

## A Entrevista Humanista–fenomenológica-Existencial

Janice Castilhos Vitola  
Marta Regina Cemin

Abordar o tema em questão — a entrevista — implica esclarecer de forma breve a visão de homem e os fundamentos filosóficos norteadores do referencial humanista—fenomenológico–existencial, uma vez que estes irão permear todo o trabalho realizado através das entrevistas em psicoterapia, sendo de suma importância para compreender as atitudes do entrevistador e as intervenções por ele utilizadas.

O humanismo compreende a pessoa saudável como uma *gestalt* integrada: um ser único, voltado para a consciência, digno de confiança, auto-regulado e auto-apoiado num constante vir-a-ser integrado ao contexto. Na psicoterapia, seu propósito é o de facilitar a auto-realização, reconhecendo o poder do homem sobre si e usando como método abordagens compreensivas no lugar de abordagens explicativas ou interpretativas (MATSON, 1985; RIBEIRO, 1999).

Os alicerces filosóficos da abordagem encontram-se sedimentados nas perspectivas fenomenológica e existencial. A fenomenologia, sistematizada no início do século XX por Edmund Husserl, autor de grande influência na filosofia contemporânea, valida o estudo da experiência humana, através da observação dos dados trazidos pela consciência no “aqui e agora”, consistindo num exame disciplinado da experiência subjetiva (SHULTZ & SHULTZ 2002; TRIVIÑOS, 1987; CAPRA, 2003).

Já a filosofia existencialista concebe a pessoa como capaz de escolher seu destino. Para ela, o homem saudável é singular, livre e consciente. Na psicoterapia, sua influência se dá no sentido de resgatar a questão antropológica, situando a pessoa existencialmente no curso de sua história. Seu originador foi Kierkegaard, sendo que Martin Burber, Gabriel Marcel e Merleau-Ponty tiveram especial influência, dada sua visão positiva do homem; Sartre e Nietzsche, pensadores que escreveram no pós-guerra e que tinham uma visão menos otimista da existência humana, compareceram com menor peso.

As principais teorias psicológicas surgidas a partir da Psicologia Humanista, nas décadas de 40 e 50, foram a Logoterapia (Victor Frankl), a Abordagem Centrada na Pessoa (Carl Rogers) e a Gestaltterapia (Fritz e Laura Perls). Em que pese cada uma dessas escolas possuir teorias próprias e especificidades quanto aos procedimentos psicoterápicos, todas elas estão alicerçadas nas bases filosóficas já referidas. Nosso propósito neste capítulo é focar a entrevista clínica a partir da Abordagem Centrada na Pessoa e da Gestalt-terapia.

### **A entrevista clínica na Abordagem Centrada na Pessoa**

Carl Rogers foi sem dúvida uma das maiores expressões da Psicologia Humanista. Desenvolveu sua teoria sob a noção central da tendência à atualização, ou seja, a idéia de que as pessoas vão se mover no sentido da saúde, quando as condições para o crescimento são criadas e restauradas.

A psicoterapia Centrada na Pessoa devolve ao homem o poder sobre si mesmo, recriando, através da relação terapeuta–cliente<sup>1</sup>, as condições necessárias para a retomada do desenvolvimento e do fortalecimento da Tendência Atualizante, com abordagens compreensivas baseada no método fenomenológico. Este tipo de psicoterapia requer o desenvolvimento de algumas atitudes essenciais ao psicoterapeuta:

- **empatia:** é perceber como se fosse a outra pessoa. Requer sensibilidade para perceber o outro tal qual se percebe. Contato interno do psicoterapeuta para ser permeável aos sinais que o cliente lhe passa, deixando-se “entre parênteses”. Abertura à experiência e capacidade de sintonia.
- **aceitação positiva incondicional:** significa considerar, acolher, atentar para o fluxo da energia que há no cliente e em si mesmo sem julgar. Não é concordar com tudo que a pessoa faz, mas acolhê-la na sua experiência.
- **congruência:** é a capacidade de estar totalmente presente e ser autêntico, verdadeiro e honesto na relação. Para isso é importante que o psicoterapeuta perceba-se, sinta-se na relação e permita-se comunicar ao cliente seus sentimentos, quando pertinentes ao contexto.

