidade destas duas formas de estar em relação. Porém, ressalta que a atitude Eu-Tu precede ontologicamente a atitude Eu-Isso, ou seja, é inerente e essencial ao ser e, portanto, não deve ser perdida, pois incorremos no risco de uma coisificação do existir. “O homem não pode viver sem o Isso, mas aquele que vive somente com o Isso não é homem” (p.74).

Segundo Parreira (2010), apesar das reflexões de Buber datarem do início do século passado, ainda hoje permanecem extremamente importantes, pois a era tecnológica e seus avanços, a sociedade atual com suas eternas exigências de consumo e capacitação, continuam impelindo o homem a uma perda de sentido, a uma valorização do mundo do Isso, em detrimento ao mundo das relações autênticas, ou mundo do Tu.

Buber (2008) não desconsidera os efeitos do avanço do capitalismo e das leis do Estado que acabam por impedir o homem de viver sua liberdade existencial. Sua aspiração era de uma convivência verdadeira entre pessoas em comunidade e não de indivíduos em uma sociedade fria e calculista.

Hycner (1997) utiliza o termo abordagem dialógica buscando as contribuições do pensamento buberiano para a prática psicoterápica. Ressalta que o dialógico revela uma atenção especial ao mundo do “entre”, ao mundo das relações profundas. De acordo com este autor, toda terapia psicológica baseia-se em maior ou menor grau, na relação, porém a terapia dialógica tem em seu cerne, como seu objetivo e fundamento, o encontro autêntico entre cliente e terapeuta.

Ao procurar por uma terapia, o cliente provavelmente apresentará alguma dificuldade em relacionar-se, seja com ele mesmo, com o outro ou com seu mundo. Ao deparar-se com um terapeuta que busca realmente encontrá-lo como ser único e repleto de possibilidades e aceitá-lo como é, o cliente tende a recuperar gradativamente sua capacidade de relacionar-se. Esta capacidade é a própria “cura” que propõe a relação dialógica no processo da Gestalt-Terapia, não uma cura técnica, mas uma cura restauradora do ser como um todo integrado (Hycner, 1995).

Cardella (1994), referindo-se ao encontro terapêutico, considera que para que este se torne efetivo é imprescindível uma atitude amorosa do terapeuta em relação

ao seu cliente. Descreve várias formas de amor, ressaltando o que seria este dentro do contexto psicoterápico. Para esta autora, o amor terapêutico revela uma atitude de interesse, respeito e aceitação integral do outro como ser único e diferenciado. É incondicional, livre da necessidade de uma resposta do cliente e baseia-se na presença e na confiança. É um interessar-se genuinamente pela existência total do outro.

Sobre este assunto, Buber (2001) afirma que o amor não é simplesmente um sentimento que se encontra no Eu ou no Tu, é algo mais profundo, que só pode acontecer *entre* o Eu e o Tu:

Os sentimentos, nós os possuímos, o amor acontece. Os sentimentos residem no homem, mas o homem habita em seu amor. Isto não é simples metáfora, mas a realidade. O amor não está ligado ao Eu de tal modo que o Tu fosse considerado um conteúdo, um objeto: ele se realiza entre o Eu e o Tu. Aquele que desconhece isso, e o desconhece na totalidade de seu ser, não conhece o amor, mesmo que atribua ao amor os sentimentos que vivencia, experimenta, percebe, exprime. O amor é uma força cósmica. Àquele que habita e contempla no amor, os homens se desligam do seu emaranhado confuso próprio das coisas; bons e maus, sábios e tolos, belos e feios, uns após os outros, tornam-se para eles atuais, tornam-se Tu, isto é, seres desprendidos, livres, únicos, ele os encontra cada um face a face. A exclusividade ressurgue sempre de um modo maravilhoso; e então ele pode agir, ajudar, curar, educar, elevar, salvar. (p. 61).

Todavia, Buber (2009) alerta também para a impossibilidade de equiparação entre o amor e a atitude dialógica, pois é possível encontrar-se dialogicamente com qualquer ser, mesmo sem amá-lo, porém não é possível amar sem sair-se de si em

direção ao outro, que é a própria atitude dialógica.

Não obstante, encontrar-se dialogicamente com o cliente, colocar em prática tudo isso dentro do *setting* terapêutico, requer do terapeuta algumas posturas básicas que não são facilmente alcançadas. Importantes pressupostos deverão estar presentes durante todo processo, para que o dialógico possa realmente acontecer. Segundo Jacobs (1997) Buber denominou-os de “elementos do inter-humano”. São eles: presença; comunicação genuína e sem reservas; inclusão.

Estar presente demanda um voltar-se, todo inteiro e atento, ao ser do outro com quem se relaciona. Não há cobranças, nem máscaras, o que se destaca são sentimentos de plenitude e autenticidade, o terapeuta se permite ser quem é e ver também verdadeiramente seu cliente como realmente é. Neste momento não existe mais nada, nem ninguém, todo movimento é de encontro e atenção ao outro e à sua história, a qual ele me relata aqui e agora (Hycner, 1997).

