

A PRÁTICA CLÍNICA NA GESTALT TERAPIA: UM ESTUDO DE CASO

Lívia de Oliveira Teixeira Dias Carvalho¹

RESUMO: A pesquisa em estudo tem por objetivo geral analisar a contribuição da Gestalt Terapia (GT) na atuação clínica em uma cliente do Serviço de Psicologia Aplicada (SPA) durante o ano de 2018. A pesquisa realizou-se a partir do Estágio Curricular Supervisionado Específico em Psicologia e Processos Clínicos. O caso escolhido para estudo refere-se a uma mulher de 26 anos com a demanda inicial de abuso sexual. Os atendimentos foram realizados tendo como base a GT e utilizando-se de alguns experimentos da abordagem para alcançar a tomada de consciência e acessar os conteúdos sentimentais da cliente. Partindo de tudo que foi realizado durante o ano, foi possível observar que se trata de uma cliente difícil, com uma demanda de sofrimento significativa e que, por isso, era tão complicado levá-la a estabelecer um encontro na terapia. Ficou evidente que os experimentos em Gestalt Terapia foram uma ferramenta de grande valia, que auxiliaram no contato da cliente consigo mesma e com seus sentimentos. A leitura corporal também ajudou a terapeuta a intervir de maneira satisfatória, oportunizando à cliente se ver no momento em que demonstrava seus sentimentos por meio do corpo.

PALAVRAS-CHAVE: Gestalt-Terapia. Experimentos. Psicoterapia.

CLINICAL PRACTICE IN GESTALT THERAPY: A CASE STUDY

ABSTRACT: The present research aims to analyze the contribution of Gestalt Therapy (GT) in clinical practice in a client of the Service of Applied Psychology (SPA) during the year 2018. The research was carried out from the Specific Supervised Curricular Internship Psychology and Clinical Processes. The case chosen for study refers to a 26-year-old woman with the initial demand for sexual abuse. The consultations were carried out based on the GT, and using some experiments of the approach to reach the awareness and access the sentimental contents of the client. Based on everything that was done during the year with, it was possible to observe that she is a difficult client with a great suffering and that it was so difficult to establish a meeting in therapy. It was evident that the experiments in Gestalt Therapy were a valuable tool, in which they helped in the client's contact with herself and with her feelings. The body reading also helped the therapist to intervene in a satisfactory way, allowing the client to see the moment he showed his feelings through the body.

KEYWORDS: Gestalt-Therapy. Experiments. Psychotherapy.

¹Mestre em Educação. Especialista em Gestalt Terapia, em Gestão Escolar e Docência na Educação Infantil e Anos Iniciais do Ensino Fundamental. Pedagoga. Educadora Física. Psicóloga. Professora no UniCathedral – Centro Universitário Cathedral e Coordenadora do Curso de Psicologia na mesma instituição. E-mail: lívia.carvalho86.psi@gmail.com.

1 INTRODUÇÃO

A Gestalt Terapia (GT) é uma abordagem terapêutica criada por Friedric Salomom Perls, que se baseou na psicologia da Gestalt, que não era, até então, um modelo terapêutico, mas uma maneira de enxergar o mundo e o homem, sendo uma perspectiva que foca no todo, e que por isso desenvolveu princípios pautados na percepção visual, explicando como as pessoas organizam as partes visuais em um todo, separando o primeiro plano e o fundo de uma imagem (COSTA, 2008).

Fritz, como ficou conhecido, nasceu em 1893, filho de um judeu e combatente da Primeira Guerra Mundial como voluntário. Neuropsiquiatra formado na Universidade Wilhelm de Berlim, teve primeiro um contato com a psicanálise e foi analisando de alguns dos psicanalistas mais renomados da época, tais como Karen Horney e Wilhelm Reich (COSTA, 2008).

Em 1926, mudou-se para Frankfurt, tendo contato com Goldstein e sua teoria organísmica, a qual se tornou a base da posterior teoria criada por Perls. Goldstein apoiava-se na psicologia da Gestalt, valendo-se da lei da figura e fundo como forma de explicar a natureza do homem, sendo que sua maior preocupação era encontrar um modelo holístico que explicasse a personalidade de seus pacientes. Nesse sentido, é importante entender que esta visão da teoria organísmica foi fundamental para a construção da Gestalt Terapia, sendo explícita da discussão de Perls acerca da auto regulação organísmica (LIMA, 2018).

Casou-se com Lore Posner, posteriormente conhecida como Laura Perls, em 1930, e a teve como parceira intelectual ainda no campo da psicanálise. Fugitivo do nazismo, construiu carreira em Amsterdã e posteriormente mudou-se com sua esposa e sua filha para África do Sul, onde construíram o Instituto Sul Africano de Psicanálise. Contudo, em 1936, teve seu primeiro rompimento com a psicanálise em virtude de uma palestra dada por ele na Checoslováquia, a qual teve grande reprovação por parte dos psicanalistas da época.

