

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS**  
**Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas (FAFICH - UFMG)**  
**Pós-graduação em Psicologia Clínica Gestalt-Terapia e Análise Existencial**

Luísa Jobim Santi

**A RELAÇÃO PSICOTERAPÊUTICA NA CONTEMPORANEIDADE:**  
**Olhares Gestálticos**

Belo Horizonte  
2022

Luísa Jobim Santi

**A RELAÇÃO PSICOTERAPÊUTICA NA CONTEMPORANEIDADE:  
Olhares Gestálticos**

Monografia apresentada ao Programa de Pós-graduação em Psicologia Clínica Gestalt-terapia e Análise Existencial da Universidade Federal de Minas Gerais como requisito parcial para obtenção do título de especialista.

Orientadora: Profa. Dra. Claudia Lins Cardoso.

Belo Horizonte

2022

150	Santi, Luísa Jobim.
S235r	A relação psicoterapêutica na contemporaneidade: [recurso eletrônico] : olhares gestálticos / Luísa Jobim Santi. - 2022.
2022	1 recurso online (38 f. ): pdf. Orientadora: Cláudia Lins Cardoso.
	Monografia apresentada ao curso de Especialização em Psicologia Clínica Gestalt-terapia e Análise Existencial - Universidade Federal de Minas Gerais, Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas. Inclui bibliografia.
	1.Psicoterapia. 2.Gestalt-terapia. I. Lins Cardoso, Cláudia. II.Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas. III.Título.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS  
FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
COLEGIADO DO CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA: GESTALT-TERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL

Folha de Aprovação

A RELAÇÃO PSICOTERAPÊUTICA NA CONTEMPORANEIDADE: OLHARES GESTÁLTICOS

**LUÍSA JOBIM SANTI**

monografia defendida e aprovada, no dia **oito de dezembro de 2022**, pela Banca Examinadora designada pelo Colegiado do CURSO DE PÓS - GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA: GESTALT-TERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL da Universidade Federal de Minas Gerais constituída pelos seguintes professores:

Claudia Lins Cardoso - Orientadora

FAFICH/UFMG

Jorge Ponciano Ribeiro

UNB

Belo Horizonte, 29 de março de 2023.

Profª. Drª. Claudia Lins Cardoso

Coordenadora do Curso



Documento assinado eletronicamente por **Valteir Goncalves Ribeiro, Chefe de seção**, em 29/03/2023, às 10:35, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 5º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Claudia Lins Cardoso, Professora do Magistério Superior**, em 29/03/2023, às 12:54, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 5º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site [https://sei.ufmg.br/sei/controlador\\_externo.php?acao=documento\\_conferir&id\\_orgao\\_acesso\\_externo=0](https://sei.ufmg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **2186306** e o código CRC **48231D8F**.

Ao encontro inesperado,  
A mudança no esperado,  
Ao surpreender-se no encontro  
Ao desarranjar-se neste ponto.

Àquela que já fui,  
Àquela que serei,  
À que sou agora,  
Mas que desencontrarei.

Àqueles que já confiei,  
Àqueles com quem já me machuquei,  
Àqueles com quem me amarrei,  
Àqueles que amei.

Àqueles que se fizeram presentes,  
Nesse processo de me constituir  
E que me permitiram aqui existir  
Que me fizeram refletir  
Para um dia sorrir  
E assim definir  
Que meu ponto é aqui.

*Luísa Jobim Santi*

## **RESUMO**

A Gestalt-terapia se configura enquanto abordagem humanista-existencial-fenomenológica, sendo constituída em um campo dinâmico e processual. Nesse sentido, em atendimentos psicoterapêuticos, é estabelecida uma perspectiva holística, de interação organismo-ambiente, em que ambos são co-construídos. Desse modo, para que o psicólogo atenda a pessoa em sua integralidade, faz-se necessário contemplar a disposição da sociedade contemporânea e suas interfaces com a relação terapêutica. O cenário contemporâneo é marcado por uma ausência de referências estáveis, perda do senso de pertinência e sentido gregário, além de um desenraizamento e liquefação das relações afetivas. Há, portanto, uma fragilidade de vínculos, a qual propicia uma anulação de si e do outro, promovendo ausência de trocas reais e íntimas. Esse contexto configura, portanto, novos desafios à clínica gestáltica, fazendo emergir a necessidade do psicoterapeuta se colocar enquanto facilitador de processos de encontro e apreensão de sentido e possibilidades existenciais. Nesse sentido, o presente trabalho tem por finalidade tecer reflexões acerca da atuação da Gestalt-terapia frente a emergência de novos desafios relacionais na contemporaneidade.

**Palavras-chave:** Contemporaneidade; Relação psicoterapêutica; Gestalt-terapia.

## **ABSTRACT**

Gestalt therapy is a humanistic, existential-phenomenological approach, conducted in a dynamic and procedural field. In Gestalt treatments, a holistic perspective is established, one that considers that organism-environment interaction are co-constructed. Therefore, in order for the psychologist to attend a person subject in one's wholeness, it is necessary to contemplate the disposition settings of contemporary society and its interfaces with the therapeutic relationship. The contemporary scenario is conceived by an absence of stable references, loss of belongingness and gregariousness sense; in addition to the uprooting and liquefaction of affective relationships. There is, therefore, a fragility in bonds, which provides an annulment of oneself and the other, promoting an absence of real and intimate interaction. This context configures, therefore, new challenges to contemporary Gestalt therapy, bringing out the need for psychotherapists to position themselves as facilitators of encounter meaning existential possibilities. In this sense, this study aims to go through Gestalt-therapy practices towards the emergence of new relational challenges in contemporaneity.

**Key-words:** Contemporary Society; Psychotherapeutic relationship; Gestalt therapy.

Parada  
É como me sinto agora  
Não consigo sair e nem ir  
Não consigo ter e nem temer  
Há uma anestesia  
Um sentir preso em si  
Sem capacidade de agir  
Nem de fugir  
Corro para ti  
E me sinto aprisionada por mim  
Não me permito sentir  
Não consigo sumir  
Não há aqui  
Um encontrar-se ali  
Há um sumiço  
De presenças desencontradas  
De amores desenraizados  
De medo de me doar  
Receio de não me recepcionar  
E eu ficar à mercê  
Do desencontro temer  
E nisso me impeço de abrir Abrir a mim, abrir assim  
Nesse nós entrelaçado por desarranjos e disrupturas  
Que me engasgam e me amarram  
Para um dia descobrir  
Que você sempre esteve ali  
E que era eu que me procurava  
E que nesse olhar para o que você queria  
Eu perdia o fato de que você jamais me encontraria  
Sem que eu me apresentasse a mim.

*Luísa Jobim Santi*

## SUMÁRIO

<b>1. SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA.....</b>	<b>10</b>
1.1 Relações contemporâneas.....	13
<b>2. CONTRIBUIÇÕES GESTÁLTICAS.....</b>	<b>17</b>
2.1 Fundamentos Filosóficos da Gestalt-Terapia.....	17
2.2 Teorias de Base da Gestalt-terapia.....	21
<b>3. O CAMINHAR HISTÓRICO DA GESTALT-TERAPIA.....</b>	<b>28</b>
<b>4. A RELAÇÃO PSICOTERAPÊUTICA NA CONTEMPORANEIDADE.....</b>	<b>30</b>
<b>5. REENCONTROS A PARTIR DO ENCONTRO.....</b>	<b>35</b>
<b>Referências.....</b>	<b>39</b>

## SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA

O termo contemporaneidade se refere à ‘qualidade ou condição de existir ao mesmo tempo; é o que acontece na época presente’ (Oxford Languages). No atual cenário contemporâneo, compreendido a partir dos anos 2000 como “Modernidade líquida” (Bauman, 2001), e atualmente trazida por Byung-Chul Han (2015) como “sociedade do cansaço”, é percebida uma aceleração dos tempos. Há uma configuração temporal calcada em projeções futuras, em mérito por quantidade, em uma liquefação das relações afetivas e esvaziamento da sensação de enraizamento.

Produzir para ser  
 Ser para pertencer  
 Pertencer para olhar  
 Olhar para desejar  
 Desejar para conquistar  
 Conquistar para ganhar  
 E ganhar para conquistar

*Luísa Jobim Santi*

O paradigma atual é marcado pela lógica do consumo, da idealização, do reforçamento rápido, do valor pelo ter, pelo pertencimento a partir do que se vê. O estilo de vida almejado é marcado por correria, por “ não dá tempo de fazer nada”, “sinto que não fiz nada no meu dia, mas estou exausta”. Há uma naturalização da sobrecarga, da massificação das informações, do consumo, das relações; há uma involução da densidade e da assimilação desses processos, há uma solidão vincular; em que se conhece, mas não se conecta. Dentre as dimensões estruturantes do período atual, Bauman (2001) aponta para a crença sistêmica da relação entre trabalho e consumo, em que a identidade pessoal passa a ser constituída a partir da responsabilização por fracassar ou ter sucesso na vida profissional. Perde-se a relação de trabalho com envolvimento e enxerga-se um fim único, o consumir. Os bens monetários passam a sustentar a promessa de uma vida satisfatória e feliz. Entretanto, há bens que o dinheiro não é capaz de comprar, como a intimidade e a autenticidade das relações (BAUMAN, 2001; HAN, 2015; SILVA, 2015).

