

O (SER) TERAPEUTA HUMANISTA-EXISTENCIAL E SUA POSTURA NA PSICOTERAPIA INFANTIL

Natacha Miguel Monteiro

RESUMO

Este presente artigo irá elucidar, através dos pressupostos explicativos do Humanismo-Existencial e da psicoterapia infantil à luz dessa corrente da Psicologia, a postura de quem atua nessa área: o terapeuta.

Palavras-Chave: Psicologia Clínica; Psicoterapia Infantil; Terapeuta Humanista-Existencial

CONTEXTUALIZANDO O HUMANISMO- EXISTENCIAL

O termo Humanismo foi utilizado pela primeira vez durante o Renascimento designando uma corrente filosófica que, por romper com o preceito vigente de pressupostos embasado pelo sistema escolástico medieval da Igreja Católica, foi anunciado como “liberdade de pensamento”, voltando-se para a ressurreição dos valores clássicos gregos e romanos e tendo como principal representante Erasmo de Roterdã. Sobre esse assunto Greening (1975) destaca que assim como os valores humanistas de hoje, havia a consideração da “dignidade individual, liberdade interior e criatividade”, onde cada homem possui um imenso potencial criador. (p. 33). Já o Existencialismo desenvolvido por grandes pensadores filosóficos como Kierkegaard, Nietzsche e Dostoiévski tem como mote principal a existência humana vista dentro de um mundo trágico. Nele, o homem é o único responsável por tomar suas próprias decisões, sendo então o “culpado” pelas conseqüências indesejáveis que estavam fora da sabedoria antes de se transformar em ações, caracterizando assim uma visão constante de desesperança. As idéias desses pensadores foram sendo desenvolvidas desde a

década de 1840 possuindo diferentes percepções entre seus representantes. Dentro disso e ampliando o Existencialismo, Sartre surge valorizando a existência humana através da condição de coragem e integridade atribuída ao homem. Com essa complementação, a corrente filosófica se aproxima do Humanismo. Parafraseando Greening (1975, p.21): “Deus, Freud e Marx não podem formar-nos. O homem faz a si mesmo”, ninguém, além do próprio ser é capaz de conduzir sua própria existência e que, em qualquer momento da vida em que esteja, visa o seu crescimento, estando sempre em formação, nunca sendo um ser acabado, pronto ou determinado. De tal modo, essas explanações então dotadas de aspectos de otimismo através da visão de Sartre, referem-se ao Existencialismo e comparadas com o Humanismo há poucas distinções. Trazendo as antigas filosofias de cada vertente ao estudo do chamando Humanismo-Existencial, lembro o conceito utilizado por Carl Rogers sobre Tendência Atualizante. O termo diz respeito à capacidade inerente a todo ser humano de crescimento através da realização de todo seu potencial, onde o fluxo de suas ações visa atingir o mais completo desenvolvimento do organismo (Rogers, 1986). Na Gestalt Terapia tal conceito de Rogers recebe a denominação de Auto-regulação organísmica. Esta força direciona o indivíduo, poderosamente e o tempo inteiro, à maturidade, à independência e à auto-direção, num estado constante de superação de si mesmo através da experimentação de seus limites, do potencial diante dos obstáculos e da realização através de tais superações. A busca pela auto-realização pode ser clarificada pelos conceitos de figura-fundo da Gestalt Terapia. De acordo com Ribeiro (2006), a realidade é muito ampla e o homem apenas percebe com os olhos do rosto e da mente, deixando despercebida a realidade que ultrapassa tal percepção. Num processo que se altera, o indivíduo estará priorizando a satisfação das necessidades como figura, sem perceber aquilo que está por trás, o fundo. Quando a ação é executada e a satisfação garantida, esta deixa de ser figura para outra necessidade, que antes era fundo, emergir. Assim, nessa relação de complementaridade o homem estará se auto-

realizando continuamente.