Fui designado para dar uma palestra na Checoslováquia, no Congresso Internacional de Psicanálise. Eu queria impressionar com o meu voo e com uma palestra que transcendesse Freud (...). A palestra que apresentei tratava das ‘resistências orais’, e ainda era escrita em termos freudianos. A palestra encontrou profunda desaprovação. O veredito ‘todas as resistências são anais’ me deixou bestificado. Eu quis contribuir com a teoria psicanalítica, mas não percebi, na época, quão revolucionária era a palestra, e quanto ela balançaria e até mesmo invalidaria alguns fundamentos básicos da teoria do Mestre. (PERLS, 1979, p. 49).

Após suas múltiplas decepções e desentendimentos com o meio psicanalítico, incluindo um momento de decepção com o próprio Freud, que o desdenhou em um dos encontros que tiveram, Perls foi recusado no meio psicanalítico e começou a construir sua abordagem discutida no livro “Ego, Hunger and Aggression: a revision of Freud’s theory and method” em 1942, revisto em 1947 com um novo título, “The Beginning of Gestalt-Therapy” (COSTA, 2008).

Em 1951, teve grande receptividade de sua teoria nos Estados Unidos, culminando na publicação de um livro escrito com a colaboração de Ralph Hefferline e Paul Godmam, levando a Gestalt Terapia a penetrar no meio acadêmico. Este livro, intitulado “Gestalt Therapy”, era dividido em duas partes: uma contendo experiências clínicas de Perls, e outra parte teórica articulada à teoria (COSTA, 2008).

A aceitação e divulgação da Gestalt-Terapia ganhou grande impulso no início dos anos 60 por ser uma corrente de pensamento e prática terapêutica afinada (em alguns dos seus pressupostos) com os movimentos de contracultura, fenômeno histórico efervescente nos EUA e Europa nessa época. (PRETRELO, 2018, p. 5).

Observa-se um longo caminho percorrido por Fritz Perls para difundir sua teoria, e por esta inquietação, foi ele mesmo o principal disseminador dos conceitos da Gestalt Terapia, fazendo viagens, workshops, cursos e palestras pelo mundo com o objetivo de divulgar sua teoria. No Brasil, a GT foi mencionada pela primeira vez em 1991, sendo uma teoria relativamente nova no país (COSTA, 2008).

Nesse sentido, após conhecer um pouco da história da Gestalt Terapia, é válido destacar que a GT ainda é uma abordagem renovadora que traz diversos aspectos vivenciais que não só colocam os conceitos como algo além de uma aplicação terapêutica, mas como uma filosofia de vida, já que no decorrer de sua construção, seu idealizador e seus seguidores evidenciaram que a Gestalt Terapia valoriza a tomada de consciência atual, olhando o ser humano em sua totalidade, para favorecer o contato autêntico com os outros e consigo mesmo (DANTAS, 2018).

Perls, Hefferline e Goodman (1997) se referem à terapia como um processo de analisar a estrutura da experiência, não focalizando no que está acontecendo, mas em como a experiência está sendo vivida. Para eles, trabalhando a estrutura da experiência que está sendo vivida aqui e agora é possível que a relação entre figura e fundo se torne mais nítida, de forma

que esse contato se intensifique, a *awareness*² se torne mais viva e o comportamento mais energizado. A formação de uma Gestalt mais vigorosa é a própria integração do organismo ou, em suas palavras, a própria “cura”.

A Gestalt é principalmente uma postura diante da vida, que implica um contato vivo com o mundo, com a pessoa do outro, na sua singularidade, sem pré-concepção de qualquer ordem. Esse contato apoia-se sobre a vivência, na experiência de primeira mão, no aqui e agora, o que estimula uma presença constante e atenta, com ênfase na percepção sensorial; focaliza o fluxo e a direção da energia corporal. (JULIANO, 1999, p. 25 *apud* DANTAS, 2018, p. 52).

Partindo dessa premissa sobre o contato do homem com o mundo, cabe remeter ao que ficou conhecido como a oração da Gestalt Terapia:

Eu faço minhas coisas, você faz as suas
Não estou neste mundo para viver de acordo com suas expectativas
E você não está neste mundo para viver de acordo com as minhas
Você é você, e eu sou eu
E se por acaso nos encontrarmos, é lindo
Se não, nada há a fazer. (PERLS, 1977).

Esta perspectiva de Perls evidencia que tudo parte do encontro e que não há técnica para se trabalhar o processo terapêutico. É preciso uma busca de um interesse comum, que por meio da comunicação e da união seja possível transformar o eu e o você em nós, baseando-se no aqui e agora. Assim como Perls (1977, p. 31) explica: “alguma coisa deve acontecer para que ultrapassemos a fronteira e isto é o que chamo contato. Nós tocamos, entramos em contato e ampliamos nossa fronteira”.