Nessa conjuntura, as pessoas veem-se instigadas a terem sucesso profissional, acadêmico, econômico e social. São admiradas e idolatrados por conquistas, alcances e “pareceres”. Há uma liberdade aparente, um aparentar ser bonito nas redes sociais, aparentar ser amado e bem-sucedido; há uma confusão entre o que se tem, o que se sente e o que se é. Percebe-se um aprisionamento no desejo de corresponder ao socialmente

desejado, cujo pano de fundo é a necessidade de aceitação, mas uma necessidade ausente de *awareness*, de consciência das necessidades reais. Isto é, ao estimular o ‘ter’ e o ‘aparentar’ em lugar do ‘ser’, a sociedade contemporânea carece de suporte e cuidado, necessários para a constituição do ser enquanto pessoa. Frazão (2017) reflete que, ao cristalizar-me em preocupações acerca do que o outro espera de mim, constitui-se uma relação de pareceres, em que eu não me desvelo e solidifico o meu processo de espontaneidade, prejudicando a autenticidade em estar com o outro. São constituídas, assim, relações desprovidas de contato real.

Bauman (2004) analisa que, por serem ambivalentes e envolverem dimensões de incerteza e insatisfação, as relações sociais íntimas têm se tornando cada vez mais efêmeras, e o prazer pessoal passa a se relacionar, quase que exclusivamente, com o que foi conquistado com êxito, como algo a ser exibido. Nessa lógica, as pessoas têm se desconectado cada vez mais de si, de suas necessidades, de seus sentimentos, e se voltado para a “avidez das novidades”: para as diversas atividades a serem realizadas, consumos imediatos e diversidade de padrões a serem seguidos. Vive-se, portanto, em uma sociedade de escassez amorosa, marcada por desenraizamentos, individualismo e massificação das relações. (CARDELLA, 2020).

Coerente a essas características relacionais, o autor caracteriza o tempo moderno como ‘sociedade líquida’ (Bauman, 2001), em uma referência à qualidade de gases e líquidos, a qual traz em sua significação a propensão e prontidão para mudanças. Nesse sentido, a sociedade disciplinar, trazida por Foucault, e marcada pela disciplina, pelo autoritarismo, instituições de adestramento e controle, não se refere ao contexto atual. Mais do que isso, o contexto contemporâneo se sedimenta a partir da fragmentação radical da ordem e rigidez dos padrões anteriores; é resultado do ‘derretimento dos sólidos’, das instituições previamente estabelecidas. Houve uma perda de referências regulamentadoras, tendo sido instituído, em seu lugar, o imperativo da liberdade. Entretanto, constitui-se uma doutrina de liberdade aparente, a qual reforça o postulado de que nada é duradouro, de modo que, no âmbito relacional, envolvimento que transcendam esta configuração são tidas como relações obsoletas. O relacionar-se com o outro, portanto, passa a envolver discursos ambivalentes entre o desapego autossuficiente e a dependência extrema. Há uma dicotomia entre a busca por profundidade e intimidade, e a fuga por receio de não preencher todos os vazios existenciais no encontro com o outro; trazendo à tona o estabelecimento de vínculos mais frágeis e líquidos (BAUMAN, 2001, 2004; HAN, 2015; SANTOS, 2019).

Nota-se uma desvinculação entre quantidade e qualidade: há um anseio por experimentar uma diversidade de formas e conceitos relacionais; ao mesmo passo em que há uma instabilidade e superficialidade no encontro com o outro. Estabelecer relações envolve entrar em contato: com o diferente e consigo, com a experiência vivida. Entretanto, o espaço para a alteridade se vê ameaçado pelo apelo a padrões estéticos e relacionais que carecem de profundidade e anulam o ser em função do parecer, impossibilitando um olhar genuíno para o ente real, o qual se constitui enquanto figura dotada de potencialidades e vulnerabilidades, as quais se entrelaçam e se constituem de forma integrada. Vive-se, portanto, em uma sociedade de escassez amorosa, marcada por desenraizamentos e massificação das relações, em que uma das principais queixas torna-se a sensação de solidão e isolamento (CARDELLA, 2020; FRAZÃO, 2017).

A Gestalt-terapia compreende a solidão enquanto condição constituinte e inerente a todos os seres humanos, presente durante os mais diversos períodos e sistemas culturais. Entretanto, há uma distinção entre a solidão existencial e emocional. A primeira, solidão existencial, trazida por Heidegger, se constitui pela compreensão de individuação, da finitude existencial, e é fonte produtiva de significados e configurações subjetivas. Já a solidão emocional, vigente na sociedade contemporânea, é involuntária, e se refere à dificuldade de estabelecimento de vínculos com outros grupos e pessoas. Em meio à evolução tecnológica e sociocultural, houve uma involução relacional. Houve uma perda do sentido de pertinência e sentido gregário. Nas massas humanas, há um conglomerado de pessoas próximas fisicamente umas das outras, mas um incessante afastamento existencial e um tornar-se estranho para si mesmo, como apresentado a seguir (ANDRADE, 2006):

“(...) a solidão imposta pelo trabalho atomizado, a solidão da criança cujos pais não são afetivos, a solidão do velho rejeitado com suas memórias e muitas vezes abandonado, a solidão das crianças órfãs, a solidão proveniente da loucura, a solidão dos enfermos hospitalizados, a solidão do cidadão que deixou a família para trabalhar na cidade grande, a solidão do estigma (...)” (ANDRADE, 2006, p. 85).

Todas essas situações assinalam uma perda de sentido, de contato com o campo, com o outro. Vive-se uma ‘nostalgia do humano’, de perda do que constitui a existência, a relação entre pessoas. Desenvolve-se um presenteísmo, um estar fisicamente ali, mas não presente para o contato. Ao mesmo passo em que há essa ruptura de vínculos; há um clamor, uma esperança no poder das relações, dos diálogos. Nesse sentido, quais os desafios contemporâneos no encontro com o outro? Qual o papel da clínica gestáltica frente a esse desenraizamento relacional?

### 1.1 Relações contemporâneas

A abordagem gestáltica compreende o ser humano como um ser biopsicossocial e espiritual, dotado de configurações subjetivas singulares. A constituição da identidade humana se dá a partir de uma teia de relações, em que o encontro com a alteridade permite a co- construção de um campo relacional singular. Dessa forma, os seres humanos se desenvolvem e constituem sua identidade em contínua interação com o meio. É através do contato que se estruturam enquanto indivíduos, enquanto existência no mundo e parte dele (CARDELLA, 2020; RIBEIRO, 2019, 2022).

Contato é fruto da diferença e do reconhecimento da alteridade eu-mundo, enquanto partes complementares. Ele envolve dinâmicas de separação e união e se constitui no encontro autêntico com o outro, quando há um deslocamento do olhar egóico para a perspectiva externa. O contato se dá na fronteira, isto é, no espaço de encontro entre energias distintas, encontro das diferenças. Quanto mais próxima à fronteira, mais intimidade há na relação, e mais se concentram aí energias de proteção, de mudança e de transformação. Nesse sentido, a intencionalidade do encontro altera a qualidade de contato e de nutrição entre as partes. Têm- se, portanto, para a Gestalt-terapia, que os seres humanos são constituídos e vivem em relações, sendo impossível uma existência se dar no vácuo, no isolamento existencial. Nota-se que isolamento é diferente do verbo isolar. Isolar é um ato, muitas vezes necessário para entrar em contato consigo, em processo de assimilação, de presença no campo. Já o isolamento completo é inconcebível, visto que os seres se encontram em um campo-ambiente-espaço físico e temporal, fazendo parte da constituição integral de pertencimento ao mundo (CARDELLA, 2020; RIBEIRO, 2019; 2022).