Jacobs (1997) descreve a comunicação genuína e sem reservas como um diálogo puro e verdadeiro. Há uma troca de palavras, percepções, e mesmo de silêncio, livre de julgamentos, valorizando a espontaneidade e a proximidade, sempre no intuito de proporcionar o desenvolvimento pessoal do cliente. Nas palavras de Buber (2009):

(...) Onde a conversação se realiza em sua essência, entre parceiros que verdadeiramente voltaram-se um-para-o-outro, que se expressam com franqueza e que estão livres de toda vontade de parecer, produz-se uma memorável e comum fecundidade que não é encontrada em nenhum outro lugar (p.155).

A inclusão postula que ao encontrar-se com o outro e sua história pode-se imaginar realmente aquilo que se escuta, possibilitando sentir o que o cliente sente,

mas sem perder a própria identidade. É estar em sintonia com o outro, porém sem deixar de ser quem é. Ao realizar este movimento, o terapeuta torna-se um verdadeiro companheiro de “viagem” pela vida do cliente e este permite sua presença, pois se sente profundamente compreendido (Jacobs, 1997).

Outro importante pressuposto necessário para que uma relação terapêutica seja considerada dialógica é a confirmação. Esta somente se torna possível por meio da presença efetiva do terapeuta neste contexto (Hycner, 1997).

Segundo Friedman (1985), para se constituir como ser singular e dotado de uma identidade, o homem necessita ser confirmado pelo outro através da relação. Confirmar a experiência do outro significa estar inteiramente disponível para olhá-lo como um ser único e completo, percebê-lo e aceitá-lo em sua totalidade. É preciso lançar-se empaticamente ao interior do cliente e somente a partir daí, torna-se possível, compreendê-lo e confirmá-lo em sua existência. É um puro encontro de singularidades. A confirmação gera crescimento, a pessoa sente-se valorizada e confiante em si mesma, tornando-se também capaz de amar e valorizar o outro.

Hycner (1995) afirma que “a confirmação, (...), reconhece e afirma a existência dessa pessoa, mesmo que talvez seu comportamento atual seja inaceitável” (p. 62). Sendo assim, a confirmação não se trata de simplesmente concordar com a experiência que é relatada pelo outro, vai infinitamente além, visto que, pode-se confirmar uma pessoa, mesmo não estando de acordo com suas atitudes.

Mediante este aparato teórico, dentre outros que aqui não serão relatados dado a não relevância dos mesmos para este trabalho, a psicoterapia gestáltica propõe auxiliar a pessoa a se reencontrar consigo mesma, com o outro e com o mundo, por meio e a partir do encontro genuíno com o terapeuta. Durante todo processo, o cliente deverá perceber-se em um ambiente favorável onde se sente livre para ser o

que é e, principalmente, aceito como realmente é. A partir daí ele pode experimentar outras formas de ser e de se relacionar com o mundo. Buber (2009) assevera que “A realização do ser-homem só pode dar-se através da retidão da alma no seu caminhar, através de uma grande honestidade que não é mais afetada por nenhuma aparência, já que ela venceu a simulação” (p. 143).

Estudos realizados demonstraram a eficácia da relação dialógica dentro da Gestalt-Terapia como restauradora da saúde psicológica do ser. Sousa (2009) descreve sua experiência com um adolescente que apresentava dificuldades de aprendizado e em relacionar-se com os outros de seu convívio, fato que também pôde ser notado em seu contato com a terapeuta. A partir de uma postura dialógica, de respeito e interesse genuíno pelo outro, a terapeuta foi acessando o mundo de seu cliente que, aos poucos, foi se soltando e confiando nesta relação. Com isso, tornou-se possível perceber que os problemas de aprendizagem iam além do que se mostrava, era preciso recuperar suas habilidades e potencialidades de uma maneira mais profunda e isso só pôde acontecer através do estabelecimento de uma relação de confiança, em que o cliente pôde se mostrar como realmente era e foi aceito e confirmado em sua identidade. Assim, gradativamente, foi recuperando suas possibilidades de ser e existir em harmonia consigo mesmo e com seu mundo.

Juliano (2002) relata alguns casos relevantes vividos em sua prática clínica. Demonstra o quanto cada processo terapêutico é formado por momentos de encontros e desencontros entre cliente e terapeuta, clarificando que o aspecto mais importante para a abertura do cliente se encontra na disponibilidade do terapeuta em encontrá-lo como pessoa real e que se interessa verdadeiramente por sua história. O encontro genuíno conduz a uma cumplicidade, uma mutualidade que gera crescimento para ambas as partes da dupla terapêutica.