Além do Existencialismo, o terapeuta Humanista-Existencial utiliza como método os pressupostos da Fenomenologia. Para Ribeiro (2006) isso representar trabalhar no aqui e agora todas as emoções e sentimentos do cliente, pois embora vivenciados no passado, no presente que podem ser recuperados e (re) experienciados, sendo este um dos objetivos da psicoterapia: ajudar o cliente a tomar consciência e resolver o fenômeno em questão que está trazendo impacto em sua vida. A propósito, o mesmo autor a cima citado teoriza sobre o conceito de polaridades. Assim existem dentro de nós duas realidades que se colocam uma diante da outra na tentativa de se excluírem, pois são opostas e ao mesmo tempo não podem viver. O homem se coloca diante dessas escolhas o tempo inteiro durante a sua vida, a dicotomia de emoções, de necessidades, o que fazer de sua vida, etc. faz com que entre esses pólos deva-se tentar clarificar as motivações e necessidades mais internas para que a pessoa possa fazer suas escolhas e viver com os lados opostos, ou seja, um dos objetivos da psicoterapia é integrar as polaridades. Ainda, a Fenomenologia relaciona-se com a visão holística, considerando a pessoa numa totalidade, onde mente, corpo e espírito formam o ser total. Tais “partes” são capazes de afetar o todo, assim como o “todo” afeta as partes. Pode-se dizer que se englobam muitas totalidades até chegar no “eu” mais profundo e é a partir da compreensão dessas várias características do contexto em que vive o homem que este pode ser percebido (Ribeiro, 2006).

Para o psicoterapeuta Humanista-Existencial essa percepção acerca do ser humano é importante de ser absorvida visto que o espaço terapêutico deverá funcionar como um catalisador da potencialidade do cliente. Conforme Greening (1975) elabora, a personalidade do terapeuta é muito importante, pois este não deverá assumir uma postura de autoridade, sendo aquele que, por ter estudado a respeito da mente e do comportamento humano saberá melhor que a própria pessoa o caminho que ela deve seguir. Portanto, o psicoterapeuta terá

como principal objetivo confiar na capacidade do cliente em recriar o seu presente guiado por suas próprias escolhas. Sobre a postura do terapeuta, Rogers (1986) articulou seus conceitos sobre: congruência, aceitação incondicional e empatia. Três condições para propiciar o clima de promoção de crescimento. De tal modo, a Congruência diz respeito a um estado de harmonia entre o que se é e o que se demonstra ser. Ou seja, o terapeuta não se sustenta atrás de uma “fachada” profissional, ele será capaz de se mostrar sem bloqueios, onde suas atitudes e sentimentos fluem de acordo com o momento presente, expressando-se quando perceber que tal ação irá favorecer o processo de crescimento de seu cliente. De certo modo é como se a congruência do terapeuta autorizasse a do cliente, pois este irá sentir-se igualmente livre para expressar-se de forma transparente. Prosseguindo, segundo Rogers (1986) a mudança terapêutica será favorecida quando o terapeuta vivenciar uma postura de aceitação em relação a qualquer experiência que o cliente esteja lhe mostrando. Assim, com a postura de Aceitação Incondicional a pessoa sente que está sendo valorizada e respeitada em seus momentos e através da experimentação de sentimentos (raiva, medo, angústias, confusões), encontrará no acolhimento terapêutico a possibilidade de vir a ser quem ela descobre querer ser. Por fim, Empatia, de acordo com Rogers e Rosenberg (1977b) corresponde à capacidade do terapeuta em penetrar na vida do cliente de modo que possa sentir o mesmo que ele, deixando de lado seus valores e pontos de vista. Com a capacidade empática o terapeuta mostra que está compreendendo e, sem a necessidade de julgamentos ou interpretações, propiciará que aquilo que está sendo verificado se torne parte da consciência de seu cliente, onde este terá maior compreensão e controle sobre si mesmo.