Em uma era tecnológica, marcada pela aceleração temporal e trocas de valores paradigmáticos, são observadas diversas mudanças nas configurações relacionais, dentre as quais, a desumanização. Estabelecer vínculos envolve entrar em contato: com o diferente, consigo, autêntico com a experiência vivida. Entretanto, o espaço para a alteridade se vê ameaçado pelo apelo à uniformização de padrões estéticos e relacionais superficiais. Esse modelo reverbera em uma ausência de identidade pessoal, em que as singularidades tendem a se anular para dar conta de padrões externos. Nesse sentido, a sociedade contemporânea se torna uma sociedade de desempenhos, constituída por “empresários de si mesmos”. Emerge uma violência saturante, de massacre e imposição de identidade, em vista a aderir a um protótipo sociocultural, que se configura como forma de opressão e impede o contato genuíno com o outro (CARDELLA, 2020; FRAZÃO, 2017).

Na tentativa de se identificar com o padrão imposto, perde-se o ‘eu-sou’ e ganha-se o ‘eu-tenho-que-ser’. Configura-se uma barreira entre o que se é e o que deve ser apresentado. Nesse sistema, perde-se o encanamento consigo e com o outro, inclusive perda da possibilidade de contemplação das vulnerabilidades e potencialidades singulares de cada pessoa. A alteridade passa a ser atravessada por uma padronização mascarada, na qual se escapa o senso de intimidade e impossibilita o encontro genuíno como experiência. Não se curte, não se encanta, não se toca. O encontro emocional envolve espontaneidade e permissão: licença para fluir; se permitir ser e ter trocas na dimensão ‘*Eu-tu*’ (BUBER, 2001; FRAZÃO, 2017).

‘Eu-tu’ se refere a uma atitude relacional, trazida por Buber (2001), filósofo do diálogo, como abertura para o encontro, para a relação. O encontro ‘*Eu-tu*’ é marcado por uma dimensão transcendente, de atravessamento de si pelo outro. Intensidade, expansão, simbiose e transbordar, são termos presentes nesse encontro. Há uma disposição não mensurável, irreduzível a espaço e tempo, que envolve deixar-se impactar. O encontro ‘*Eu-tu*’ representa, portanto, a constituição de um ‘nós existencial’, da dimensão do *entre*, de predisposição e preparo para o vínculo real. Envolve o encontro e a aceitação de duas pessoas que se reconhecem enquanto alteridades e se permitem desvelar-se e deixarem-se impactar pelo encontro com o outro. Fala-se, assim, de um contato transcendental, que abre portas para o desconhecido e para o transformar-se a partir encontro. As relações ‘*Eu-tu*’ fundamentam a existência humana, promovem a constituição de sentido e desenvolvimento vital, sendo estruturantes do sentido existencial e da sedimentação da identidade humana (BUBER, 2001). Em termos de contato, Ribeiro (2009) afirma que o contato pleno e transformador ocorre quando as alteridades se transformam em unicidade de sentido. A experimentação se refere a quantidades, enquanto a vivência da relação diz respeito a integração, a transcendência de sentido, a processos de *awareness* que envolvam a tomada de consciência em níveis cognitivo, sensório-afetivo e motor, os quais facilitam a espontaneidade e o contato autêntico consigo e com o outro no momento presente. Nessa perspectiva, o encontro entre pessoas a partir da atitude ‘*Eu-tu*’ se configura como potencialidade de transformação e transcendência. Contudo, é impossível habitar permanentemente o campo de encontro. É necessário haver também um distanciamento, uma objetificação da experiência vivida para se dar conta da satisfação, do afastamento e contato final. Nesse sentido, a existência humana é estruturada a partir da alternância entre as dimensões

'*Eu-tu*' e '*Eu-isso*' (BUBER, 2001; MESQUITA, 2011; RIBEIRO, 2022).

A atitude '*Eu-isso*' diz respeito ao âmbito da objetividade. Ela ordena e estrutura o caos, traz a concretude e o distanciamento reflexivo das situações, gerando sustentação para o âmbito de organização, planejamento, direcionamento, desenvolvimento científico, entre outros. Enquanto a relação '*Eu-tu*' desestrutura as dimensões tempo-espaciais, promovendo atravessamentos transformadores; a dimensão '*Eu-isso*' localiza o sujeito no mundo de significações. Ambas não representam dualismo, mas se constituem enquanto campos da experiência humana, e encontram-se em constante oscilação, a partir da perspectiva de encontro. Contudo, na sociedade contemporânea, atravessada por relações utilitaristas e coisificadas, carentes de encontro humano, há um predomínio de distanciamento entre as pessoas e uma escassez de relações na dimensão '*Eu-tu*'. Resulta-se, portanto, em uma cristalização da atitude '*Eu-isso*' (BUBER, 2001). O nível relacional torna-se acobertado por uma intensa exaltação do individual, havendo uma perda do encontro inter-humano, que “ é o elemento essencial da existência humana” (Friedman, 1995, p. 11).

A respeito desse fenômeno, evidencia-se que as trocas contemporâneas são caracterizadas pela superficialidade e efemeridade de encontros. Cardella (2020) avalia que falta o silêncio necessário para escutar o outro. Isto é, em meio ao tumulto gerado pela massificação de informações, não há o estabelecimento de diálogo, nem a possibilidade de desnudar-se de si para o estabelecimento de trocas genuínas. A experiência da intimidade envolve enxergar o outro de forma fenomenológica, sem julgamentos a priori; mas entrar em contato com a experiência em si. A intimidade é constituída por confiança e encontro, os quais são fruto de uma construção basilar, enraizada. O íntimo simboliza resistência a uma superficialidade individualista, promovida pelo paradigma imediatista e utilitário da contemporaneidade. Desse modo, demanda tempo e o amadurecimento de uma relação; envolve ciclos e passagem. Mais do que isso, exige um esvaziamento, um estado de abertura para o encontro com o outro; lançar-se com profundidade na experiência (CARDELLA, 2020).

Cardella (2020) salienta que um dos caminhos necessários para a construção da intimidade é a constituição de alicerces que permitam lidar com a frustração. A partir da convivência e do amadurecimento de uma relação, toma-se consciência das expectativas irrealizáveis e permite-se encontrar o outro de forma integral. Entretanto, na sociedade contemporânea, estimula-se que amar está amparado por uma igualdade, por um encontro

de similaridades; o que resulta em alicerces frágeis e anulação de si. Ao se anular, experimenta-se a sensação de vazio, agonia e solidão, tão frequentes atualmente; e torna-se inviável que as pessoas se encontrem em sua constituição integral, se apresentando de forma legítima e autêntica.

Nesse sentido, as relações superficiais, marcas da contemporaneidade, proporcionam alta abertura, mas baixo enraizamento; com pouco fundamento e aprofundamento, tendem a perdurar durante o período de entusiasmo e prazer. Esses vínculos não resistem a frustrações e ao abandono da individualidade, fator essencial para o encontro genuíno com o outro. Assim, tendem a entrar em colapso em momentos de conflitos e tensões por serem desprovidos de raízes significativas, tão necessárias para a constituição da intimidade e em momentos de conflitos. Em contrapartida, relações com excesso de enraizamento e carentes de abertura transformam-se em cárceres, ‘pseudosegurança afetiva’. Estão presentes a devoção e o apego de forma intensa; mas, por medo de isolamento, as pessoas prendem-se umas das outras, havendo uma anulação de si em prol da relação e de determinações do parceiro. Nesse sentido, carecem de *awareness* e consciência real das necessidades individuais de cada sujeito envolvido na relação. Marcadas por confluência, os envolvidos tendem a se manter em relações fracassadas por apego e medo; não respeitando o momento de retirada (CARDELLA, 2020; SWITALSCI, ASSUNÇÃO, 2016).

As relações contemporâneas são perpassadas por diferentes bloqueios no encontro, em que há uma busca por amparar-se no outro, sem que os envolvidos se apresentem como inteiros, se disponham a expor vulnerabilidades. Mais do que isso, as pessoas apresentam dificuldade em diferenciar o que é interno e externo, de reconhecimento pessoal de suas vontades, desejos, sonhos e necessidades. Como encontrar ao outro, se o outro não se reconhece, não se encontra? Esses questionamentos atravessam as relações contemporâneas em diversas configurações, sejam entre casais, pais e filhos, amigos, parentes, entre outros. Há uma ausência de vínculos autênticos e genuínos, que corroboram com a sensação de solidão e de desamparo tão frequentes na contemporaneidade. Nessa perspectiva, a Gestalt-terapia, enquanto abordagem dialógica, propõe justamente que o encontro terapêutico se constitua através da relação íntima, do contato com o outro que ali se desvela e se apresenta; em um tecer relacional autêntico, que propicie ao cliente um encontro consigo e com suas necessidades por meio da receptividade e abertura para a alteridade (CARDELLA, 2020).