Dentro desta perspectiva, Chagas (2002) comenta que ao percorrer o caminho para o encontro profundo com o cliente, o terapeuta acaba se encontrando também com suas próprias questões conhecidas e, principalmente, desconhecidas. Sair da técnica, da teoria e partir para o encontro de pessoa a pessoa requer muita coragem por parte do terapeuta, pois ele abre mão da segurança, da proteção que estas técnicas garantem e se dispõe a um mundo onde não há certezas, a não ser a de ser visto e também ver o outro como totalidade. “Eu pego aquele que me escuta pela mão e o guio até a janela. Abro a janela e aponto para fora. Não tenho nenhuma doutrina, porém eu conduzo uma conversa” (Buber citado por Goes, 1991, p. 69).

Segundo Carl Rogers, em seu clássico diálogo com Martin Buber, datado de 1957, nos momentos de encontro genuíno desaparecem as diferenças de posição e intenção entre terapeuta e cliente e este encontro torna-se então fecundo em reciprocidade e passível de crescimento e transformação para ambos.

Considerando o conteúdo apresentado, o objetivo deste estudo foi analisar as contribuições da relação dialógica, dentro do contexto da psicoterapia gestáltica, para o resgate da saúde emocional do cliente. Buscou-se descrever como a relação genuína entre cliente e terapeuta pode influenciar diretamente no processo de cura, sendo esta considerada como a integração total do ser que, como já mencionado, denota o funcionamento saudável do indivíduo em suas relações consigo, com o outro e com o mundo.

Metodologia

Sujeito

O sujeito deste estudo de caso é Dila (nome fictício), 47 anos, solteira, homossexual. Foi mãe aos treze anos, nunca se casou e o pai de seu filho chegou a

ser preso por corrupção de menores. Tempos depois foi estuprada. Já tentou suicídio quatro vezes, sendo que a primeira vez foi durante a gravidez. Fez um aborto. Foi diagnosticada como portadora de Transtorno Bipolar do Humor (TBH) e atualmente faz uso dos medicamentos carbolítio, fluoxetina e diazepam.

Materiais

Sala para atendimento com sofá e cadeiras; Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; Canetas; Folhas A-4; Prancheta; Gravador de áudio; Computador para a transcrição das sessões.

Procedimentos

Após ser esclarecida sobre o estudo, Dila concordou em participar assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Consentiu a gravação de suas sessões para posterior transcrição e análise pela terapeuta com base no método fenomenológico de pesquisa qualitativa, que propõe uma minuciosa e efetiva investigação da vivência imediata do sujeito (Moreira, 2004). As sessões acontecem semanalmente e têm a duração de cinquenta minutos. Dila encontra-se em processo terapêutico há cinco anos.

Resultados e Discussão

No ano de 2007, Dila compareceu à clínica escola de uma faculdade para atendimento em plantão psicológico, encaminhada pelo Hospital das Clínicas. No Hospital haviam sido realizados exames físicos que não detectaram nenhum tipo de alteração orgânica. Após duas sessões no plantão psicológico, foi encaminhada para área de Atendimento Breve Adulto.

Dila foi a primeira cliente da terapeuta, que naquele momento estava em

formação acadêmica (graduação). A primeira sessão foi muito intensa e permeada de muita emoção. Chorou muito, enquanto contava detalhes de sua história de vida. Sua mãe, já falecida e que segundo ela era prostituta, sempre a agrediu muito, psicológica e fisicamente, nunca lhe apoiou, tendo que se mudar para ter o filho, sozinha. Guarda muito rancor e para ela sua verdadeira mãe é uma senhora que a ajudou e que conheceu quando estava morando sozinha em um cômodo, onde passou muita fome e chegou a ser estuprada. Perdeu o contato com o filho, pois segundo ela sua mãe “roubou”, tanto ele quanto a herança que seu pai havia lhe deixado.

Ao levar o caso para a supervisão, alguns problemas ocorreram dentro da clínica escola, visto que casos graves como de Dila, com tentativas de suicídio, não poderiam ser passados para os alunos, em função da pouca experiência destes no momento de graduação. Após uma ampla discussão entre a terapeuta, a supervisora e a coordenadora da clínica, optou-se pela continuidade no atendimento, pois a primeira sessão demonstrava-se produtiva para a construção do vínculo e, dada a fragilidade em que se encontrava a cliente, decidiu-se não interromper novamente um contato que ela aceitara estabelecer. Após um ano de tratamento na clínica escola, com a colação de grau da terapeuta, Dila passou a ser atendida em consultório particular, onde permanece até os dias atuais.

Desde o início de seu processo terapêutico Dila faz consultas regulares ao psiquiatra. Já passou por várias crises e foi internada duas vezes. Em suas crises relata perder totalmente o controle sobre si. Tem reações violentas, nas quais já chegou a brigar na rua, quebrar vidros de carro e até mesmo esfaquear uma pessoa e ferir a si mesma. Em outros momentos, conta sentir-se muito deprimida e sem forças para nada, pensando somente em tirar sua própria vida, planejando detalhadamente como o faria. Diante destes fatos, Dila foi diagnosticada como portadora de

Transtorno Bipolar do Humor.