Completando as características do psicoterapeuta Humanista-Existencial, Axline (1972, p. 67) propõe oito princípios básicos que contemplam o caráter da não-diretividade e que serão exemplificados na segunda parte deste artigo, pois correspondem a aspectos da psicoterapia com crianças. Sendo eles:

1. O terapeuta deve desenvolver um amistoso e cálido relacionando com a criança, de forma que logo se estabeleça o “rapport”.
2. O terapeuta aceita a criança exatamente como ela é.
3. O terapeuta estabelece uma sensação de permissividade no relacionamento, de tal modo que a criança se sinta completamente livre para expressar seus sentimentos.
4. O terapeuta está sempre alerta para identificar os sentimentos que a criança está expressando e para refleti-los para ela, de tal forma que ela adquira conhecimento sobre seu comportamento.
5. O terapeuta mantém profundo respeito pela capacidade da criança em resolver seus próprios problemas, dando-lhes oportunidade para isto. A responsabilidade de escolher e de fazer mudanças é deixada à criança.
6. O terapeuta não tenta dirigir as ações ou conversar da criança de forma alguma. Ela indica o caminho e o terapeuta o segue.
7. O terapeuta não tenta abreviar a duração da terapia. O processo é gradativo e assim deve ser reconhecido por ele.
8. O terapeuta estabelece somente as limitações necessárias para fundamentar a terapia no mundo da realidade e fazer a criança consciente de sua responsabilidade no relacionamento.

Por fim, Aguiar (2005, p.212) retoma ser crucial que “no processo de construção do terapeuta infantil haja um espaço perene para psicoterapia pessoal, supervisão, discussão e troca”. Esmiuçando, é fundamental que o psicoterapeuta esteja em equilíbrio consigo, pois

seu desenvolvimento é condição para que possa haver uma relação psicoterapêutica satisfatória.

A PSICOTERAPIA INFANTIL

De acordo com Aguiar (2005), o trabalho psicoterapêutico com crianças iniciou-se no final do século XIX com as contribuições dos psicanalistas investigando a repressão da sexualidade infantil, sendo esta considerada a origem das neuroses dos adultos. Desde então a idade pregressa das pessoas passou a ser depositária de certa consideração e muitos estudiosos lançaram suas teorias, vindo depois de Freud, Melanie Klein, Winnicott e, dentro de outra vertente da Psicologia, Rogers, Oaklander e Axline como os principais representantes do Humanismo-Existencial e sua postura Fenomenológica.

Os motivos que fazem iniciar-se um processo psicoterápico normalmente dizem respeito a condutas e sensações que o cliente desconhece as causas, aonde a solução viria através da ajuda do psicólogo (Rogers, 1987). Quando o cliente em questão é uma criança, quem geralmente procura por ajuda é seu responsável, sendo o pequeno porta-voz da demanda psicoterápica decorrente de um incômodo nessa relação. Assim, de acordo com que cada cliente faz emergir no espaço terapêutico, devemos compreender que dentro de um campo relacional ele é vislumbrado num contexto mais amplo e que estará ligado à problemática que o fez buscar por ajuda psicológica, seja a escola ou a família (Aguiar, 2005). Tendo tal conhecimento e de acordo com a visão do homem para o Humanista-Existencial, trago o conceito da Gestalt-Terapia sobre Ajustamento Criativo. Conforme Ribeiro (2006) discorre, o sintoma da criança representa que sua capacidade Auto-Reguladora entra em ação para a busca de soluções nela própria ou no ambiente para se auto-regular e manter-se em equilíbrio. De tal modo, no imenso de sua totalidade torna-se uma possibilidade encontrada

por ela de ser e estar no mundo que a cerca e, ainda, por estar servindo como um sinalizador, não deve ser focalizado dentro do espaço terapêutico, permitindo que outros recursos possam emergir e ajudar a criança em sua tendência atualizante (Aguiar, 2005).