## 2. CONTRIBUIÇÕES GESTÁLTICAS

### 2.1. Fundamentos Filosóficos da Gestalt-Terapia

As abordagens psicoterapêuticas são estruturadas a partir de fundamentos filosóficos, os quais norteiam e subsidiam a compreensão de ser humano e de ser-no-mundo. É a partir dessas construções que se constituem as teorias da personalidade, do desenvolvimento e psicopatológicas, as quais norteiam as práticas e técnicas terapêuticas no campo clínico. Nesse sentido, existem numerosas teorias e abordagens psicológicas que compreendem o ser humano e os fenômenos psicológicos de maneira singular, sendo essencial analisar a fundamentação de cada abordagem para compreender e embasar uma atuação psicoterapêutica (GIOVANETTI, 2017).

A Gestalt-terapia, fundada em 1951, a partir publicação do livro *Gestalt-Therapy: excitement and growth in the human personality*, por Fritz Perls, Paul Goodman e Ralph Hefferline, propõe uma mudança paradigmática, que permeia uma ruptura com a psicanálise por parte de Perls e resgata a dimensão ‘original da vida’. Isto é, compreende o ser humano enquanto ser holístico e integral, dotado de dimensões motora, cognitiva e sensório-afetiva, em constante interação e integração (Perls, Hefferline & Goodman, 1997). A Gestalt-terapia se propõe a ser uma psicoterapia do “homem-no-mundo” (ROBINE, 2006). Isto é, não é possível analisar a pessoa em isolamento, de forma descontextualizada e parcial, mas é fundamental tecer uma compreensão sistêmica, que considere o contexto macro e micro das conjunturas processuais humanas (HELOU, 2015).

A visão de ser humano e a prática psicoterapêutica da Gestalt-terapia são constituídas por uma fundamentação filosófica fenomenológico-existencial e humanista. O Humanismo foi um movimento sociocultural, desenvolvido pós segunda guerra mundial, concomitante ao movimento hippie, e que se voltou para o reconhecimento do homem enquanto ser dotado de potencialidades e possibilidades. A Psicologia Humanista apresentou-se, na sociedade americana da época, como a “Terceira força da Psicologia”, sendo marcada por fazer frente às concepções de homem da época. No período, o Behaviorismo Radical era muito criticado por tratar o homem enquanto ser inanimado, puramente reativo a estímulos; enquanto a visão psicanalítica trazia uma visão de homem determinista e dogmática, a qual analisava apenas pessoas consideradas ‘perturbadas’, sem levar em conta as potencialidades e a dimensão saudável do ser humano (CASTAÑON, 2007; RIBEIRO, 2012).

Em oposição a essas concepções vigentes, o Humanismo Filosófico se configurou

enquanto a busca do ser humano de se autocompreender e analisar sua concepção de ser no mundo enquanto ser de potencialidades. Adotou-se a compreensão de homem enquanto ser único e indivisível, constituído a partir de sua capacidade de autogestão, se autorregular e responsabilizar. Voltou-se para a visão do ser enquanto dotado de criatividade, de possibilidades e liberdade. Nesse sentido, a proposta psicoterapêutica humanista é norteadas por uma valorização da pessoa humana, aceitação e acolhimento de suas fragilidades, vulnerabilidades, e valorização de seu potencial de vida. Tem-se uma proposta terapêutica de condução do ser à autonomia e reconhecimento de si como um todo inteiro (CASTAÑON, 2007; RIBEIRO, 2012).

Ao encontro da visão humanista de ser humano, o Existencialismo consiste em uma doutrina filosófica que redireciona os questionamentos sobre o homem. No lugar de se questionar *o que é o homem*, tem-se a pergunta “*quem é o homem?*”. Para o Existencialismo, o homem não é um ser universal, mas um ser particular e singular em sua forma de ser e agir. O humano é dotado de vontades, intencionalidades e configurações subjetivas, sendo um ser consciente e responsável por suas escolhas. A consciência é concebida enquanto processo, sendo viva, livre, orientada para o que se dá no meio (RIBEIRO, 2012).

O processo terapêutico existencial revela, portanto, a intencionalidade de desvelar-se, tendo o terapeuta a tarefa de auxiliar a pessoa a se reconhecer na relação com o mundo e consigo. Envolve assimilar suas vivências e configurações subjetivas de mundo, tomar consciência si não como um sistema cristalizado e estático, mas como um *ex-sistere*, isto é, há a possibilidade de sair de si para projetar a si mesmo, arremessar-se a potência de um ‘ser se fazendo’. O homem é um ser em contínua constituição e mudança, sendo o projeto de vida algo paradoxal: ao mesmo passo em que existe, não existe. É uma potencialidade, que ainda não foi integrada e concebida. O ser humano é singular justamente por essa possibilidade, é o único que se concebe e se projeta, na relação entre passado-presente-futuro, com o outro e consigo. É, portanto, um ser singular e em constante mutação e continuidade (RIBEIRO, 2012).

Nesse ínterim, o psicoterapeuta se configura enquanto consultor do projeto de vida, trazendo construções reflexivas, ampliação de panoramas de vida e co-construção de sentido. Entretanto, o cliente é sempre o guia dessa jornada, possuindo plena liberdade de alterar e conduzir seu projeto, enquanto ser responsável e autônomo. Um dos cerne da Gestalt-terapia é, inclusive, possibilitar o fechamento de projetos, *gestalten* inacabadas, de modo que novas figuras e situações sejam trazidas à tona. Há, portanto, a concepção de

homem como ser de plena liberdade, sendo dotado de escolhas e capacidade de decidir sobre sua própria vida (RIBEIRO, 2012).

A perspectiva fenomenológica contribui para essa conjuntura terapêutica ao trazer a necessidade do ‘retorno às coisas mesmas’. O termo “fenomenologia” se refere a um método de descrição filosófica proposto por Husserl no início do século XX e início do XIX, e diz respeito à postura de se voltar para o sentido e o significado do que é trazido, indo ao contrário da visão objetiva das ciências classificativas e deterministas. A Fenomenologia compreende, portanto, que é inconcebível separar o fenômeno do ser que concebe o fenômeno, isto é, o retorno às coisas mesmas envolve a compreensão do fenômeno integral, total, dentro do sistema de campo da relação. Assim, consciência e fenômeno são constituintes de um processo fenomenológico, sendo a redução fenomenológica a busca do significado total, da apreensão do fenômeno à consciência. Desvelar o fenômeno é alcançar a essência mesma das coisas, a qual se configura a partir do olhar e da construção subjetiva de sentido a partir do fenômeno ( CARDOSO, 2021; GIOVANETTI, 2021; RIBEIRO, 2012).

A partir dessa compreensão, as psicoterapias de base fenomenológica atuam de forma que o primordial não é a situação trazida ou apresentada na sessão, mas a configuração de sentido, a representação do fenômeno a partir da constituição subjetiva do cliente. O foco é, portanto, os significados das vivências, os quais são concebidos no encontro terapêutico a partir de um olhar confirmador e acolhedor da experiência do cliente. A sessão terapêutica se configura enquanto campo de encontro em que o cliente apresenta seu bem mais precioso, a sua intimidade: há o apresentar-se a si mesmo através do olhar do outro. Assim, atitude fenomenológica pressupõe o não interpretar e analisar, mas enxergar a realidade tal como se revela, não consistindo em uma mera descrição, mas uma interrogação do *que* e *como* se dá. Busca-se, portanto, um contato direto com o fenômeno, sendo este não o objeto concreto, mas o olhar do sujeito que elabora o sentido. O psicoterapeuta não trata uma doença em si, mas um homem que está doente (CARDOSO 2021; GIOVANETTI, 2021; RIBEIRO, 2012).

Ao trabalhar a constituição de sentido para o cliente, a perspectiva fenomenológica vai ao encontro da postura existencial de compreender o sujeito enquanto ser responsável e autônomo, capaz de decidir e constituir suas configurações de mundo por si, sempre inserido em um campo e um contexto relacional macro. Nessa tessitura, o projeto existencial, sustentado por Husserl, é concebido enquanto potencialidade, trazida também

pelo humanismo, e que ressalta a configuração criativa e autorreguladora de cada indivíduo. A partir dessas fundamentações, a Gestalt-terapia define o ser humano enquanto um ser biopsicossociocultural e espiritual, singular, autônomo e livre. O homem é entendido enquanto um ser total, dotado de partes que não se somam, mas se integram e encontram-se em constante inter-ação. A constituição da personalidade humana não é delimitada e nem cristalizada, mas o ser-no-mundo se constitui no tear das relações, de forma contínua e processual. Concebe-se, portanto, que os fenômenos não têm sentido em si mesmos, mas é no encontro entre as diferenças e no contato com o campo que as constituições são configuradas (LINS, 2021; GIOVANETTI, 2021; PERLS, GOODMAN, HEFFERLINE, 1997; RIBEIRO, 2012, 2016, 2022).