Barreto (2017) explica que, na perspectiva da GT, o terapeuta precisa ser uma tela de projeção em que o cliente vê seu próprio potencial, e por esse motivo necessita ser um habilidoso frustrador, além de ser também uma presença empática que ajudará o cliente a descarregar sua dor.

Desse modo, pode-se utilizar do experimento para auxiliar o cliente a tomar consciência de seus sentimentos, tornando-se um ser total no momento em que sente e vivencia todos os seus aspectos que trazem sofrimento.

²Para a Gestalt Terapia, o termo *Awareness* aplicado à prática clínica significa tornar-se consciente, para que, assim, o cliente possa se realizar naquilo que é. (PERLS, 1977).

A abordagem gestáltica também busca a adaptação do homem ao seu meio, mas através do seu lado criativo, favorecendo um jogo maior de determinação entre indivíduo e meio. E, como consequência, ocasiona a cessão de vivências que são impeditivas do sujeito se expressar livremente: os sintomas. (...) A Gestalt-terapia, através de propostas como o aqui-e-agora, resgata a condição criadora humana na possibilidade de repensar as coisas que estão dadas. É uma proposta de movimento e resgate da capacidade humana de se reinventar. É uma proposta psicoterapêutica que não apenas aceita os ditames culturais, mas, também, repensa-os, e propõe novas formas de vida. (MESQUITA, 2011, p. 65).

Partindo desse princípio, é importante entender que nem sempre é fácil tomar consciência e entrar em *awareness*, já que a sociedade limita esse processo, impondo questões que obrigam a pessoa a ser aquilo que ela não é, entrando no que Perls (1977) chamou de psicose coletiva, chegando ao impasse de tornar-se sadio e ser crucificado ou ser o que os outros querem que seja.

Por isso, o fundador da Gestalt terapia evidencia que o principal objetivo da abordagem é ajudar a pessoa a realizar-se naquilo que é, sem permitir que o mundo seja o juiz de suas ações. Nessa direção, cabe ao terapeuta abandonar os porquês e lidar com o “aqui e o como”, englobando o equilíbrio de estar aqui e a relação entre estrutura e o comportamento. Para tanto, é preciso que o cliente aprenda a realizar o ajustamento criativo, ou seja, encontrar maneiras criativas de conseguir ser no mundo, interagir e entrar em contato consigo mesmo e com o ambiente.

“Para a Gestalt-terapia é fundamental que o ser humano conheça o mais profundamente possível a sua dinâmica psíquica e identifique a intencionalidade de suas ações” (SCAFFO, 2008 *apud* MARCELINO e RODRIGUES, 2018, p. 5). Por esta razão, o ajustamento criativo é um dos conceitos muito trabalhados pelos Gestaltistas, tornando-se, assim, fundamental para compreender a abordagem.

Na terapia “não escutem as palavras, escutem apenas o que a voz lhe conta, o que os movimentos contam, o que a postura conta, o que a imagem conta” (PERLS, 1977, p. 81). Por isso, este autor deixa claro que grande parte do que a pessoa diz não passa de “blá blá blá” e, por esta razão, é fundamental estar atento a tudo que compõe o indivíduo.

Isto posto, destaca-se que todo o trabalho da Gestalt Terapia busca tornar presente os sentimentos e as sensações por meio de experimentos, tais como a cadeira vazia, trabalho com sonhos, viagem e fantasia, expressões verbais, dramatizações, dentre outras. Tudo com o objetivo de promover a auto regulação orgânica, descrita por Perls como uma forma do indivíduo interagir com o meio e se atualizar, respeitando aquilo que é e sua capacidade de auto regular, aceitando e adaptando aquilo que verdadeiramente é (MESQUITA, 2011).

Entende-se que a Gestalt Terapia vai além de interpretações e não acredita em sugestões como forma terapêutica, mas crê no potencial do indivíduo em se autorregular, utilizando dos experimentos para que o cliente se aceite e compreenda suas dores. Por isso, muitas vezes, o terapeuta precisa estar atento aos bloqueios de contato e aos mecanismos que o cliente utiliza para fugir de sua totalidade.

É fundamental ajudar o cliente a juntar os pedaços do seu eu e tornar-se integral, aceitando e sendo quem verdadeiramente é. A GT também trabalha com *insight* como uma resposta repentina que o cliente pode ter sobre si mesmo, explicando o porquê o terapeuta não dá respostas ou sugestões, tendo em vista que o cliente é o responsável pela mudança e por seus bloqueios (BARRETO, 2017).