De acordo com o CID - 10 (1993), os Transtornos do Humor são transtornos nos quais a perturbação fundamental é uma alteração do humor ou do afeto, no sentido de uma depressão (com ou sem ansiedade associada) ou de uma elevação, isto é, uma elevação anormal e persistente do humor. No Transtorno Bipolar do Humor, o sujeito encontra-se em constante oscilação entre estas duas posições (depressão-elevação). A maioria destes transtornos tende a ser recorrente e a ocorrência dos episódios individuais pode, frequentemente, estar relacionada com situações ou fatos estressantes da vida. É importante ressaltar as peculiaridades que se fazem presentes dentro desta sintomatologia, em que o paciente, nesta constante oscilação de humor, não possibilita uma garantia de prognóstico estável, tornando-se necessário um acompanhamento mais prolongado em psicoterapia.

Em suas primeiras sessões, Dila sempre declarava sua tristeza ao falar sobre seus relacionamentos. Primeiramente com sua mãe, depois sua irmã, mais tarde a decepção com amigos e também em seus relacionamentos amorosos. Contou como sempre sofreu muito e decepcionou-se com o outro, relatando que pensava mesmo em desistir de se relacionar com qualquer ser humano:

“Já desisti de me relacionar com homens, agora vou desistir das mulheres também, vou ficar assexuada mesmo, sabe. Já sofri tanto que acho que estou descredendo das pessoas de uma maneira geral, não vejo caráter, respeito, não vejo o mínimo em ninguém, às vezes penso em desistir do ser humano, não quero saber mais de ninguém, não confio em ninguém, não acredito mais nas pessoas.”

Pode-se perceber que Dila foi perdendo, mediante suas decepções, a capacidade de se encontrar genuinamente com o outro. Ao iniciar a terapia não conseguia mais acreditar que um encontro verdadeiro e livre de interesses próprios

fosse possível. Segundo Ribeiro (2007), estar em relação é estar vivo e em movimento, ao passo que a falta do encontro com o outro leva a uma estagnação e a uma falta de sentido da vida. Este fato é notório na história de Dila, sua vida não fazia mais sentido, o diálogo com o outro e com o mundo estava interrompido, parecia não haver mais esperança para ela. Atualmente, tais desencontros têm se tornado comum, pois as pessoas vêm se ocupando tanto com o “ter” que o “ser” perde valor e as relações interpessoais vão se desvanecendo mediante as prioridades que a sociedade estabelece (Bauman, 2001).

Buber (2008) alerta que o senso de verdadeira comunidade vem se perdendo cada vez mais, pois há uma busca exagerada por encontros Eu-Isso, nos quais o outro da relação torna-se um objeto. Perde-se a profundidade e fica-se na superficialidade do encontro. As relações deixam de ser verdadeiras e se tornam simplesmente produtivas. Valoriza-se tão somente o mundo do Isso e o encontro Eu-Tu torna-se cada vez mais escasso.

Porém, algo diferente aconteceu entre Dila e a terapeuta em seu primeiro encontro. Apesar da pouca ou nenhuma experiência desta (Dila foi sua primeira paciente), houve um interesse genuíno e um desejo muito grande em ouvi-la e compreendê-la. Dila resolveu voltar:

“Eu percebi que você não tinha muita experiência, mas tinha algo diferente, parecia uma vontade de fazer alguma coisa, não sei (...) me deu vontade de voltar. Eu já tinha ido a outros psicólogos, mas não gostei da arrogância sabe achar que sabiam tudo, querer me ensinar. Não sabia nada, de dor e sofrimento na vida ninguém sabe mais que eu, eu dava aula pra eles.”

Dila percebeu a inexperiência da terapeuta, mas mesmo assim optou em continuar o processo. Algo diferente a tocou, como citado por Buber (2001) quando

o Eu se abre completamente e livre de propósitos ao outro, o encontro genuíno acontece, o ser é tocado em seu nível mais profundo e a partir daí ele pode abrir-se e dar-se a conhecer. Desaparecem as interpretações, os pré-conceitos, as técnicas, enfim, a relação torna-se imediata e tudo mais perde a importância. Dila decide continuar.