Nessa perspectiva, a Gestalt-terapia se propõe a ser uma psicoterapia do “homem-no-mundo”. Isto é, não é possível analisar a pessoa em isolamento, de forma descontextualizada e parcial, mas é fundamental tecer uma compreensão sistêmica, que considere o contexto macro e micro das conjunturas processuais. Assim, a forma como cada sociedade constitui e lida com as dimensões de tempo, espaço, contato e vínculo são cultural e historicamente produzidas; e essa conjuntura encontra-se em íntima ligação com a estrutura psíquica, relacional e com a forma de ser e estar no mundo. Uma das fundamentações precursoras do olhar contextual da Gestalt-terapia é a Teoria de Campo, de Kurt Lewin. A Teoria de Campo propõe que o homem é um ser no mundo, e faz parte do mesmo. Há, portanto, uma relação de pertencimento, extensão e, ao mesmo tempo, mútua transformação e construção. O termo ‘Gestalt’ se remete a totalidade organizada, indivisível e articulada. É, portanto, um fenômeno organizado em si mesmo, estrutural. Nesse sentido, compreende-se o humano enquanto um ser individualizado e inserido em um determinado campo, a uma totalidade e realidade espacial e existencial (RIBEIRO, 2012; ROBINE, 2006).

## 2.2. Teorias de Base da Gestalt-terapia

Uma das fundamentações precursoras do olhar contextual da Gestalt-terapia é a Teoria de Campo, de Kurt Lewin. Esta propõe que o homem é um ser no mundo, e faz parte do mesmo, do universo. Há, portanto, uma relação de pertencimento, extensão e, ao mesmo tempo, mútua transformação e construção. O termo ‘Gestalt’ se remete a totalidade organizada, indivisível e articulada. É, portanto, um fenômeno organizado em si mesmo, estrutural. Nesse sentido, compreende-se o ser humano enquanto um ser individualizado e inserido em um determinado campo, a uma totalidade e realidade espacial e existencial (RIBEIRO, 2012).

Kurt Lewin propõe que o comportamento humano é compreendido na relação e interação com o contexto. Nessa perspectiva, o campo é composto por duas propriedades: (i) a *diferenciação*, ou seja, delimitação do ser enquanto unicidade perante o contexto macro; (ii) a *relação parte-todo*, que diz respeito a inclusão e envolvimento da pessoa em um campo amplo. Afirma-se, portanto, que ao mesmo passo em que a pessoa se desagrega e desassocia para a constituição de sua identidade e sua fronteira de contato com o outro, ela faz parte de um uníssono, se constitui e é constituída pelo todo. Há, assim, uma inter-relação de totalidade entre a pessoa e o campo, que se encontram em contínua e dinâmica interação (RIBEIRO, 2012).

Nessa perspectiva, dá-se o nome de ‘espaço vital psicológico’ para a totalidade de fatores que influenciam o comportamento de uma pessoa em um determinado espaço físico e temporal. A percepção subjetiva do indivíduo é constituída a partir de desejos, necessidades, angústias, temores e atitudes frente ao contexto ambiental, o qual é marcado por eventos e fatos que se desdobram e promovem um campo dinâmico. Segundo Kurt Lewin, os sujeitos atuam em um campo de forças com cargas positivas e negativas. As primeiras representam gratificação, enquanto as cargas negativas dizem respeito a frustrações. Isto é, a carga positiva atrai a pessoa e a negativa gera repulsão e evitação, constituindo vetores em nível atitudinal e comportamental. Assim, para a Teoria de Campo, o comportamento humano é compreendido dentro de um espaço, e implica identificar os propósitos latentes e as influências contextuais do campo, as quais não são deterministas, mas se concebem na interação entre pessoa e meio (RIBEIRO, 2012).

Os campos relacionais são múltiplos e dinâmicos, estando suas ações e práticas em constante movimentação, em função das forças e energias em interação. Considera-se que o psicoterapeuta e o cliente são ‘campos’ distintos que se encontram e, na relação terapêutica, constituem outro ‘campo’, dotado de dimensões geográficas, psicofísicas,

comportamental, comunicativa, entre outras. Nessa dinâmica, é trazido um novo conteúdo, a energia e a força do campo são modificadas, gerando um novo significado para o encontro. Assim, embora o psicólogo continue ligado ao campo geográfico, que é a pessoa que ali se apresenta, há uma modificação processual. A clínica gestáltica propõe um trabalho de compreensão do cliente de forma total, considerando corpo e mente integrados. Nesse sentido, a ação terapêutica deve estar e considerar um campo singular constituído no encontro. (RIBEIRO, 2012).

A partir do revelado pelo cliente na sessão, apenas conteúdos e fatos pertencentes ao campo da relação terapêutica se fazem presentes nas sessões gestálticas. Isso significa que Gestalt-terapia não atua a partir de concepções do passado ou futuro, mas desenvolve-se uma clínica síncrona, calcada no aqui-agora, atuando sobre os dilemas e conteúdos apresentados a partir das tessituras e compreensões presentes no campo do presente. O termo ‘aqui-agora’ é um conceito gestáltico que diz respeito a um processo de presentificar, de se reconhecer *do* mundo, como parte integrante do espaço e tempo como unidade. Entende-se espaço (aqui) e tempo (agora) como duas realidades e dimensões que, quando isoladas, se tornam abstratas. Contudo, quando unidas, ‘estar aqui-agora’ se constitui como rompimento à alienação temporal do sujeito moderno, remete-se ao reconhecimento e incorporação da experiência atual enquanto campo de tomada de consciência. ‘Estar aqui-agora’, em termos gestálticos, se refere a se fazer presente na realidade como um todo, trazer percepções e apreensões do contexto a partir do ínterim que se dá no agora (MESQUITA, 2011; RIBEIRO, 2012; 2016).

Nesse contexto, uma dúvida frequente é: se a Gestalt-terapia trabalha com o aqui-agora, ela, portanto, deixa de lado as dimensões passado e futuro? Como resposta a essa indagação, pontua-se que ela se propõe a ser uma abordagem holística e de campo, considerando a dimensão totalizante do ser. Apreende-se que o campo e as configurações subjetivas presentes no meio são processuais, estando em constante transformação e dinamismo. Assim, torna-se impossível compreender a realidade a partir do sistema de percepção anterior ao atual. Isto é, as dimensões de passado e presente, do vivido e do planejado, são sim trazidas ao encontro terapêutico. Contudo, o convite que se dá é o de apreender a realidade, e os conteúdos advindos, a partir de um olhar congruente com a percepção atualizada do sujeito. Como trazido anteriormente, a Gestalt-terapia propõe um ‘retorno às coisas mesmas’, retrata uma importância maior a quem concebe o fenômeno do que ao fenômeno em si. O trabalho do Gestalt-terapeuta é, portanto, tecer reflexões e amparar o cliente, de modo que este tenha autonomia e estrutura para trazer e sustentar

suas apreensões atualizadas dos fenômenos no encontro terapêutico (RIBEIRO, 2012; 2016; 2022).

Nesse sistema, o processo terapêutico é norteado de forma que o psicoterapeuta auxilie o cliente na tomada de ampliação de *awareness*, a qual se constitui enquanto tomada de consciência e integração entre as dinâmicas e processos motores, intelectuais, afetivos e espirituais. Isto é, implica na presentificação do sujeito e na clareza das necessidades atuantes na interação entre si e o campo em que se encontra. A Gestalt-terapia parte da premissa de que os seres possuem uma capacidade inata de autorregulação organísmica, que se encontram em uma dinâmica relação entre figura-fundo, entre parte-todo, e a partir de comportamentos e processo micro e macroestruturais, buscam um equilíbrio para manutenção da vida e satisfação de suas necessidades de forma atualizada (RIBEIRO, 2012; 2016; 2022).

A Gestalt-terapia encontra-se embasada também na teoria organísmica de Kurt Goldstein, o qual propõe uma visão holística dos seres, partindo da premissa de que, para compreender uma pessoa, não basta analisar ou apoiá-la em uma área específica, mas é necessário estar presente e enxergar o ser enquanto todo integrado. Assim, compreende-se o indivíduo enquanto uno e indivisível, sendo inconcebível separar corpo e mente, sentimentos e razão. Nesse sentido, o sujeito é apreendido enquanto um todo, e é composto por partes e membros em constante articulação, interdependentes. Os processos de figura-fundo dizem respeito às dinâmicas que emergem ora como necessidade e energia mobilizada, ora enquanto embasamento e realidade contínua. A figura representa, portanto, a principal demanda e atividade apresentada pelo indivíduo; no caso da psicoterapia, é muitas vezes representada enquanto a queixa, ou a situação trazida para o trabalho terapêutico. Já o fundo diz respeito ao que se encontra no campo, que dá contorno e limites, que funciona como estrutura da figura e do conflito trazido na sessão. Ambos se encontram em contínua interação e sustentação, sendo que novas figuras são apresentadas à medida que o organismo traz uma nova necessidade (RIBEIRO, 2012; 2016; 2022).