Para entender essa busca pela compreensão de si mesmo e pela tomada de consciência, os terapeutas gestálticos utilizam o que Ribeiro (1997) chamou de ciclo de contato, ou seja, nove processos que favorecem ou bloqueiam o contato do indivíduo com o mundo, sendo que, na terapia, um dos desafios é encontrar os bloqueios de contato para trabalhar com eles e, assim, ajudar o cliente a alcançar sua *awareness*.

Figura 1: O ciclo de contato.

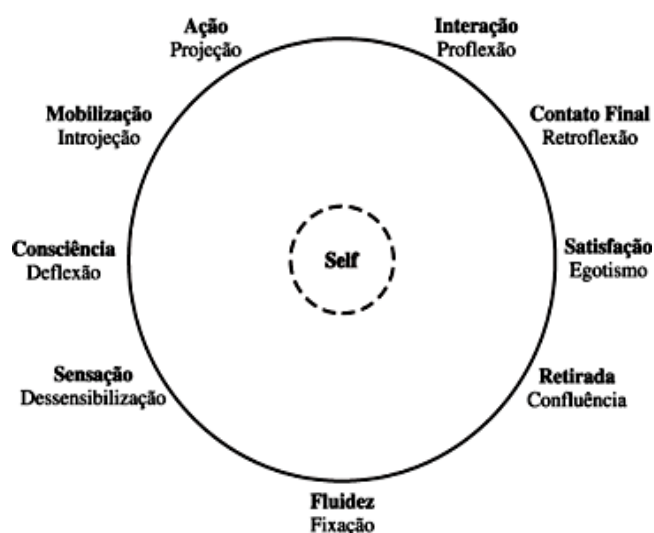


Figura 2. Ciclo dos fatores de cura e bloqueios do contato
Fonte: Ribeiro (1997)

Ribeiro, 1997.³

³Os bloqueios de contato serão discutidos amplamente na análise do caso clínico.

Assim, é importante entender a GT, em toda sua essência e particularidade, se trata de uma abordagem terapêutica relativamente nova e que traz uma nova forma de olhar para o cliente e atuar no contexto clínico.

No que se refere à psicoterapia, destaca-se que esta acontece em consultórios, sendo uma área de atuação da psicologia conhecida como psicologia clínica. Nesse contexto, de acordo com Passini e Machado (2012, p. 4), a concepção clássica de Psicologia Clínica “previa o exercício liberal, em consultório privado, no qual eram realizadas atividades de psicoterapia e/ou psicodiagnóstico, fundamentados em enfoques teóricos e técnicos, baseados em certa dimensão “intrapsíquica”, das emoções, do desejo e do inconsciente”.

É importante entender que a psicoterapia pode ser definida como “um campo de aplicação dos princípios psicológicos que se preocupa, de um modo primordial, com o ajustamento psicológico dos indivíduos” (SCHNEIDER, 2002, p. 14).

Dessa forma, considerando o interesse por parte da pesquisadora acerca dessa abordagem e por acreditar que a GT pode contribuir significativamente para diversas demandas, pensou-se na realização da pesquisa, tendo como objetivo geral analisar a contribuição da Gestalt Terapia na atuação clínica em uma cliente do Serviço de Psicologia Aplicada (SPA) durante o ano de 2018.

2 MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa realizou-se a partir do Estágio Curricular Supervisionado Específico em Psicologia e Processos Clínicos, organizado em grupos de supervisão por abordagem, pautando-se em três grandes bases epistemológicas: Fenomenologia, Comportamental e Psicodinâmica. A base epistemológica escolhida para o estágio foi a Fenomenologia.

Os atendimentos eram realizados no SPA (Serviço de Psicologia Aplicada), local em que os acadêmicos de psicologia realizam os atendimentos clínicos e outras ações no campo da psicologia. De acordo com o Regulamento Interno do SPA, trata-se de uma unidade suplementar do Curso de Psicologia que, enquanto clínica-escola, sustenta a formação profissional dos acadêmicos e dá suporte às atividades de ensino, pesquisa e extensão do referido Curso, através da prestação de serviços psicológicos à população.

Sua finalidade é servir como centro de estágio e campo de formação profissional para os acadêmicos do Curso de Psicologia, visando ao desenvolvimento de novas formas de atuação do psicólogo, condizente com a realidade sócio cultural e com as transformações da psicologia enquanto ciência e profissão (ABEC, 2015).

Nesse sentido, destaca-se que esta pesquisa se realizou com base em um atendimento de uma cliente do SPA das Faculdades Unidas do Vale do Araguaia-UNIVAR, durante o ano de 2018. Trata-se de uma pesquisa qualitativa que utilizou os pressupostos teóricos da GT na atuação clínica com a cliente e a análise da evolução.