A partir desta visão é indispensável que o psicoterapeuta tenha tais atitudes e saiba transmiti-las ao cliente, impregnando a estrutura e o conteúdo de suas respostas. O psicoterapeuta é uma caixa de ressonância e um amplificador da experiência do cliente. Percebe-o como um todo, não julga, não interroga, não tranquiliza nem interpreta. Seu objetivo é acompanhar as descobertas do cliente na forma como ele as vai experienciando.

A intervenção característica da Terapia Centrada na Pessoa é conhecida como Resposta Reflexo, consistindo esta em acentuar a comunicação manifesta pelo cliente. Este tipo de intervenção pode parecer simples, mas não é, pois exige do psicoterapeuta grande habilidade em acompanhar o cliente sem apressá-lo, ou, então, abandoná-lo. É um exercício de sintonia empática e presença permanente, com o objetivo de ampliar a consciência.

As respostas reflexos podem ser:

- **Reiteração ou reflexo simples:** refere-se apenas ao conteúdo da comunicação, devendo ser feita de forma breve, resumida e não necessariamente com as palavras da pessoa, desde que não se introduzam elementos novos ao campo. Este tipo de intervenção vai preparando o terreno para que o próprio cliente tome consciência cada vez maior de si. Segundo as palavras de Rogers:

O reflexo simples se emprega principalmente quando a atividade do cliente é descritiva, isto é, quando carece de substância emocional ou

---

<sup>1</sup> Na Abordagem Centrada na Pessoa usa terminologia cliente para referir-se a pessoa em psicoterapia, no lugar de usar paciente na forma tradicional baseada na relação médico paciente (ROGERS, 1987).

quando o sentimento está a tal ponto inerente ao conteúdo material que o terapeuta demonstre uma atitude investigadora, analítica, contrária às suas intenções, se procurasse deduzir daí alguma significação implícita (ROGERS & KINGET, p. 64, 1977).

É através da reinteração que se estabelece no campo terapêutico um clima de segurança emocional, de forma que a pessoa se sente compreendida e respeitada.

- **Reflexo de sentimento:** procura apreender o que está implícito ao discurso, o que está por trás das palavras. O objetivo é a tomada de consciência dos sentimentos subjacentes na verbalização. “Enquanto o reflexo simples estabiliza a figura, o reflexo do sentimento a amplia” (LERNER, p. 79, 1974).
- **Elucidação:** capta e cristaliza certos elementos que não estão fazendo parte do campo fenomenológico, ou seja, sentimentos e/ou atitudes que não foram explicitados pelo cliente, mas que estão impregnando o seu campo perceptual. É um tipo de resposta mais intelectualizada, que parte de uma dedução do terapeuta, sendo assim mais suscetível de conter elementos estranhos ao cliente e podendo não ser reconhecida por ele. Aconselha-se, ao formular tal intervenção, que esta seja acompanhada de expressões como “Deixe-me ver se compreendo...”, “Fale-me se eu estiver enganado...”, “ Me parece que o que tu estás me dizendo é...”, pois estas asseguram ao cliente que o seu discurso será entendido sob o seu ponto de vista, e não sob o do terapeuta.
- **Impressão Integrativa:** é um tipo de resposta intuitiva, que reflete sentimentos e que visa integrar informações, fragmentos da experiência do cliente e devolvê-las a ele de forma que o ajude a organizar sua experiência num novo nível de consciência. Esta modalidade de resposta foi mencionada por Rogers mais tarde na sua teoria, no que ele denominou primeiramente de “empatia sensitiva” (ROGERS,1987); portanto, não está descrita no rol das intervenções publicadas nos seus primeiros trabalhos.

### A entrevista clínica na abordagem da Gestalt-terapia

O termo Gestalt-terapia foi utilizado pela primeira vez por Perls, Ralph Hefferline e Paul Goodman em 1951, sendo estes considerados co-fundadores desta abordagem. É um tipo de abordagem que ensina aos pacientes o método de exploração fenomenológica através do uso da *awareness*,<sup>2</sup> ou seja, o paciente usa seus sentidos para se tornar consciente (*aware*) do que está fazendo e de como pode transformar-se (YONTEF, 1998). Seus pressupostos filosóficos são, como na Abordagem Centrada na Pessoa, humanistas–fenomenológicas–existenciais. Como teorias de fundo, utiliza-se da Psicologia da Gestalt, a Teoria de Campo de Kurt Lewin e a Teoria Holística de Kurt Goldstein (RIBEIRO,1985). Destacando-se que a visão dos fenômenos como totalidade, princípio da Psicologia da Gestalt, surgida na Alemanha, no início do século XIX em oposição ao elementarismo é um dos alicerces

---

<sup>2</sup> Termo *aware* é conservado para melhor precisão de sentido. *Aware*: ciente, sabedor, cõnscio, conhecedor, inteirado (Collins Dictionary, p. 38, 1979).

para o pensamento ecológico sistêmico contemporâneo (CAPRA, 2003; ENGELMANN, 2002).