Observa-se também em sua fala a decepção com outros psicólogos que já havia buscado. Nota-se que não se sentiu acolhida, vista e sim analisada; isso a incomodou. Nestes encontros, pode-se inferir que provavelmente a relação Eu-Isso tenha prevalecido. A este respeito Buber (2001) alerta:

Se ele (psicoterapeuta) se limita a analisá-lo (...), ele pode trazer algumas melhoras. (...) Porém, aquilo que lhe incumbe, em última análise, a saber, a regeneração de um centro atrofiado da pessoa, não será realizado. Só poderá realizar isso quem, com um grande olhar de médico, apreender a unidade latente e soterrada da alma sofredora, o que só será conseguido através da atitude interpessoal de parceiros e não através da consideração e estudo de um objeto. (...) O curar como o educar não é possível, senão àquele que vive no face-a-face, sem contudo deixar-se absorver (pp. 137-138).

Talvez, justamente pelo fato do pouco aparato técnico da terapeuta, Dila tenha persistido, pois a técnica não se sobrepôs e sim o encontro verdadeiro. Chagas (2002) afirma que ao sair da técnica e partir para o encontro profundo, abre-se mão da segurança que estas lhe trazem, pois parte-se para um mundo desconhecido em que a única certeza é a de ver e ser visto por inteiro, sem máscaras, nem aparências. Nas palavras de Buber citado por Goes (1991): “Não tenho nenhuma doutrina, porém eu conduzo uma conversa” (p. 69). Tudo isso se confirma quando Dila conclui:

“Você me conquistou mais no amor que no profissional. Quando eu cheguei

lá aquele lixo, eu não senti o profissional, eu senti o amor. Sabe aquele filho que está perdido da mãe e aí encontra alguém que o abraça e ele chora de felicidade por não estar desamparado, achou o aconchego (...) é um profissional que ama.”

A cliente demonstra claramente sentir-se acolhida e compreendida. Porém é importante destacar que entende que quem está diante dela é um profissional, todavia não um profissional frio e que busca somente analisá-la, mas uma pessoa que se coloca inteira nesta relação, buscando um encontro que pode tornar-se meio para a integração de seu ser. Juliano (2002) assevera que o aspecto mais importante para a abertura do cliente encontra-se na disposição do terapeuta em encontrá-lo como pessoa real e que se interessa genuinamente por sua história. Assim, ao se sentir verdadeiramente acolhida, Dila pôde abrir-se com confiança e segurança.

Este encontro genuíno, visto pelo ângulo da terapeuta, traz questões importantes a serem apontadas. A postura dialógica permite colocar-se na relação como pessoa real, todavia sustentada por um aparato teórico. Isto é, torna-se possível ao psicólogo uma atitude de “amor terapêutico”, sem contudo, confundir-se, pois trata-se de uma relação especificamente profissional. Outro aspecto importante a ser observado é a possibilidade que a atitude dialógica abre também para o crescimento do terapeuta, visto que este, ao aceitar olhar para o outro despojado de seus preconceitos, dispõe-se a ser tocado por cada cliente e apreender uma riqueza que se encontra na história de vida de cada ser, que é único e dotado de possibilidades.

Pode-se ressaltar, ainda dentro deste contexto, as contribuições das reflexões de Rogers (1957) quanto ao encontro cliente/terapeuta e à mutualidade entre estes no processo psicoterápico. Este autor assevera que se um encontro genuíno acontece, as diferenças de posição e intenção desaparecem e, tanto paciente quanto terapeuta, tornam-se pessoas passíveis de serem tocadas e transformadas.

Contudo, esta confiança mútua não acontece automaticamente, como num passe de mágica. É necessário que a cada encontro ela vá surgindo e se efetivando. Para isto, mais uma vez torna-se primordial a atitude dialógica, com todos os seus pressupostos, que proporcionará um ambiente seguro para a formação do vínculo que, aos poucos, vai permitindo ao cliente se mostrar como realmente é. No caso de Dila não foi diferente:

“Através do amor é que foi filtrando, devagar, conduzindo e aceitei falar disso tudo. Se fosse o profissional eu nem tinha falado, eu tinha medo de descobrir meu lado da loucura, da doença. Me tratar como doente.”

No decorrer dos atendimentos, a postura dialógica da terapeuta foi possibilitando paulatinamente um ambiente seguro, livre de julgamentos ou preconceitos, no qual a cliente foi se permitindo olhar para aspectos de sua existência sem medo de ser avaliada. Este encontro verdadeiro foi tomado como ponto forte para a possibilidade de exploração dos conflitos que cerceavam a liberdade psicológica da cliente (Hycner, 1995). Assim, dentro de uma relação fundamentada no respeito e aceitação, Dila pôde avaliar seus pensamentos e sentimentos, procurando compreender e aceitar melhor o que acontecia com ela.

Segundo Cardella (1994) para que o encontro cliente/terapeuta seja realmente produtivo é necessária uma atitude amorosa do terapeuta em relação a seu cliente. O amor, em seu sentido terapêutico, requer basicamente uma atitude de respeito, interesse e aceitação genuína do outro como ele é. Buber (2001), ao falar sobre o amor, explica que este, dentro da perspectiva dialógica, não pode ser considerado como um simples sentimento, pois não *está* no Eu ou no Tu, mas *entre* Eu e Tu, ou seja, o amor não pode ser *possuído* por alguém e sim *acontecer* entre dois seres que se abrem numa relação de reciprocidade, respeito e entrega. Nas palavras de Dila:

“Tenho mais segurança com você que com o remédio (...) me sinto bem, há confiança. O amor é mais importante que um comprimido.”