Evidencia-se que, conforme a norma do SPA, os clientes realizam uma ficha de identificação, sendo esta encaminhada à responsável técnica (RT) da clínica, a qual distribui os clientes aos três grupos com bases epistemológicas diferentes: Comportamental, Psicodinâmica e Fenomenologia. Ao receber as fichas, a supervisora do grupo as distribui às acadêmicas, sem que haja escolha por demanda, idade ou sexo, ou seja, todas recebem os clientes de maneira aleatória. Em seguida, cada estagiário entra em contato com o cliente e agenda o horário conforme a disponibilidade das salas e do estagiário. Ao agendar o horário e realizar o primeiro atendimento, é aberto um prontuário contendo a ficha de identificação do cliente, o contrato terapêutico, o termo de consentimento livre e esclarecido, encaminhamentos de outros órgãos (quando for o caso), ficha de isenção (quando solicitado pelo cliente) e a evolução clínica.

Com horários agendados, partindo do que preconiza a Gestalt Terapia e a base epistemológica da Fenomenologia, são realizados os atendimentos, os quais acontecem sempre nos mesmos dias e horários e no mesmo consultório dentro do SPA, com duração de 50 minutos. Ao chegar no consultório, o cliente escolhe onde prefere sentar-se e o atendimento se inicia partindo do que o cliente traz para a sessão naquele momento, ou seja, prioriza-se o aqui e agora, sem tentar continuar a sessão anterior. O cliente decide do que quer falar e como deseja se expressar, cabendo ao terapeuta ouvir e fazer intervenções quando necessário, porém, sem se valer da sugestão ou diretividade.

O caso escolhido para estudo refere-se a uma mulher de 26 anos que iniciou o atendimento no dia dezesseis de abril de dois mil e dezoito (16/04/2018). Aqui, a cliente será chamada de Carolina (nome fictício) e a estagiária será intitulada de terapeuta, para facilitar a compreensão do processo terapêutico. Realizaram-se vinte (20) atendimentos e houveram seis (6) faltas da cliente. Os atendimentos foram realizados tendo como base a GT e utilizando-se de alguns experimentos da abordagem para alcançar a tomada de consciência e acessar os conteúdos sentimentais da cliente.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Aos dezesseis de abril de dois mil e dezoito, Carolina chega ao SPA para seu primeiro atendimento, encaminhada pelo Centro de Atendimento Psicossocial (CAPS) de Aragarças-

GO. Inicialmente, sua demanda era um grande sofrimento em virtude de abusos sexuais sofridos na infância, com agravos de uma mãe agressiva e relapsa.

Aos nove anos de idade, foi retirada de seu lar, indo morar com tios por ordem judicial. Relata sofrer muito por lembrar de sua infância e demonstra grande dificuldade em falar de seus sentimentos, segundo ela, “faltam palavras para dizer o que sente”.

Partindo dessa fala da cliente, iniciou-se uma observação ampla e atenta sobre seus movimentos corporais, já que, para Perls (1977), o corpo não consegue mentir e expressa os sentimentos e sensações vivenciadas pelo cliente no aqui e agora.

A compreensão dada pelo corpo é pré-reflexiva, gerando um conhecimento tácito. A síntese do corpo próprio, tal como podemos afirmar também a respeito da noção de *awareness* na Gestalt-Terapia, implica espaço, tempo, movimento, sensações e expressão. Unidade, porém, implícita e ambígua. Não posso apreendê-la, mas só vivê-la. (ALVIM, 2011, p. 4).

Já na segunda sessão, Carolina não conseguia mais falar sobre o abuso sexual, sua família, sua mãe, enfim, chorava muito, retorcendo seu cabelo incessantemente, evidenciando quão confusa se sentia naquele momento.

Foi notória a dificuldade que a cliente tinha de entrar em contato consigo mesma e manter um contato com a terapeuta. Tal fato se devia por Carolina manter uma Gestalt fixada, que impedia o fluxo de *awarenes* e o processo de ajustamento criativo. Ela não conseguia ajustar sua vida atual, sofrendo e sentindo como se estivesse presa a algo que aconteceu no passado.

Neste dia, ela explica que o processo judicial sobre o abuso sofrido já “estava na mão” do juiz e que isso lhe causava extrema angústia, pois teria que reviver tudo novamente.

Observa-se que Carolina não consegue entrar em contato, já que, conforme mostra Ribeiro (1997), ao entrar em contato, a pessoa se vê diante de algo que lhe causa ameaça ou risco a sua integridade, levando-a a buscar meios de lidar com esta situação por meio dos bloqueios de contatos.