Os primeiros trabalhos de Perls revelaram uma abordagem, um tanto mais diretiva, digamos assim, uma vez que focada em experimentos, chamados freqüentemente de técnicas. Na atualidade, alguns Gestalt-terapeutas mantêm-se trabalhando com ênfase neste tipo de abordagem mais tecnicista, enquanto outros valorizam fortemente uma psicoterapia fenomenológica–existencial baseada na relação dialógica Eu–Tu (BUBER,1977) enfatizada por Laura Perls desde os primórdios da Gestalt-terapia (YONTEF, 1998). A partir deste olhar, toda a experiência na busca de consciência se dá através da relação paciente/psicoterapeuta aqui e agora, ou seja, não há a utilização de técnicas escolhidas a priori. Neste capítulo, a ênfase é posta neste tipo de entrevista: uma psicoterapia na qual a *awareness*, o encontro e o diálogo são a essência.

### **A entrevista dialógica**

Os gestalt terapeutas acreditam que o ser humano tem um impulso natural para saúde. Em Gestalt-terapia, o paciente apreende através de seus sentidos, experimentando-se na relação. É uma psicoterapia abrangente, integrativa e multidimensional, na qual o fundamental é o processo.

Todas as entrevistas, individuais, familiares ou grupais, são fenomenológico-existenciais, ou seja, possuem seu foco na análise da experiência imediata e buscam retomar o poder auto-responsável da pessoa sobre si mesma. A cada entrevista, o psicoterapeuta observa cuidadosamente o fenômeno no aqui e agora, como manifestação holística do cliente em um impulso natural para integrar-se. Todo e qualquer sintoma deverá, assim, ser entendido no contexto: holisticamente. Tom de voz, cor da pele, postura corporal, incongruências verbais são essenciais na observação do psicoterapeuta, constituindo, assim, informações da totalidade/organismo do cliente, o próprio *self*<sup>3</sup> em contato, ou seja a psicoterapia acontece na fronteira do contato paciente/psicoterapeuta; no diálogo verdadeiro.

O diálogo genuíno explorando o “entre” Eu–Tu é a base da psicoterapia na abordagem gestáltica. Cura, desta forma, é a restauração da totalidade pela relação pessoa-a-pessoa, e quaisquer propostas do psicoterapeuta devem partir do contexto dialógico, incluindo o campo total e suas conexões figura/fundo. Por exemplo, no caso de um processo saudável, a conexão figura/fundo ocorre da seguinte maneira: do fundo surgem figuras singulares a cada pessoa; estas figuras são *gestalten* abertas que, no contato, no entre, na relação, se fecham e retornam ao fundo integrando-se ao organismo. O encontro psicoterapeuta/paciente propõe-se restaurar o contato figura/fundo da pessoa consigo mesma e com o mundo. Portanto as intervenções terapêuticas serão no sentido de facilitar/ampliar a consciência dos bloqueios ou interrupções no contato, *awareness* de si e do outro, através da vivência da própria relação psicoterápica.

O foco será direcionado ao processo dialógico singular “aqui e agora”, incluindo o passado expresso “aqui” e exigindo respostas únicas para perguntas únicas, sempre tendo a perspectiva do todo/organismo. Não haverá, desta forma,

<sup>3</sup> *Self*: função do organismo em se perceber de forma harmônica, diferenciada e potencialmente intencional, chamada consciência (BUARQUE,1998).

regras rígidas; no entanto, é essencial a postura dialógica de respeito ao outro na sua totalidade e alteridade. A entrevista, o processo, a abordagem e o objetivo são dialógicos no seu enfoque global.