Assim, tendo como pano de fundo tais pressupostos, o processo psicoterapêutico de Dila foi acontecendo e algumas mudanças foram sendo observadas em seu comportamento:

“Não reagi porque não senti nada e não por esforço, se fosse antigamente eu quebrava tudo. É tudo como você vê o mundo (...). Estou achando bom demais ficar só.”

Nota-se que Dila vai recuperando paulatinamente suas possibilidades de ser e existir e aos poucos vai podendo experimentar outras formas de agir:

“Eu mudei. Estou mais tranquila, não fico dando mais importância pra picuinhas, coisas pequenas. E não é só no meu relacionamento não, é em tudo. Hoje pisaram no meu pé no ônibus e eu nem falei nada, ah, está bom, pra que ficar sofrendo a toa.”

Neste trecho Dila demonstra estar recuperando pouco a pouco o diálogo com seu mundo, que há muito tempo havia sido interrompido. Mediante a relação dialógica estabelecida na terapia, ela vem se permitindo parar e analisar suas atitudes, olhar mais profundamente para si e ter consciência do que pensa, de como se sente e de como se comporta. Este processo torna-se possível a partir da integração de seu ser como um todo, que vem acontecendo ao longo de seu tratamento, tendo como ponto forte para isto a confirmação que recebe neste contexto. Segundo Friedman (1985), quando o ser se sente confirmado como realmente é, vai se tornando seguro e capaz de experimentar também outras formas de ser, ou seja, a confirmação desperta as potencialidades da pessoa.

Pode-se identificar também em suas falas o que considera como ponto

principal para a evolução de seu caso:

“Acredito mais nas conversas que temos que no remédio. Quando falo com você dos problemas, das raivas, coisa que está com a cabeça cheia, atordoada, tenho certeza de que você está me ouvindo, eu sei que você está ali comigo.”

Dila relata aqui sua percepção a respeito da presença da terapeuta. Estar presente é um pressuposto essencial para o desenvolvimento da terapia, pois sem este não é possível que o cliente sinta-se confiante e abra-se para trabalhar suas questões inacabadas. Estar presente requer um voltar-se todo atento ao outro, tudo mais desaparece e neste momento só há o que acontece aqui e agora (Hycner, 1997).

Outro importante elemento do inter-humano que pôde ser identificado no processo de Dila é a comunicação genuína e sem reservas, que pressupõe um diálogo franco e livre de julgamentos. Esta forma de comunicação liberta seus interlocutores de qualquer necessidade de parecer, ficando eminente o verdadeiro ser do outro. Assim, por meio de um diálogo puro e livre de máscaras, torna-se possível uma fecundidade jamais imaginada no encontro (Buber, 2009). Sobre isto Dila comenta:

“Gosto de estar aqui e conversar com você, sinto que sou realmente ouvida e isso me faz muito bem. Não quero mais pensar em tirar minha vida e tenho certeza de que se não fossem nossos encontros, se não tivesse conhecido você, eu já teria feito isso há muito tempo, pode ter certeza.”

Assim, gradativamente vai se tornando perceptível o desenvolvimento de Dila. Hycner (1995) assevera que a cura dentro de uma psicoterapia baseada na relação dialógica, não pode ser considerada como uma cura técnica, pronta e acabada. Segundo este autor, neste contexto, a cura só pode ser entendida como um processo de integração da pessoa como um todo, ou seja, o ser vai se reconstituindo, recuperando e reintegrando, passando assim a agir com mais confiança e

assertividade, cada vez mais consciente de si mesmo. Isto é notório no caso de Dila:

“Eu estou me sentindo tão bem, tão tranqüila nestes últimos dias. Estou diferente. A oportunidade que eu estou tendo agora é muito importante pra mim. Eu nunca tive e quero aproveitar (...) quero envelhecer com saúde, com os pés no chão.”

Desde o início de seu processo terapêutico, Dila declarava constantemente sua esperança de que um dia tudo seria melhor. Repetia sempre:

“Minha vida está tendo transformação eu sei que está e ainda vamos rir muito disso tudo.”

Atualmente esta fala teve uma pequena mudança, mas que para o tema abordado até agora demonstra ser de grande importância:

“Nós ainda vamos rir muito disso tudo, quer dizer, nós já estamos rindo de muita coisa.”