Nesse contexto, destaca-se que um dos bloqueios de contato que impedem a cliente de utilizar sua agressividade para satisfazer às suas necessidades trata-se da Introjeção, a qual, segundo Melo (2007), refere-se ao bloqueio causado quando a pessoa ‘engole’ tudo que o meio lhe oferece, sem mastigar ou deixar que o self elabore os fatos, tornando-se, assim, passiva. Carolina claramente passou sua vida sendo passiva diante dos fatos, aceitando tudo que o mundo lhe oferece, sem permitir sentir o que verdadeiramente tem dentro dela, como, por exemplo, o ódio que tem da mãe. Tal sentimento foi expresso na sétima sessão, quando também

culpa o pai biológico pelos abusos, já que, para ela, se o pai não a tivesse abandonado, ele poderia evitar que o padrasto cometesse tantos abusos.

Embora a Projeção seja o oposto da Introjeção, uma parte da outra, e neste momento, Carolina projeta no pai a culpa pelos seus abusos. Segundo Melo (2007), a pessoa nega a reconhecer seu ato perturbador e prefere atribuí-lo a outra pessoa, evitando entrar em contato consigo mesma.

“A pessoa super-alerta, super-cautelosa que afirma querer ter amigos, ser amada, mas diz, ao mesmo tempo, que ‘você não pode confiar em ninguém, que todos estão a fim de saquear o que puderem’, é uma projetiva por excelência” (PERLS, 1979, p. 51). Esta definição de Perls se enquadra em Carolina, que várias vezes demonstrou grande carência afetiva, porém, sempre diz que não confia em ninguém, que não tem amigos e que as pessoas são falsas.

É fato que a Retroflexão também impede Carolina de entrar em *awarenes*, a todo momento se culpa por ser, segundo ela, uma mãe ‘não tão boa’, acha que precisa ser perfeita em suas ações, se polícia, se arrepende de seus atos, como no dia que bebeu bebida alcoólica e falou algumas coisas para seus amigos, que, segundo ela, não deveria ter falado.

Perls, Hefferline e Goodman (1997) afirmam que, na retroflexão, as energias e as ações são direcionadas ao próprio corpo ou à sua personalidade, sendo que, de modo geral, o retroflexor sente-se inadequado e insatisfeito nas suas ações e relações, fazendo consigo mesmo aquilo que gostaria de fazer ao outro, a fim de evitar frustrações.

Um bloqueio de contato presente em todas as sessões foi a Deflexão, expressa principalmente na dificuldade de Carolina em olhar para a terapeuta, sempre com a almofada em seu colo, na qual passava a mão sem parar. Às vezes, brincava com o lenço, ria sem parar, não respondia às perguntas e sempre que tinha que falar de si usava mecanismos como mexer no cabelo e dar risadinhas.

Rodrigues (2018) explica que:

a deflexão é uma manobra para evitar o contato direto com outra pessoa; uma forma de tirar o calor do contato real. Isso é conseguido ao se falar em rodeios, usar linguagem excessiva, rir-se do que a outra pessoa diz, desviar o olhar de quem fala, ser subjetivo em vez de específico, não ir direto ao ponto, ser polido em vez de falar diretamente, usar linguagem estereotipada em vez de uma fala original, exprimir emoções brandas em vez das emoções intensas; falar sobre o passado quando o presente é mais relevante. (RODRIGUES, 2018, p. 1).

A Dessensibilização também é presente em Carolina, que apresenta certo entorpecimento diante do contato. Ribeiro (1997) define este bloqueio como uma dificuldade

para se estimular e perceber as sensações novas e intensas. Como é o caso de Carolina, que não se permite viver novas experiências e se recusa a entrar em contato consigo mesma e com o mundo.

Perls (1977) defende que o terapeuta precisa ser um habilidoso frustrador já que deve buscar meios para que o cliente tome consciência do aqui e agora, impedindo que ele fuja disso. Por isso, a todo tempo, a terapeuta buscava meios de colocar a cliente no aqui e agora olhando para seus sentimentos que muitas vezes ela insistia em esconder.

Em certos momentos, ela falava de seu sofrimento e sorria, mostrando certa incompatibilidade entre o que sente e o que demonstra. Um exemplo desses momentos:

T: Como você está?
C: Bem, acho que to bem. (risos)
T: Como é estar bem?
C: Não sei explicar, acho que não estou... (risos)
T: Você diz que acha que não está bem, mas sorri. Não entendo.
C: Fico confusa com suas perguntas (risos).
T: Eu te deixo confusa? Como é estar confusa?
C: Não sei. (risos)
T: Estando confusa você também sorri. Como você está sentindo agora?
C: (começa a chorar e não responde mais).

Nota-se a confusão de Carolina em olhar para seus sentimentos no aqui e agora, e como ela tentava evitar sentir. Assim, a terapeuta explorava os sentimentos e a maneira que eles afetavam a cliente.