Fala-se, portanto, em um processo de autorregulação organísmica e em ajustamento criativo, no qual, na relação consigo e com o outro, o organismo busca satisfazer suas necessidades e figuras emergentes, de modo a permanecer em constante fluxo figura-fundo, se mantendo ancorado nas necessidades e dinâmicas do aqui-agora. Considera-se, portanto, que a implicação de *awareness* é necessária a fim de o sujeito dar-se conta e entrar em real contato com as suas demandas, buscando, de forma autônoma e congruente, satisfazê-las. À

vista disso, entende-se que, seja qual for a constituição da figura que o conflito humano se configure, os problemas humanos não podem ser entendidos de forma isolada, mas sempre em interação com o fundo, o qual a revela e estrutura (RIBEIRO, 2012; 2016; 2022).

Na psicoterapia, os conflitos e tramas trazidos pelo cliente se configuram enquanto figura, e são processuais, demandando que o psicólogo se entregue ao dinamismo da sessão, constituindo-se enquanto fundo para o cliente. Uma das tarefas da psicoterapia gestáltica é auxiliar o cliente a entrar em contato com as figuras e *gestalten* emergentes na sessão, de modo que, a partir do contato e da interação com o conflito mobilizador, o cliente atualize suas configurações subjetivas e norteamentos acerca do elemento cristalizado, havendo o fechamento da figura, e uma nova situação, uma nova *gestalten* possa ser trazida à tona. Em outras palavras, parte-se da premissa de que o ser humano possui um instinto de completude, tendo a necessidade de fechar o inacabado, sendo que a figura representa a necessidade atual, a energia mobilizada no aqui-agora (RIBEIRO, 2012; 2016; 2022).

Nesse sentido, a Gestalt-terapia compreende saúde não enquanto uma ausência de sintomas ou um estado deliberado de plenitude, mas como um processo de assimilação das experiências enquanto nutritivas ou não, envolve a capacidade de responder criativamente, promover ajustamentos diante das demandas experienciadas no aqui-agora em contato com o campo. Experiências saudáveis envolvem, portanto, um processo de apropriação e de contato com o campo e com as necessidades pessoais do sujeito. É no contato com a alteridade que a pessoa transforma e é transformada, que se apropria da dimensão humana traduzida em engajamento e encontro, de transmutar o encontro ‘Eu-isso’, e ir para a dimensão transcendental ‘Eu-Tu’. Isto é, as relações humanas e o contato genuíno envolvem, mais do que uma interação dicotômica e parcial, um encontro integral entre seres, que se configura enquanto inexplicável e indizível, e que se traduz em configurações de sentido e experimentação. O contato com o campo envolve, portanto, o sentir. Sentir o que se passa no agora, quais as necessidades presentes no campo; fatores que serão assimilados e atualizados, de modo que o sujeito se aproprie do que é nutritivo para si e retire e se afaste daquilo que se desencontra de seu caminho. Assim se configuram processos de espontaneidade e criatividade, os quais concebem-se enquanto processos saudáveis, no sentido gestáltico (CARDELLA, 2020; CARDOSO, 2019).

A partir dessa perspectiva, da saúde enquanto dinâmica de presença e flexibilidade frente ao que se apresenta e é apresentado no contexto, concebe-se o sofrimento humano

enquanto sistema de paralisação, de isolamento, de divisão, de perda da transcendência e integralidade da dimensão humana. Fala-se em perda de pertencimento e de abertura para o encontro consigo e com o outro, com as necessidades do sujeito e com processos de atualização. Há, portanto, *gestalten* cristalizadas, situações inacabadas e estagnadas, em que o sujeito perde a dimensão de si mesmo ao perder o senso de presença e de temporalidade calcadas na realidade e na interligação de si com o meio. A constituição de sentido da pessoa se encontra solidificada, havendo dificuldade de possibilitar o processamento homeostático, de ajustamento criativo com o meio. Nesse sentido, a fronteira de contato tende a se manter muito aberta ou muito fechada, mas cristalizada, não há uma dança ou um movimento fluídico e constante diante das experiências do meio. Delineando a fronteira de contato enquanto o espaço de contato e aonde se dá qualquer experiência, percebe-se que, na cristalização desta, há uma tendência a se estabelecer dificuldades de assimilar o que é seu e do outro, o que é nutritivo do que é tóxico, quais as necessidades reais do sujeito e quais os introjetos (CARDELLA, 2020; CARDOSO, 2019).

Ao compreender o ser humano enquanto ser integrado e em constantes processo de ajustamentos criativos dinâmicos em contato com o campo, a Gestalt-terapia compreende a dinâmica entre saúde-doença, não enquanto polaridades opostas, mas como processos dinâmicos de fluidez e cristalização frente às necessidades emergentes em um campo. Nesse sentido, saúde e doença não são estados, mas processos configuracionais e subjetivos, envolvidos na tomada de consciência do ser no mundo. Processos saudáveis dizem respeito à capacidade de ampliação de *awareness*, reconhecimento das necessidades presentes no aqui- agora do sujeito, de modo que haja uma tessitura e coordenação do que é posto, de diferenciação e assimilação do que é nutritivo e do que é tóxico no campo (CARDELLA, 2020; CARDOSO, 2019).

Em processos saudáveis, a espontaneidade é uma condição preponderante, e diz respeito à presença e à qualidade do encontro com o outro e consigo. A fronteira de contato remete ao espaço em que se dá a experiência e o contato, sendo que a qualidade desse contato, a fluidez ou o enrijecimento dessa permeabilidade são fatores promotores de ajustamentos criativos funcionais ou disfuncionais. A saúde encontra-se presente na habilidade da pessoa de se colocar de forma autêntica e congruente com suas possibilidades e necessidades, legitimando suas experiências e sentidos vividos. Enquanto em processo saudáveis, há excitação e estrutura para lidar com a tensão, inerentes ao contato com a alteridade, processos adoecedores são marcados por paralisação e perda de conexão com o viver criativo (CARDELLA, 2020; CARDOSO, 2019).

Para a Gestalt-terapia, o adoecimento vincula-se à perda de abertura e à perda da capacidade de constituir um viver criativo. Já o adoecimento se configura enquanto uma estagnação, cristalização e perda de encantamento e espontaneidade. Sofrer, nesse sentido, diz respeito à impossibilidade de tornar a potencialidade real, de entrar em contato com a necessidade presente e realizar ajustamentos criativos congruentes e atualizados. Vive-se atualmente em uma sociedade ‘anti-experiência’, marcada por uma ausência de poesia, dança, de ‘curtir’, de experimentar o momento presente. A incessante busca pela funcionalidade e por resultados traz como fundo uma desidentificação pessoal, um desencantamento com o constituir-se enquanto humano. As fragilidades e vulnerabilidades não podem ser apresentadas e reveladas, uma vez que desqualificam o ser. Promove-se, portanto, um desalento, uma ausência de colo, de amparo. A racionalização do afeto, posto de lado, traz um esquecimento do sofrimento, e com ele, o esquecimento de *si* (CARDELLA, 2009; 2020; CARDOSO, 2019). Todo sofrimento é compreendido e constituído na relação com um contexto externo e interno. Há sintomas que revelam sobrecarga, sufocamento, perfeccionismo, onipotência, impotência, opressão, receio, indiferenciação, abandono, carência. Há uma gama de possibilidades de desdobramentos sintomáticos frente ao cenário atual; contudo, o mesmo sintoma é configurado e experienciado de forma singular e única por cada pessoa. É necessário reconhecer que todo ser é vulnerável, se constitui por fragilidades e crises. A exigência contemporânea de autossuficiência parte de um isolamento ilusório, uma vez que nos constituímos na relação com o outro. Cardella (2020) afirma que o “conhece-te a ti mesmo” inclui a presença do outro. Isto é, quando há falta e sofrimento, é necessário olhar para esta dimensão, analisar o que ela revela e comunica.

Cada indivíduo atua e lida com o sofrer de uma forma particular e pessoal, não havendo moldes e padrões absolutos para amparar-se. Nesse sentido, não há como encontrar respostas prontas, mas é necessário voltar-se para ‘relações hospitaleiras’, que impliquem amor e cuidado, olhar genuíno e presente. Incluir as incertezas e vulnerabilidades nas relações configura-se enquanto ato de coragem e humildade, uma vez que o desvelar-se ao outro se constitui enquanto desvelar-se para si com o outro. Eu me encontro com o outro à medida que o outro se encontra comigo. Nos encontramos e saímos dali outros. Apresentar-se integralmente, portanto, não significa projetar no companheiro o papel de psicoterapeuta ou desenvolver uma relação de dependência, mas reconhecer-se

enquanto ser humano, ser interação e encontro. Isto é, impedir que o mito da autossuficiência prive a pessoa de viver relações íntimas e de cumplicidade (CARDELLA, 2020).