O gestalt-terapeuta acompanha o paciente nas suas descobertas, em lugar de interpretar e modificar atitudes pré-existentes. Ele próprio, paciente, vai dando a direção de suas mudanças reguladas organicamente e o psicoterapeuta acompanha, confirmando-o. O psicoterapeuta inteiro volta-se para o paciente, é presente no contato, suspendendo temporariamente seus preconceitos e pressupostos para de fato estar acompanhando a experiência do outro. É consciente de si no momento da entrevista, percebendo-se inclusive nas limitações. Sua perspectiva é horizontal, na medida em que considera o paciente participante ativo em interação consciente na busca de consciência de si (*awareness*), sem com isso querer dizer que terapeuta e paciente estejam indefinidos em seus papéis. Quando entender necessário para o aumento da *awareness* do paciente, o gestalt-terapeuta, compartilha com este sua perspectiva, criteriosamente e com discriminação. Inclui-se e posiciona-se o tanto quanto possível na experiência do outro, sem analisar/interpretar e, ao mesmo tempo, resguarda o sentido de sua própria presença distinta. Nesse sentido, há clareza de fronteiras, e tanto um como outro têm responsabilidade sobre o processo.

Com o objetivo de criar condições para que o fluxo da consciência seja cada vez mais intenso poderá utilizar-se de perguntas fenomenológicas como, por exemplo: "Como você pensa que eu iria reagir?" "O que aconteceu quando você sorriu?" "O que deu certo para você sentir-se melhor?" Este tipo de intervenção – as perguntas - trazem gradualmente para o paciente/cliente clareza de seu campo fenomenológico, definindo, assim, a figura. Outro caminho possível na entrevista é facilitar a focalização do paciente na relação pessoa–pessoa, usando afirmações como estas: "estou como você", "me ajude a entender", "deixe a mente vagar", "permaneça com isso". A psicoterapia é construída por ambos, paciente/psicoterapeuta, como se exemplifica no seguinte diálogo:

P: (*Voz chorosa, reclamante*) Eu não sei o que fazer hoje.

T: (*Olha, mas não fala nada*).

P: Eu poderia falar sobre minha semana. (*Olha inquisidoramente para o psicoterapeuta*).

T: Estou me sentindo arrastado por você neste exato momento. Eu imagino que você quer que eu o conduza.

P: Sim. O que há de errado nisto?

T: Nada. Eu prefiro não direcioná-lo neste exato momento.

P: Por que não?

T: Você é capaz de dirigir-se...

Dito de outra forma, o gestalt-terapeuta, "rastrea" (HYCNER, 1997) o paciente, acompanhando todas as ressonâncias do vivido na relação, já que a experiência ocorre num fluxo contínuo, e os seus caminhos sempre são uma novidade.

E nesse movimento de sintonia, aqui e agora, pode propor fantasias dirigidas, dramatização e exercícios com materiais gráficos. Neste sentido, a Gestalt-terapia difere da Abordagem Centrada na Pessoa, uma vez que esta opta por não utilizar experimentos, por entender que estes podem interferir demasiadamente no campo experiencial do paciente. Na Gestalt-terapia há uma postura ativa do psicoterapeuta no diálogo no campo fenomenológico do paciente.

O diálogo proposto neste tipo de psicoterapia, portanto, é vivido na idéia do organismo sem dicotomias e amplia-se na totalidade do possível a cada momento, sendo algo feito por ambos, paciente/psicoterapeuta, durante todo o processo. Trata-se de um contato com possibilidade de transformação, que tende a se ampliar até o infinito, pela possibilidade de a cada momento adquirir novas propriedades (RIBEIRO, 1999). Em outras palavras, a psicoterapia é função de contato, e a totalidade, a consciência e o contato são o tripé da mudança .

### **O uso das técnicas em Gestalt-terapia**

A utilização de técnicas em Gestalt-terapia foi alvo de críticas, porém estas críticas referiam-se ao uso das mesmas sem critérios, ou seja, de forma indiscriminada que não considerava o contexto psicoterápico. Não há como pensar em técnicas sem pensar no "aqui e agora", aqui e agora da psicoterapia; seu campo fenomenológico. Caso contrário, o psicoterapeuta corre o risco de ser intrusivo e desconsiderar o fato de que todo experimento deve estar a serviço do paciente, facilitando sua livre expressão e a desobstrução do fluxo de energia bloqueadora da *awareness*.