Na quinta sessão, ela trouxe um sonho, querendo entender porque sonhava repetidamente com ele desde mais jovem. No sonho, ela relata estar em uma casa com janelas grandes, pequena e vazia. Havia uma pessoa do lado de fora, e ela tinha a sensação que esta pessoa iria entrar na casa.

Santana e Yana (2014) explicam que, para a GT, os sonhos vão muito além de uma mensagem existencial, um desejo ou uma profecia, na verdade, o sonho é uma mensagem de você para você mesmo, uma obra de arte esculpida a partir do sonhador.

Partindo dos experimentos como recursos integrativos, utilizou-se do sonho da cliente para acessar seus conteúdos pessoais.

T: Posso solicitar que faça algo com esse sonho?
C: Sim.
T: Caso queira recusar, sinta-se à vontade.
C: Tudo bem.
T: Descreva essa casa de seu sonho, mas como se esta casa fosse você.
C: A casa é pequena...

T: Não, comece falando de você, eu sou a casa, sou...

C: Sou a casa, sou pequena, sou vazia e muito triste.

T: Você se sente pequena, vazia e triste?

C: Sim, meu Deus! Consegui falar de mim! (começa a chorar sem parar).

Na sessão seguinte, ela chega se coçando copiosamente, relatando que esta coceira começou naquele dia. Ela relata alguns problemas no trabalho e em casa e diz que se preocupa com o que as pessoas vão dizer dela. A terapeuta então questiona sobre o que as pessoas poderiam dizer dela nos aspectos que ela citava: trabalho e família. Sendo assim, foi proposto que ela dramatizasse tais falas, falando dela mesma como se fosse uma colega de trabalho. Neste momento, ela começa a falar várias coisas positivas e negativas, e imediatamente para de se coçar.

Ficou evidente que seu corpo gritava por ajuda, queria ser sentido. Assim, foi possível aumentar a consciência e alinhar corpo e pensamento para que a cliente pudesse se ajustar criativamente.

Nas sessões seguintes, inicia-se um processo, de certa forma, complicado, já que a cliente relata não conseguir falar de si, estar confusa com seus sentimentos e que está com medo da Carolina que está conhecendo. Diz que não dorme e que fica a semana toda pensando no que dirá nas sessões, mas quando chega frente à terapeuta, não consegue falar. Explica que está sem vontade de conversar em todo lugar. Durante várias sessões, a cliente permaneceu em silêncio quase o tempo todo, fazendo-se necessário que a terapeuta tivesse um olhar atento, já que, para a GT, até o não falar precisa ser ouvido.

Monteiro Junior (2010) explica que é pela linguagem e pela fala que a pessoa comunica seus sentimentos, pensamentos e intenções, e toda linguagem é por si só uma forma de comportamento interpessoal, e não é possível não comunicar, tendo em vista que o silêncio e a forte introspecção também são formas de comunicação.

Nesse sentido, cabe ao terapeuta seguir as falas de seu cliente para uma criteriosa escolha das intervenções, se apoiando sempre na verdade de seu cliente e no que ele traz para a sessão (MONTEIRO JUNIOR, 2010).

Diante disso, a terapeuta teve que lidar com o silêncio, buscando maneiras de olhar para ele e compreender o que realmente a cliente trazia para cada sessão. Com isso, a terapeuta questionou Carolina sobre seus sentimentos acerca do silêncio.

T: Como você se sente vindo todas as sessões ficando em silêncio?

C: Sufocada.

T: Você está sufocada agora?

C: Sim.
T: Como você lida com isso?
C: Queria sair correndo.
T: Não tem vontade de falar?
C: Sim, mas não consigo.

Observa-se que Carolina conseguiu acessar alguns conteúdos sentimentais durante o processo terapêutico, mas foi no silêncio que ela teve maior contato consigo mesma, sendo que este ‘sufocamento’ nada mais era que seu corpo e mente buscando uma maneira de ajustar-se criativamente e para uma entrada em *awareness*.

É evidente que ainda há um longo caminho a percorrer com Carolina, já que seus sofrimentos e angústias ainda são fortes e presentes em sua vida. É possível afirmar, contudo, que Carolina entrou em contato consigo mesma e reconheceu alguns sentimentos durante os experimentos, mudando até mesmo a maneira como se portava na terapia, já que ao invés de tentar fugir do aqui agora, ela silenciava, sendo obrigada a lidar com seus pensamentos e angústias.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Partindo de tudo que foi realizado durante o ano com Carolina, foi possível observar que se trata de uma cliente complexa, com uma demanda de sofrimento intenso e que por isso era tão complicado levá-la a estabelecer um encontro na terapia. Era como se uma barreira estivesse posta entre Carolina e a terapeuta, barreira esta que necessitou de muito trabalho para ser parcialmente quebrada.

