



Gestalt-Centro / RS

Porto Alegre - RS
Av. Luiz Manoel Gonzaga 351 / 301 CEP 90470-280
Fone: (51) 33289614 ou 97391107 ou 32379614
igestaltcentro@gmail.com
www.igestalt.psc.br

Loeci Maria Pagano Galli
CRP - 07/00404

Pequena reflexão sobre a complexidade na Psicoterapia

A psicologia precisa estar em diálogo com o mundo vivido, o mundo vivido é o mundo tal como o encontramos na experiência cotidiana, o mundo como cenário de todas as atividades humanas. Mundo vivido é o primeiro mundo que todos viemos a conhecer, simplesmente por termos nascido seres humanos. Ele é o fenômeno de base para qualquer das atividades, inclusive a ciência. A prioridade do mundo vivido reside em sua fenomenalidade.

Em tempos fragmentados como o que vivemos, não pode mais oferecer verdades, mas apenas mostrar a fragilidade e a desconstrução inerente às estruturas de nosso tempo, seja na psicologia, na filosofia, na política, nas relações sociais e etc. O autêntico pensar está longe de arvorar-se senhor da verdade.

Tem uma história da humanidade que nos antecede e que nos parece, por estarmos longe dela, que nunca existiu, mas essa máquina de valores internalizada pode estar enferrujada, são argamassas de condicionamentos tão fortes que perdemos contato com nossas necessidades.

Em nossa civilização foi implantado há muitos séculos um sistema hierárquico de convivência e esse sistema foi absorvido nos consultórios, pela sociedade, família, ensino e é responsável pela maior parte dos distúrbios e desajustes das pessoas. A consciência da nossa própria história e da humanidade como um todo é condição indispensável a uma vida plena e realizada.

A história traz ao consciente o que somos e o que possuímos. Normalmente fomos infectados pelo vírus comum, transmitido de pais para filhos, o qual desenvolve um ser muito distante do seu potencial. Nosso crescimento foi feito por uma sociedade enferma. Culpar outra pessoa pelo próprio desapontamento ou colocar a culpa na depressão, na sociedade, ser vítima enfim, são formas de evitar desapontamentos, acreditar que não é responsável, não teve sorte; é uma forma de estagnação. Em Gestalt-terapia chama-se de Gestalt-fixa, é uma estrutura que se cristaliza em forma ilusória de certezas.

Enfermidade psicológica é o incomodo que aparece a certa consciência, uma impossibilidade de fechar os olhos, é um chamado para se regular algo interior, isso pode assumir a forma de crise. Criam-se dependências de fármacos de grande circulação e rentabilidade, mascarando o problema sem resolvê-lo. Você ficando dependente é mais útil à sociedade do que a você mesmo.

Às vezes é preciso coragem para buscar outras formas de pensar, de refletir os valores instituídos pela cultura. A dificuldade é encontrar um olhar onde possamos ser

aquilo que estamos podendo ser, um olhar lúcido e amoroso, que nos conduz a uma busca do ser autêntico. A história da humanidade demonstra que apesar de existirem inúmeras pessoas que tem boas intenções em relação aos outros o mundo continua apresentando uma constante antropológica desenvolvida culturalmente pela competitividade, e isso nos leva a supor que podemos saber o que é melhor para o outro. Humildade e sensibilidade são marcas da maturidade.

Segundo Maturana (2001), a aceitação e respeito pelo outro está no centro do amor como fundamento biológico do social e esta harmonia social não surge da busca de perfeição, mas sim de estar disposto e reconhecer-se como fenômeno social humano.

Em tempos fragmentados o real deve ser descrito e não construído ou formado, a experiência dos fenômenos não é um ato de introspecção que através da experiência eu descubro; é o contato simultâneo do meu próprio ser com o ser do mundo.

Antes se perguntava como um espaço interno/subjetivo e um espaço externo/objetivo são confrontados. Hoje se busca reunir o que foi artificialmente separado, nossa percepção é um fenômeno do entre, nem sujeito e nem objeto no sentido tradicional.

Todo fenomenólogo sabe que no permanente devir da realidade, ele como cientista é um principiante perpétuo. Na descrição fenomenológica seu ponto de partida nunca é subjetivo, mas a intersubjetividade. O ser humano tem três dimensões do tempo: futuro, passado e presente. Ele não consegue dar conta do passado e nem do futuro, assim a compreensão que o homem tem de si é limitada. A hermenêutica conduz a ideia da história do ser, da facticidade, que desde cedo nos direciona a um caminho que escapa da memorização do passado, fica apenas no universo da presença, do seu aqui e agora.