É possível perceber que a cliente vem se sentindo cada vez mais inteira e reintegrada a seu mundo. Essa é a cura que se busca dentro da psicoterapia alicerçada sobre os pressupostos da relação dialógica. Essa é a possibilidade de ser e existir em plenitude. Não há nada estático, pronto, terminado, o que existe é um processo que nunca chega ao fim, pois está sempre se renovando. O que fica é a certeza da possibilidade de ser cada dia mais feliz:

“Hoje eu senti uma coisa que eu achei ótimo, nunca tinha sentido. Sabe um sentimento, uma felicidade, uma coisa boa que vem do nada, do nada. Do nada comecei a me sentir bem, feliz. Não ganhei na loteria, não ganhei carro, não aconteceu nada, mas eu estou feliz.”

Considerações Finais

A história de Dila demonstra claramente o quão prejudicial é para a saúde

emocional do homem a ausência de relações interpessoais genuínas. Dila chega para a terapia um “trapo humano”, no sentido mais profundo que esta expressão possa ter. Sua aparência física era muito ruim, roupas amassadas, cabelo desfeito, olhar vazio e distante. Sua fala era sem vida, sem nenhum tipo de esperança, só mágoa e tristeza. Pensava somente em tirar sua própria vida, pois se sentia muito só. Todas as suas relações se frustraram e ela havia interrompido de vez seu diálogo com o mundo.

O primeiro passo para que o processo terapêutico fosse possível, foi sem dúvida o encontro de pessoa a pessoa que Dila teve com a terapeuta. Naquele momento, que vem se repetindo a cada encontro, a cliente sentiu-se vista, aceita e acolhida. Permitiu-se também a partir daí ver, aceitar e acolher, primeiramente a si mesma e posteriormente seu mundo e as pessoas que lhe cercam. Concedeu a si mesma uma nova chance de viver e de ser feliz. Voltou a acreditar, paulatinamente, nas pessoas e nas possibilidades do amor. Sentiu-se novamente inteira, completa, integrada. Dado este passo, tudo o que ainda é preciso ser alcançado em seu processo torna-se possível.

Atualmente, Dila gosta de se arrumar e se considera uma mulher bonita. Frequentemente sai para se encontrar com amigos e está em um relacionamento que já perdura por mais de dois anos. Percebe seus altos e baixos relacionados a seu diagnóstico, como ela mesma gosta de dizer: “A bicha está rondando, já estou percebendo”. Tem escolhido cada vez mais ambientes tranquilos para estar. As oscilações, tão comuns em pacientes bipolares quanto a tomar o remédio e parar quando se sente melhor, diminuíram notavelmente. Relata ter consciência de que precisa também dos medicamentos para estar bem e que só quer o melhor para ela de hoje em diante.

Ainda há muito a se percorrer nesta busca por autoconhecimento, bem - estar e qualidade de vida. Eterna busca por felicidade e paz. Ainda existem muitas questões a serem abordadas e elucidadas a respeito das reais contribuições da relação dialógica no contexto terapêutico. Porém, uma coisa é certa: tendo como pano de fundo, como base e suporte o encontro genuíno entre pessoas, todo o resto vai tornando-se claro e possível de ser alcançado, pois como já afirmava o imortal Martin Buber no ano de 1948: “Onde há amor e fé, uma solução sempre pode ser encontrada”.

Referências

- Bauman, Z. (2001). *Modernidade Líquida*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
- Buber, M. (2001). *Eu e Tu*. Tradução, introdução e notas por: Newton Aquiles Von Zuben. São Paulo: Centauro.
- Buber, M. (2008). *Sobre comunidade*. Seleção e introdução de Marcelo Dascal e Oscar Zimmermann. São Paulo: Perspectiva.
- Buber, M. (2009). *Do Diálogo e do Dialógico*. Tradução Marta Ekstein de Souza Queiroz e Regina Weinberg. São Paulo: Perspectiva.
- Cardella, B.H.P. (1994). *O amor na relação terapêutica: uma visão gestáltica*. São Paulo: Summus.
- Carvalho, C. C. (1999). *Identidade e intimidade: Um percurso histórico dos conceitos psicológicos*. Retirado dia 27/08/2011, do site http://www.scielo.oces.mctes.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82311999000400009&lng=pt&nrm=iso.
- Chagas, E.L.F. (2002). O gestalt-terapeuta caminhando no diálogo. In: *Revista do VIII Encontro Goiano da Abordagem Gestáltica: Relação Dialógica: a cura pelo encontro*. p.28.
- VEJA na historia online (1948). *Dois Povos na Mesma Terra.Ponto de Vista: Martin Buber*. Retirado dia 15/10/2011, do site <http://veja.abril.com.br/historia/israel/ponto-de-vista-martinbuber.shtml>
- Friedman, M. (1985). *Confirmação e o desenvolvimento da pessoa*. Em: M. Friedman, *The healing dialogue in psychotherapy* (pp. 119-122). New York,