Dentro do universo em que está inserida a criança, compreendemos que a utilização de recursos lúdicos tem servido como facilitador de seu processo de desenvolvimento, visto que é a linguagem não-verbal das crianças o meio encontrado por elas de estar em contato com a realidade que às cerca. Axline (1972, p.9) contextualizou tal percepção em sua obra ao dizer que “o jogo é o meio natural de auto-expressão da criança”, onde ampliando seus sentimentos (os mais comuns: frustração, insegurança, agressividade e medo) através da tomada de consciência, esclarecimento e enfrentamento, a criança é possibilitada a poder crescer sob melhores condições. Enquanto que ela se expressa através do brincar, o terapeuta deve adotar uma postura de maior participação, envolvendo-se em suas produções dentro do espaço terapêutico, acolhendo-a incondicionalmente, aceitando seu tempo, respeitando sua auto-regulação orgânica, sendo permissivo e não-diretivo para propiciar que seu cliente possa expressar e libertar-se de seus problemas (Aguiar, 2005). Completando tais idéias, Axline (1972) sinaliza que no espaço terapêutico a criança se sente segura e permitida, sendo o foco principal que não necessita competir com mais nada nem ninguém, pois naquela sala não receberá ordens ou será recriminada por algum comportamento. A criança poderá expressar-se do modo como quiser, seja com ódio ou com amor, pois as polaridades sinalizam certa experimentação que o cliente necessita para poder conhecer a si próprio. A atmosfera de respeito, aceitação e permissividade são fornecidas pelo terapeuta (2º e 3º Princípio) e com a relação terapêutica fortalecida o pequeno cliente perceberá que pode abstrair-se do antigo padrão que mantinha com o mundo, construindo outras formas de satisfazer suas necessidades, mais adaptadas e verdadeiras, de encontro com a totalidade do seu ser e tendo crescido sua auto-confiança.

Prosseguindo, lembrando Aguiar (2005, p.53), no espaço terapêutico há muitas maneiras de entrar no mundo do cliente e verificar quais são suas experiências, transcendendo o “sintoma” inicial, seja através de gestos, movimentos, produções artísticas, silêncios, jogos ou brincadeiras. Para que isso ocorra é fundamental que a sala possua uma estrutura para atender a tal demanda. Conforme Axline (1972, p. 52) aconselha, deve haver pia, argila, massas de modelar, material para produções gráficas (folha, canetinha, cola, tesoura, revistas), famílias de bonecas, casinha mobiliada, soldadinhos ou outros bonecos super-heróis, animais de brinquedos, panelas e outros utensílios de cozinha, fantoches, variados tipos de jogos entre outros. Assim, retomando o 6º Princípio postulado por Virgínia Axline (1972), são as crianças que indicam o caminho a ser seguido, é ela quem irá escolher o que deseja fazer nas sessões. A abertura é aproveitada pelo psicoterapeuta que entra suavemente no mundo de seu cliente, de modo a ajudá-lo a esmiuçar e expandir o tema trazido por ele, sem fazer interpretações prontas com seu julgamento de valores. Não é necessário compreender o porquê de tal brincadeira, pois gradativamente a criança vai apropriando-se do conteúdo que traz nas sessões.

Aliada as características de empatia, aceitação incondicional e congruência, há alguns métodos utilizados pelo terapeuta que podem facilitar o processo de crescimento do cliente e que se relaciona com o 4º Princípio (1972). Utiliza-se o termo Reflexo para representar as intervenções do terapeuta que visam parafrasear, acentuar a comunicação, resumir ou refletir, como um espelho, o que o cliente acaba de dizer, tentando ampliar e tornar figura o que o próprio não consegue assumir em sua consciência. De acordo com Rogers (1977), há 3 modalidades do Reflexo. A Reiteração consiste em repetir ou resumir algum elemento trazido no discurso da pessoa, a fim de transmitir-lhe a sensação de estar sendo acompanhada em seu processo, além de facilitar a continuação de sua verbalização. Por exemplo:

Cliente- Tá ficando chata essa brincadeira, né?

Terapeuta- Tu acha que a brincadeira vai ficando chata?

Cliente- Sim, só com nós duas fica chata.