O ser-no-mundo é o já-ser-em, o ser-junto-aos-entes. A consciência não tem um dentro, ela é o fora de si mesmo, é um *continuum* de nosso relacionar, somos seres em processo e seria interessante descobrir quem estamos podendo ser, ao invés de nos dizer quem devemos ser. Existe antes do dever, uma escolha.

No enfoque Gestáltico, evita-se a dicotomia entre consciente e inconsciente, o especular sobre o que não está presente. O que emerge neste momento é realmente o que sucede na interação entre passado e futuro, o mundo e o sujeito revelam-se reciprocamente. O mundo é criado de acordo com as necessidades da pessoa, é organizado à medida que vive. Para Perls (in Stevens, 1977 p. 100) “nós somos a tomada de consciência e não a possuímos”.

Latner (apud Perls, 1994, p. 26) “Estou seguro de que algum dia descobriremos que a consciência é uma propriedade do universo: extensão, duração, consciência”.

Para Merleau-Ponty (1996, p. 445) “A razão me torna presente aqui e agora e presente alhures e sempre, ausente daqui e de agora e ausente de qualquer lugar e de qualquer tempo. Esta ambigüidade não é uma imperfeição da consciência ou da existência, é uma definição.

Para Heidegger (1977), quando se fala em consciência é preciso acrescentar: quem é interpelado por ela? Manifestamente seria o próprio Dasein¹ (refere-se ao ser humano aberto a si mesmo e aos demais seres humanos). Essa chamada alcança o Dasein nessa compreensão cotidiana de si mesmo; ele já tem de sempre ocupar-se (das coisas do mundo). Ele mesmo está ocupado com os outros. A consciência é uma intimação a si mesmo, ao seu poder-ser-si-mesmo e, por isso, um chamar ao Dasein para suas possibilidades.

¹ A palavra Dasein significa literalmente “ser el ahñ” e por conseguinte se refere ao ser humano, aberto a sí mesmo, ao mundo e aos demais seres humanos. A palavra Dasein significa literalmente existência, porém Heidegger a usa no sentido exclusivo de existência humana. Heidegger (1997).

A consciência chama ao si-mesmo do Dasein para sair de sua perda no mundo. Segundo Heidegger (1997, p. 298) “Uma chamada no vazio de que nada se queira é uma ficção existencial incompreensível”.

A grande questão que temos para enfrentar é a pergunta pelo modo como é possível deslocar o olhar do enfoque objetivista da ciência, para o espaço do acontecer, no qual não existe uma espécie de compromisso insuperável entre sujeito e objeto. O ser se revela como um modo de estar presente que podemos chamar de “encontro”. Deixar acontecer às coisas, os eventos as pessoas e nós mesmos; somos sempre resultado do próprio modo de ser-no-mundo e não resultado da reflexão.

Formamos do outro uma imagem que não é idêntica ao seu real, todos somos fragmentados. O olhar para o outro nos faz compreender que não somos nunca inteiramente puros. Não temos que escolher entre o indivíduo e a sociedade, entre ficar só e ficar junto, mas exatamente temos de manter atenção entre estar ao mesmo e único instante separados e juntos, de estar sempre de maneira mais profunda em diálogo.

A problemática essencial do “entre”, nos diz Buber (1974) é a dualidade entre “ser” e “parecer”. A pessoa dominada pelo estado de “ser”, se dá à outra pessoa espontaneamente sem pensar a respeito da imagem de si próprio que despertou no observador. O homem que “parece”, em contraste, está primordialmente preocupado com o que o outro pensa a seu respeito e exhibe uma aparência planejada para fazê-lo parecer espontâneo, sincero ou o que quer que seja para conseguir a aprovação do outro. Esta aparência destrói a autenticidade da existência humana. A tendência é buscar a confirmação falsa em lugar de buscar uma confirmação mais verdadeira, ceder a esta tendência é a verdadeira covardia do homem, resistir a ela é a sua verdadeira coragem.

Contato é aceito como o cerne da metodologia da Gestalt-terapia, significa estar unido por meio da percepção a alguém ou algo fora de mim; toda experiência sofre alterações conforme o campo num dado momento. É o processo básico do relacionamento, podemos amar e nos sentir amados quando somos confirmados até nas diferenças. O relacionamento dialógico é uma forma especializada desse contato mútuo, o diálogo não é você mais eu, ele emerge da interação.

Na atitude dialógica, o terapeuta pode estar presente e “imaginar a realidade” da outra pessoa, a responsabilidade do terapeuta é encontrar genuinamente o outro porque é no encontro que acontece a “cura”.