- London: Jason Aronson.
- Goes, A. (1991). Pós-facio. In: Buber, M. *Encontro: fragmentos autobiográficos*. Petrópolis: Vozes.
- Hycner, R. (1995). *De pessoa a pessoa: uma psicoterapia dialógica*. São Paulo: Summus.
- Hycner, R. (1997). A base dialógica. Em: Hycner, R. & Jacobs, L. (1997). *Relação e Cura em Gestalt-Terapia* (pp.29-49). São Paulo: Summus.
- Jacobs, L. (1997). O diálogo na teoria e na Gestalt-Terapia. Em: Hycner, R. & Jacobs, L. (1997). *Relação e Cura em Gestalt-Terapia* (pp.67-94). São Paulo: Summus.
- Juliano, J.C. (2002). A estrada para o encontro: por onde começo? In: *Revista do VIII Encontro Goiano da Abordagem Gestáltica: Relação Dialógica: a cura pelo encontro*, p. 19.
- Malaguth, M. M. (2002). Reflexões sobre o processo de cura. In: *Revista do VIII Encontro Goiano da Abordagem Gestáltica: Relação Dialógica: a cura pelo encontro*. p. 9.
- Moreira, D.A. (2004). *O método fenomenológico na pesquisa*. São Paulo: Pioneira Thomson Learning.
- Organização Mundial de Saúde (1993). *Classificação dos Transtornos Mentais e de Comportamento da CID 10: Descrições Clínicas e Diretrizes Diagnósticas*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Parreira, G. G. (2010). *O sentido da Educação em Martin Buber*. Tese de Doutorado não publicada, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia.
- Ribeiro, J.P. (2007). *O ciclo do contato: temas básicos a abordagem gestáltica*. São Paulo: Summus.
- Rogers, C. *Carl Rogers Dialogue* (1957). Diálogo entre Carl Rogers e Martin Buber. *Revista da Abordagem Gestáltica*. Goiânia, v. 14, n. 2, 2008. Retirado dia 20/08/2011, do site <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php>
- Sousa, L.E.M. (2009). *O encontro dialógico na prática clínica: relato de experiência*. Retirado dia 10/11/2010 do site: <http://www.igt.psc.br/ojs/viewarticle.php?id=215&layout=html>
- Suassuna, V.S.M. (2002). *O diálogo abortado como a gênese dos transtornos da infância*. In: *Revista do VIII Encontro Goiano da Abordagem Gestáltica: Relação Dialógica: a cura pelo encontro*. p.70.

Anexo

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado (a) para participar, como voluntário, em uma pesquisa. Após ser esclarecido (a) sobre as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, assine ao final deste documento, que está em duas vias. Uma delas é sua e a outra é do pesquisador responsável. Em caso de recusa você não será penalizado de forma alguma.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Título do Projeto: A Relação Dialógica e o Processo de Cura na Psicoterapia

Pesquisadora Responsável: Viviane Guimarães da Silva Ferreira

Telefone para contato: (62) 3224-0128

A Gestalt-Terapia com base dialógica preocupa-se com a relação terapeuta-cliente que, por sua vez, tem implicações no processo de cura. O objetivo deste estudo é analisar as contribuições da relação dialógica, dentro do contexto da psicoterapia gestáltica, para o resgate da saúde emocional do cliente. Para isso, as sessões terapêuticas semanais com duração de cinquenta minutos, serão gravadas para posterior transcrição e análise com base no método fenomenológico de pesquisa qualitativa. Você tem a liberdade em recusar-se a participar ou retirar seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa sem penalidade alguma e sem prejuízo ao seu cuidado.

Todo o material gerado será guardado em local seguro por um período de cinco anos e, posteriormente, incinerado. Garante-se o mais absoluto sigilo no que diz respeito à preservação de sua identidade em qualquer publicação que diga respeito a essa pesquisa.

Você, apesar de não correr o risco de desconforto nas sessões ou qualquer risco moral, terá o direito de conversar sobre tal fato, caso necessário. Você tem a garantia de receber quaisquer esclarecimentos antes e durante o curso da pesquisa.

Nome da pesquisadora: Viviane Guimarães da Silva Ferreira

Assinatura da pesquisadora: _____

Data: _____

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu, _____, RG nº _____, CPF nº _____, abaixo assinado, concordo em participar do estudo *A Relação Dialógica e o Processo de Cura na Psicoterapia* como colaborador. Fui devidamente informado e esclarecido pela pesquisadora *Viviane Guimarães da Silva Ferreira* sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação. Foi-me garantido que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade.

Local e data: _____

Nome do sujeito: _____

Assinatura do sujeito: _____

Presenciamos a solicitação de consentimento, esclarecimentos sobre a pesquisa e aceite do sujeito em participar.

Testemunhas (não ligadas à equipe de pesquisadores):

Nome: _____ **Assinatura:** _____

Nome: _____ **Assinatura:** _____

Observações complementares: _____