Nesse sentido, a psicoterapia gestáltica atua enquanto rede de suporte, de cuidado. O psicoterapeuta não tem o papel de traçar os rumos do cliente, mas de permitir que ele se desvele e que, na constituição relacional, resgate a sensibilidade e a consciência da própria vulnerabilidade. Busca-se, portanto, escutar e dar a pessoa humana. Os sofrimentos e mágoas, quando conscientizados e compreendidos, transmutam-se em sabedoria e reconhecimento. A psicoterapia tem por finalidade, portanto, permitir a constituição de um espaço de acolhimento e fala, dar voz ao que está posto e não é olhado, permitir que a pessoa abra gavetas antes fechadas e empoeiradas. Entre em contato com essas gavetas, compreenda o que está aí, decida por si o que quer fazer com esse conteúdo, o que quer deixar, o que quer tirar da gaveta; se ela quer fechar a gaveta, se deseja mudá-la de lugar. Ao psicoterapeuta, cabe acompanhar o cliente em seu processo e tempo singular, o que envolve mistério, desconhecer, reconhecer, cuidar e encantar (CARDELLA, 2020).

### **2.3. O Caminhar Histórico da Gestalt-terapia**

A vivência terapêutica se constitui no encontro com a pessoa que ali se apresenta, e se insere em um contexto sociocultural constituinte do encontro e as demandas trazidas ao longo das sessões. Assim como descrito anteriormente, dentre os principais dilemas característicos da contemporaneidade, tem-se a aceleração dos tempos, uma demanda exacerbada por produtividade e, no campo das trocas humanas, as relações, há uma carência de enraizamento e intimidade, o que propicia um desamparo sistêmico e uma incapacidade de auto e heterossuporte. Nesse sentido, a co-criação do campo terapêutico é voltada justamente para a constituição de laços relacionais com intencionalidade e presença. Isto é, não é focada na análise de conteúdos e hipóteses clínicas, mas é norteadas o reconhecimento do outro e da intencionalidade de contato (LOBB, 2013).

Ao analisar a estrutura histórica da psicoterapia gestáltica, entende-se que, entre os anos 50-70, no período de consolidação da Gestalt-terapia e posterior à segunda guerra mundial, a necessidade emergente da população consistia na redescoberta do ser humano, enquanto ser de potencialidades, criatividade, com dignidade. Era uma sociedade com instituições rígidas e delimitadas, as quais eram estruturantes das relações e do comportamento humano. Frente a isso, as principais demandas trazidas relacionavam-se a uma necessidade de independência e de reconhecimento do nível individual. Assim, os conflitos trazidos para a clínica estavam relacionados ao sufocamento das relações humanas, que impediam a pessoa de exercer sua autonomia, liberdade e potencialidades. Estava presente o desejo de se afastar de familiares e de laços enrijecidos, mas com a sensação de impedimento e de impotência. Assim, a função da psicoterapia consistia em dar suporte e reconhecimento ao direito da pessoa, que ali se apresentava, de desenvolver suas potencialidades, reconhecendo a fronteira de contato e os limites relacionais necessários para uma apropriação de si na relação com o meio externo (LOBB, 2013).

Posteriormente, entre as décadas de 70 e 90, com as inovações científica e industrial, deu-se início a era tecnológica. Nesse sistema, o controle do maquinário, além de colocar a tecnologia em um pedestal, trouxe à tona a ilusão de controle das emoções e sentimentos humanos. Ao reforçar as dimensões racionais e práticas da ação humana, constituiu-se uma pressão por desempenho e por um domínio do experienciar e sentir. Por um lado, teve-se uma intensa pressão externa por desempenho, em que os pais e familiares projetavam idealizações de sucesso para os filhos; e por outro lado, tem-se uma carência de autossuporte afetivo para lidar com as frustrações e com as demandas do que é ser alguém

no mundo. Isto é, a população desse período cresce com a ilusão e a visão externa de ter que ser excepcional, ao mesmo passo em que desenvolve a sensação de estar blefando e se enganando, sem um olhar real de si e do outro para as vulnerabilidades constituintes do ser humano (LOBB, 2013).

Nesse cenário, emerge uma necessidade de busca por laços e relações íntimas externas, por suprir uma falta de heterossuporte. Vinculado a essa necessidade, o cliente passa a buscar a terapia a fim de se reconhecer e diferenciar o que constitui a si e ao outro. As dificuldades relacionais passam a ser atravessadas por dúvidas e angústias referentes a não dar conta de sentir-se na presença do outro, da falta de confiança em si e ambiguidade entre o que é mostrado e o que é real. Frente a isso, a estratégia terapêutica era voltada para o contato com o outro, para trabalhar e auxiliar o cliente a encontrar autossuporte em si mesmo, de modo que reconhecesse suas próprias necessidades e potencialidades (LOBB, 2013).

A partir da década de 90, os atravessamentos sociais passam a se constituir enquanto falta de intimidade e relações constitutivas. Lobb (2013) pontua que anteriormente a dificuldade humana era permanecer em relacionamentos, já atualmente, é difícil se encontrar em um. Na era líquida e carente de enraizamento, as pessoas apresentam ambiguidade no que tange a escolha de parceiros sexuais e de amizades, além de apresentarem uma dessensibilização corporal, o que dificulta o reconhecimento do que sentido, do que é externalizado, do que é seu- outro. Há, portanto, uma demanda terapêutica por uma ressensibilização do sentir e do encontrar-se com o outro, sendo reconhecida e se reconhecendo como um todo inteiro e integrado. O panorama psicoterapêutico contemporâneo se centraliza, desse modo, no voltar-se para si a partir do encontro com o outro; a partir da potência da relação desnudar-se e entrar em contato com as atitudes criativas, espontâneas, de envolvimento, que são concebidas no contato com o outro e são inerentes ao ser humano.

### **3. A RELAÇÃO PSICOTERAPÊUTICA NA CONTEMPORANEIDADE**

A contemporaneidade trouxe à tona o não reconhecimento do ser enquanto humano. Em uma era marcada pela falta de delimitação, pela necessidade emergente de uma individualização sistêmica, consolidou-se um egocentrismo que camufla a dimensão de como sou, trazendo uma autossuficiência simulada. Há a perda do enraizamento, do olhar para a alteridade e, mais do que isso, perde-se o reconhecimento e a permissão de um ser e estar autênticos. Tem-se uma sociedade que carece de questionamentos, na qual as pessoas têm dificuldade de conceber novas e diferentes possibilidades existenciais, encontrando-se em constante individualização e isolamento. Do ponto de vista clínico, os clientes que chegam às sessões raramente apresentam um senso de segurança e de unificação do eu para lidar com as exigências pessoais e contextuais.

Nesse sistema, a principal necessidade psicoterapêutica se manifesta enquanto facilitar a constituição de ferramentas de apoio relacional do cliente. Em outras palavras, a psicoterapia configura-se enquanto campo de entrelaçamento, de se permitir ser visto e cuidado, possibilitar trocas íntimas e profundas, de alteridade emocional. Assim, busca-se desenvolver um projeto psicoterápico de autonomia, pautado em conscientização e em permissão de ser o que se está sendo no aqui-agora. A Gestalt-terapia propõe que o psicoterapeuta se coloque entre o passado e futuro, em um resgate da experiência imediata enquanto instante, num apelo processual e de vislumbrar um horizonte integrado com as demais dimensões temporais (CARDELLA, 2020; SPAGNUOLO LOBB, 2013; RIBEIRO, 2022).

Nesse processo, entende-se o outro enquanto parte do caminho, sendo que desconsiderá-lo é bloquear o contato e a presença consciente das reais necessidades do ser. Assim, o processo terapêutico é fundamentado justamente no encontro psicoterapeuta-cliente. Hycner (1995) sustenta que a relação dialógica, premissa da Gestalt-terapia, consiste na exploração do “entre”. Traduz-se que, para além de um escopo teórico, a psicoterapia se estabelece na relação, na troca, no sentir. Envolve a resposta à alteridade do outro, no reconhecer a outra pessoa enquanto singular e indivisível. O autor salienta a importância da confirmação enquanto premissa e postura terapêutica, sendo que confirmar o outro se configura enquanto interesse e intencionalidade: estar plenamente presente para ao encontro com a outra pessoa, com como ela se apresenta. Para que o psicoterapeuta vá ao encontro do cliente, é fundamental a competência da ‘ignorância’, em que, somente ao assumir que não se conhece o outro, pode-se efetivamente reconhecê-lo. Esse sentido diz a

respeito à dimensão do ‘mistério’, constituinte da experiência humana. Ao reduzir o ser a uma dimensão rotulante e cristalizada, há um escape da originalidade e da potencialidade desse ser. É no ‘mistério’ que se enreda a transcendência e o encantamento com o devir, com o vir-a-ser, com a alteridade e as possibilidades existenciais (CARDELLA, 2020; RIBEIRO, 2022).