A intuição, a criatividade, a consciência, fazem parte do ser humano. Criatividade não é livrar-se do antigo, mas situar-se de um modo novo. Quando todas as possibilidades do pensar metafísico se esgotam, surge então a possibilidade e a oportunidade de um novo pensar. Não se trata da negação da técnica, nem a fuga do mundo da técnica, mas procurar um caminho novo para pensar nesse contexto.

A tecnociência constitui para o homem a expressão final e a plena realização do destino da metafísica, nela o homem não é apenas representado como objeto do conhecimento, mas recriado de acordo com os interesses e objetivos humanos, como projeto da vontade de poder, o homem acaba sendo controlado pela própria técnica, envolvendo sua existência, sem perceber, num nada de sentido.

Para Heidegger (1997) fenomenologia não é construção de pensamento, mas trabalho de desconstrução dos encobrimentos e com isso, de um deixar-se ver revelador. No momento em que pudermos olhar uns para os outros, examinando aquilo que estamos podendo ser, estaremos envolvidos no processo de mudança. Se a psicoterapia for feita de maneira a propiciar um encontro, a criatividade interior pode ser reforçada tanto para o terapeuta como para o paciente, é correr riscos sem a certeza de recompensa. Como estamos sempre nos constituindo uns com os outros, o terapeuta também é constituído pelo paciente, esforço e humildade ajudam a aprender.

O terapeuta passa a ser um parceiro da construção do outro, esta nova visão quebra todo o passado que nos foi contado, esta mudança contraria o que fomos ensinados como psicólogos a seguir categorias que envolvem teorias, aprendizado, criação de significados, que são aspectos da experiência, mas não a experiência em si, é um mapa da cidade, mas não a vida acontecendo.

A vida é sempre incerteza e mistério, do que vai acontecer cada passo em direção ao crescimento, indica ansiedade em direção ao desconhecido. Ensinar as pessoas que elas podem se tornar responsáveis pelas suas experiências não se obtém com poucas sessões e nem com comprimidos, é uma obra de arte, conserva essencialmente a liberdade. O terapeuta, no momento, fica aberto dialogante para manifestação das possibilidades próprias do outro.

O problema da compreensão do outro não se reduz a uma questão de metodologias e técnicas. A terapia é um diálogo que visa restaurar o senso de significado e dignidade. Os outros me constituem e eu constituo os outros, neste sentido os outros sou eu, mas o outro ainda permanece outro. Significa que para eu respeitar o sujeito outro, preciso saber de mim. A diferença é que você deixa de ver o outro como um ser doente e passa a tratá-lo como igual, ou melhor, como um sábio que foi obrigado a esquecer sua sabedoria e fez isso para se adaptar o meio e ser aceito; grande ilusão, pois na realidade o anseio de todo o ser humano é ser aceito e amado como ele está podendo ser e não como o sistema espera que ele seja.

Segundo Merleau-Ponty (1996), a investigação fenomenológica caracteriza-se por um inevitável inacabamento. Este inacabado não é um defeito como podem pensar os positivistas, ao contrário, realiza a vontade expressa de buscar o sentido do fenômeno, do mundo, da história e da existência em estado nascente.

Referências Bibliográficas

BUBER, Martin. Eu e Tu. São Paulo: Moraes, 1974.

LATNER, J. Fundamentos de La Gestalt. Santiago do Chile: Quatro Vientos, 1997.

HEIDEGGER, Martin. Ser y Tiempo. Santiago do Chile: Editorial universitário, 1997. Tradução de Jorge Eduardo Rivera.

MATURANA, Humberto. A Ontologia da Realidade. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2001.

MERLEAU-PONTY, Maurice. Fenomenologia da Percepção. São Paulo: Martins Fontes, 1996.

MILLER, Alice. El saber Proscrito. Barcelona: Tusquets, 1992.

PEARLS, Frederick; HEFFERLINE, Ralph; GOODMAN, Paul. Gestalt-terapia. São Paulo: Summus, 1997.

STEVENS, J. O. (org.). Isto é Gestalt. São Paulo: SUMMUS, 1977.

GLADYS, D'Acari; PATRICIA Lima; SHEILA Orgler. Dicionário de Gestalt-terapia. "GESTALTÊS" São Paulo: Summus, 2007. Loeci Galli. Consciencia, p. 54.

REVISTA

Estudos e Pesquisas em Psicologia

Ano 9 Número 1

Dossiê Abordagem Gestáltica 1º quadrimestre de 2009

Um olhar fenomenológico sobre a questão da saúde e da doença: a cura do ponto de vista da Gestalt-terapia

Gestalt therapy: a brief notion on Phenomenological Psychopathology

Loeci Maria Pagano Galli (Pontifícia Universidade Católica/PUC-RS, Porto Alegre, Brasil)