O gestalt-terapeuta usa a si mesmo na situação psicoterápica para, na relação, perceber o momento propício para um experimento a partir de toda sua experiência de vida acumulada e integrada. As técnicas, portanto, são sempre um ato de criação, e o gestaltista pode dar asas a sua imaginação, dentro de uma postura holística contextualizada que integre corpo-mente, fantasia e realidade (RIBEIRO,1994).

### **Considerações finais**

Tanto em Gestalt-terapia, quanto na Abordagem Centrada na Pessoa, a entrevista não se resume ao âmbito da clínica. Sua aplicabilidade se expande a várias outras áreas, como, escolas, hospitais, instituições em geral, bem como a atividades específicas, como a entrevista de triagem e o psicodiagnóstico.

O trabalho com crianças requer, além das atitudes básicas e intervenções características, uma linguagem adequada à sua faixa etária, bem como a disponibilização de recursos lúdicos que facilitem a expressão infantil. Existe considerável bibliografia a respeito.

As psicoterapeutas Virgínia Axline, Abordagem Centrada na Pessoa, e Violet Oaklander, Gestaltterapia, foram os maiores expoentes da ludoterapia nas suas abordagens. Discorreram sobre princípios e técnicas que norteiam a psicoterapia infantil que não foram explanados neste capítulo; para estes, sugerimos consultar bibliografia específica.

Desenvolvemos neste capítulo o que consideramos essencial para qualquer entrevista neste referencial. Uma entrevista que privilegia o contato Eu-Tu, uma

entrevista permeável a todos os estímulos do “aqui e agora”, uma entrevista que privilegia o homem na sua saúde e na sua capacidade de se tornar cada vez mais complexo e dirigido por ele mesmo no processo psicoterápico. Um homem consciente, capaz de transformar-se, através da facilitação e fortalecimento de seus recursos próprios. E, como não poderia deixar de ser, um psicoterapeuta humano, que também se transforma a cada sessão.

## **Referências**

BUARQUE, Sergio. Corpo e Organismo. **Revista do IV Encontro Goiano da Abordagem Gestáltica**, 4, 1998.

BUBER, Martin. **Eu e tu**. São Paulo: Cortez e Moraes, 1977.

CAPRA, Fritjof. **As conexões ocultas**. São Paulo: Cultrix, 2003.

ENGELMANN, Arno. **A psicologia da gestalt e a ciência empírica contemporânea**. Psicologia: Teoria e Pesquisa, na/abril 2002, vol.18, n.1, p. 1-16. ISSN 0102-3772.

GOBBI, Sérgio Leonardo e MISSEL, Sinara Tozzi Missel. **Abordagem centrada na pessoa: vocabulário e noções básicas**. Tubarão. Ed. Universitária UNISUL, 1998.

HYCNER, Richard e JACOBS, Lynne. **Relação e cura em Geltalt-terapia**. São Paulo: Summus, 1997.

MATSON, Floyd W. Teoria Humanista: A terceira Revolução em Psicologia. In: GREENING, Thomas C. (org.). **Psicologia Existencial–Humanista**. Rio de Janeiro: Zahar, [s/d]. p.67-82.

ROGERS, Carl e KINGET, Marian. **Psicoterapia e & relações humanas: teoria e prática da terapia não-diretiva**. 2.ed. Belo Horizonte: Interlivros, 1977.

ROGERS, Carl. **Psicoterapia e consulta psicológica**. São Paulo: Martins Fontes, 1987.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Gestalt-terapia: o processo grupal: uma abordagem fenomenológica da teoria do campo e holística**. São Paulo: Summus, 1994.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Gestalt-terapia de curta duração**. São Paulo: Summus, 1999.

SANTOS, Antonio Monteiro dos; ROGERS, Carl R.; BOWEN, Maria Constança Villas-Boas. **Quando fala o coração: a essência da psicoterapia centrada na pessoa**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1987.

SCHULTZ, Duane P. & SHULTZ, Sydney Ellen. **História da psicologia moderna**. São Paulo: Cultrix, 2002.

TRIVIÑOS, Augusto Nivaldo Silva. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação.** São Paulo: Atlas, 1987.

YONTEF, Gary. **Processo, diálogo e awareness: ensaios em Gestalt-terapia.** São Paulo: Summus, 1998.