O Reflexo do Sentimento é mais dinâmico, onde o objetivo é verificar a intenção, atitude ou sentimento existente nas palavras do cliente, e através da transmissão de tais percepções, facilitar que aja uma ampliação no modo como o cliente se percebe. Por exemplo, numa sessão o terapeuta começa a observar que seu cliente troca inúmeras vezes de brincadeira, parecendo não se satisfazer com nada. Então que tal percepção é refletida a ele:

Terapeuta: Você está agitado hoje, parece que aconteceu alguma coisa, estou certa?

Cliente: Sim, estou um pouco brabo hoje.

Por fim, a Elucidação é a captação de elementos não apresentados de forma clara, mas que estão interferindo diretamente na vida do cliente, sendo facilmente deduzidas pelo terapeuta. O cuidado nessa forma de intervenção é para não atuar como um caráter interpretativo, principalmente por ser algo ameaçador a estrutura do cliente. Retomando o primeiro exemplo, na continuidade seria assim:

Terapeuta- Tu gostaria que tivesse outras pessoas para brincar?

Cliente- Sim. Mas eu não tenho com quem brincar.

Algumas vezes a resposta do cliente não é positiva. Quando a criança desvia o assunto ou a brincadeira, devemos perceber que ela não está pronta para ir adiante, aceitando e reconhecendo os sentimentos manifestados por ela (Rogers, 1987).

Por fim, conforme o 7º Principio (Axline, 1972), indica, a duração da terapia não depende exclusivamente do desempenho do terapeuta. Ele poderá ter integrado em sua personalidade os princípios dessa vertente da Psicologia explicitados, mas somente o organismo de cada indivíduo saberá o momento certo em que poderá responsabilizar-se pela escolha que fizer.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Finalizo este artigo refletindo alguns pontos importantes. A partir do momento que alguém se propõe a iniciar uma terapia é propiciada uma atmosfera para que se desenvolva, dentro do *setting* terapêutico, algumas possibilidades onde o “ajustamento criativo” (sintoma) apresentado pelos clientes é apenas uma maneira encontrada de estar no mundo. Assim acaba por “aparecer” um ser mais inteiro, com infinitas potencialidades e recursos para enfrentar de forma mais sadia a vida. Reconhecendo tal idéia, percebo o quanto limitador pode ser o meio que circunda as pessoas, pois sem o espaço psicoterapêutico muitas acabam por viver de forma dolorosa, sem o equilíbrio entre o ser interno e o externo, são fadadas a viver sob condições que limitam sua existência. Quando se pensa na infância tal idéia parece ainda mais cruel, visto que muitas crescem recebendo estigmas, outras são abandonadas, violentadas entre outras tantas influências negativas.

De tal modo, me engrandece compreender os princípios para ser um “terapeuta catalisador”. Denomino assim, pois é a partir da visão de homem e de mundo fortificadas pelo Humanismo-Existencial que essa figura irá transcender as descrições que bloqueiam a evolução do ser e confiando na imensa potencialidade dos mesmos, ajudarão seus clientes a auto-realizarem continuamente.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aguiar, Luciana. (2005). Gestalt-terapia com crianças: teoria e prática. Campinas: Livro Pleno.

Axline, Virgínia M. (1972). Ludoterapia. Belo Horizonte: Interlivros.

Greening, Thomas C. (1975). Psicologia existencial-humanista. Rio de Janeiro: Zahar.

Ribeiro, Jorge Ponciano (2006). Vade-mécum de Gestalt Terapia: Conceitos básicos. São Paulo: Summus.

Rogers, Carl.R. (1986) Sobre o Poder Pessoal. São Paulo: Martins Fontes.

Rogers, Carl R.(1987). Psicoterapia e consulta psicológica. São Paulo: Martins Fontes.

Rogers, Carl R.(1977). Psicoterapia e relações humanas: teoria e prática da terapia não-Diretiva (v.2). Belo Horizonte: Interlivros.

Rogers, Carl R. & Rosenberg Rachel, (1977b). A pessoa como centro. São Paulo: EPU.