Foi evidente que os experimentos em Gestalt Terapia foram uma ferramenta de grande valia, já que auxiliaram no contato da cliente consigo mesma e com seus sentimentos. A leitura corporal também ajudou a terapeuta a intervir de maneira satisfatória, oportunizando à cliente se ver no momento em que demonstrava seus sentimentos por meio do corpo.

Nesse contexto, é indispensável enfatizar que os estudos teóricos por parte da terapeuta e as supervisões foram pontuais para conduzir o processo terapêutico de uma forma eficiente e eficaz.

Cabe destacar que embora a supervisora de estágio tivesse como base teórica a Abordagem Centrada na Pessoa, ela foi indispensável, já que pautada nos preceitos da Fenomenologia e Humanismo, conseguiu dar um aporte teórico e prático com maestria, sendo assim um aprendizado para estagiária e para supervisora, que juntas desbravaram um caso difícil, alcançando resultados positivos.

A cada passo, mesmo que pequeno, era uma vitória, e embora o processo terapêutico não fosse gradual, de modo que as vezes parecia até um retrocesso, a supervisora não permitia que a estagiária desanimasse trazendo sempre explicações e teorias, mostrando que para a Fenomenologia o que importa é o que a cliente sente no aqui e agora e que cada cliente tem seu tempo, não sendo responsabilidade total da terapeuta, caso ela não conseguisse superar as expectativas da terapeuta.

Este atendimento foi de grande auxílio para a formação acadêmica da estagiária e ao mesmo tempo um grande desafio. Fica então a sensação de dever cumprido sabendo mesmo que não fosse uma evolução gritante, a relação de ajuda esteve presente a todo momento.

5 REFERÊNCIAS

ABEC – Faculdades Unidas do Vale do Araguaia. **Elaborando Trabalhos Científicos: Normas para apresentação e elaboração.** Barra do Garças (MT): ABEC, 2015.

_____. **Regulamento da Clínica Escola de Psicologia:** Serviço de Psicologia Aplicada das Faculdades Unidas do Vale do Araguaia. Barra do Garças (MT): SPA, 2015.

ALVIM, Monica Botelho. O lugar do corpo em Gestalt-Terapia: dialogando com Merleau-Ponty. **Revista IGT na Rede**, v.8, n. 15, 2011.

BARRETO, Carine do Espírito Santo. Um estudo sobre a gestalt-terapia na contemporaneidade. **Portal dos Psicólogos.** ISSN 1646-6977. Jul. 2017.

COSTA, Danilo Suassuna Martins. **História da Gestalt Terapia no Brasil contada por seus primeiros atores:** um estudo historiográfico no eixo São Paulo-Brasília. Goiânia: UCG, 2008.

DANTAS, Margarida Maria Florencio. **Prática Clínica na Gestalt Terapia.** Brasília: Unyleya, 2018.

LIMA, Patrícia Vale de Albuquerque. **Teoria organísmica.** UFRJ, 2018.

MELO, Viviane Correia da Costa. **O trauma psíquico e o trauma na visão da neurociência e a Gestalt Terapia.** Brasília: UNICEUB, 2007.

MESQUITA, Giovanna Reis. Aqui-e-agora na Gestalt-Terapia: um Diálogo com a Sociologia da Contemporaneidade. **Revista da Abordagem Gestáltica.** N. 17. V. 1, jan-jun, 2011.

MONTEIRO JUNIOR, Francisco Alberto de Brito. Da teoria à terapia: o jeito de ser da gestalt. **Revista Interdisciplinar NOVAFAPI,** Teresina. v.3, n.1, p.49-53, Jan-Fev-Mar. 2010.

PASSINI, Vera Lúcia; MACHADO, Elisabeth Paseron. **Psicologia e Clínica.** Rio Grande do Sul: CRP- Entrelinhas, 2012.

PERLS, Friederich Salomon. **Gestalt Terapia explicada**. 2ª ed. São Paulo: Summus Editora, 1977.

_____. **Escarafunchando Fritz: dentro e fora da lata do lixo**. São Paulo: Summus, 1979.

PERLS, Friederich Salomon; HEFFERLINE, Ralph; GOODMAN, Paul. **Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 1997.

PRESTRELO, Eleonora Torres. A história da Gestalt-Terapia: Peles vermelhas ou caras pálidas?. **UERJ**. Rio de Janeiro. 2018.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **O Ciclo do Contato**. São Paulo: Summus Editora, 1997.

SANTANA, Djane da Silva; YANE, Luciane Patricia. Experimentos em gestalt-terapia: os sonhos como recurso integrativo. **Pepsi**. 2014.

SHNEIDER, Daniela Ribeiro. **Novas Perspectivas para a Psicologia Clínica: um estudo a partir da obra “Saint Genet: comédien et martyr” de Jean-Paul Sartre**. São Paulo: PUC-SP, 2002.