Nesse segmento, frente à desumanização e ausência de encontro presentes na contemporaneidade, a prática clínica se propõe a ser um espaço de hospitalidade e cuidado. A presença e o olhar implicado e genuíno trazem a dimensão do amparo e do acolhimento à pessoa que apresenta suas vulnerabilidades, seus desejos, que se apresenta. E é a partir desse reconhecimento que o cliente passa a entrar em contato com dimensões antes não emergentes, se permite não apenas ter clareza do que se passa em seus processos, mas se colocar enquanto ser em experiência, em contato íntimo com o seu sentir, agir e pensar, de modo interligado e indivisível. Traz-se, portanto, as dimensões de sustentação e continuidade, a partir das quais amarras e interrupções existenciais são desalinhadas e realinhadas (CARDELLA, 2020; RIBEIRO, 2022).

Ao adentrar o processo de cuidar terapêutico, Lobb (2013) reflete que, muitas vezes, o trabalho do psicólogo pode ser confundido com uma espécie de ‘prostituição do cuidado’, em que se paga para ser amparado e amado. Tem-se uma relação de amor, ou uma relação de trocas financeiras? Uma arte, ou uma técnica? À primeira indagação, responde-se que é uma relação de amor e que envolve trocas financeiras. O envolvimento emocional com o cliente, por muito tempo, foi respaldado como uma dimensão a ser evitada e abdicada, de forma global. Entretanto, a Gestalt-terapia embasa-se na premissa de que o psicoterapeuta também é peregrino e convidado do processo terapêutico. A busca por ‘salvar’ ou ‘curar’ o paciente sinaliza controle, onipotência, e tentativa de estabelecer relações verticalizadas, as quais se opõem à capacidade de autorregulação orgânica do cliente e ao objetivo terapêutico de promoção de autonomia e *awareness* (CARDELLA, 2020; LOBB, 2013).

A hospitalidade proposta pela clínica gestáltica envolve, desse modo, uma presença reservada, em que psicoterapeuta deve estar em contato com o cliente, ao mesmo passo em que deve orientar seu fazer moderado, em uma dança ritmada a partir do que a pessoa, que ali se encontra, caminha. Em momentos de intimar e questionar o cliente, atuando como agente de confronto, cabe ao terapeuta convidar o paciente a se posicionar, mas sempre com cuidado para evitar excessos de implicação. Da mesma maneira, o acolhimento e compreensão do outro devem estar calcados em um reconhecimento e testemunho do que é

trazido. Fala-se que, assim como a presença é necessária, excessos de presença desqualificam e enveredam o processo terapêutico, de modo que, ao fazer-se presente demais, o outro desaparece (CARDELLA, 2020; LOBB, 2013).

Desse modo, psicoterapeuta e cliente tecem a relação, a qual é apenas possível a partir da implicação, do encontro. Encontrar-se envolve tornar-se presente por inteiro, trazendo potencialidades e vulnerabilidades. Assim, da mesma maneira que o cliente é colocado em um espaço terapêutico, deixar-se afetar pelo cliente também é uma experiência libertadora para ambos, e terapêutica para o cliente. Lobb (2013, p. 54) afirma que “é o que acontece entre um terapeuta específico e um paciente específico que estabelece o tratamento terapêutico”. Assim, a Gestalt-terapia trabalha com a concepção de que as emoções e envolvimentos tecidos entre psicoterapeuta e cliente não consistem em meras reproduções e transferências de sentimentos presentes em relacionamentos anteriores, mas em respostas específicas e norteadas para o envolvimento presente. Fala-se, portanto, de uma relação real, em que são trazidos padrões relacionais, em que ambos os envolvidos entram em contato com as emoções e sentimentos presentes, um sob o papel de buscar o cuidado, e outro que se oferece como cuidador. Nessa perspectiva, o processo terapêutico busca auxiliar e facilitar o cliente a viver plenamente, respeitando a sua capacidade de autorregulação; e, para isso se dar, é necessário um olhar e atitudes de cuidado amoroso com este outro. Um amor ético, responsável e genuíno, de aceitação incondicional da pessoa, como ela se apresenta (CARDELLA, 2020; LOBB, 2013).

No que diz respeito ao questionamento de ser uma arte ou técnica, é possível sustentar que o processo psicoterapêutico envolve uma arte genuína de encontro. A relação terapêutica é uma espécie diferente de relação, sendo que apenas quando a relação se humaniza, a psicoterapia ocorre. Em um contexto anterior, a necessidade social vigente dizia respeito a dar suporte a relações com bloqueios e cerceamentos. Atualmente, frente ao cenário de desenraizamento e desumanização, a necessidade focal da Gestalt-terapia, em contato com o campo do cliente, volta-se para a construção do senso de estar com o outro. Isto é, há uma perda sistêmica do sentir estar e pertencer a uma comunidade e o reconhecer-se enquanto humano envolve o desejo de ser reconhecido pelo outro (RIBEIRO, 2022; LOBB, 2020).

Nessa lógica, Lobb (2020), propõe o sentido de uma ‘dança de reciprocidade’ entre cliente-terapeuta: em vias de (re)constituir um campo de pertencimento e acolhimento, a psicoterapia se configura enquanto campo e espaço de entrar em contato com o outro. Esse

contato se dá na arte de acompanhar o outro em seu ritmo e lócus temporal, trazendo à vista a impermanência da vida e do processo, em que cada instante se torna precioso, por ser efêmero e único. A partir disso, a arte de dançar com o cliente consiste em trazer para o encontro, para a sessão, percepções mútuas sobre o campo, sobre o sentido experienciado dentro da clínica. Trata-se de uma experiência co-criada, em que terapeuta e cliente respondem um ao outro, e se influenciam mutuamente. Ao terapeuta, cabe questionar-se e trazer para o encontro questões como: ‘como é estar com esse cliente’, ‘como eu posso agir, de modo a facilitar a espontaneidade da pessoa à minha frente?’. Isto é, há uma implicação de cuidado entrelaçado entre cliente-terapeuta, em que, no tear da relação, há um sentir e um vivenciar integrado e comprometido com o outro (CARDELLA, 2020; LOBB, 2020).

A partir dessas considerações, concebe-se que a proposta central da Gestalt-terapia é promover um espaço facilitador de *awareness* e de encontro. O motor central da terapia é justamente o espaço de vínculo e vivência do encontro com o outro. O processo envolve sim o uso de técnicas e ferramentas terapêuticas, as quais dão suporte e constituem o espaço de troca. No entanto, Gestalt-terapeutas interessam-se mais pela qualidade do experienciar, se é um encontro pleno, autêntico, consciente, ou se é polarizado, inacabado, ausente de presença. Por considerar a singularidade e pessoalidade de cada encontro, a teoria gestáltica se opõe a regras e cristalizações na prática clínica. Nesse sentido, técnicas e experimentos não devem ser consolidados ou invariáveis, mas se dão de forma contextualizada e espontânea, a partir do contato com o outro e com o campo. Isto é, experimentos e técnicas devem estar a serviço do encontro, atuando como facilitadores; não tomarem o lugar de modelos ou preceitos a serem seguidos (FIGUEIRO, 2015; JOYCE & SILLS, 2016).

Em vista disso, pondera-se que a proposta da Gestalt-terapia, frente ao panorama contemporâneo, consiste na validação da pessoa total, de suas potencialidades e fragilidades e rupturas, as quais são tidas enquanto ‘inadequadas’ ou ‘fraquezas’ em uma sociedade de ‘empresários de si’, marcada pela competitividade e involução relacional. Fala-se, portanto da constituição de um campo psicoterapêutico facilitador de *awareness*, em que o psicoterapeuta auxilie a constituição de suporte para que a pessoa reconheça suas necessidades, bloqueios, e enxergue-se enquanto dotada de autonomia e potencialidades para nortear e atravessar seu caminho. Refere-se, assim, a constituição de um campo de intimidade, de construção do senso de estar com o outro e adentrar no profundo a partir do olhar desta alteridade. Nessa perspectiva, a Gestalt-terapia atua em vista a conceber uma experiência fenomenológica, humanista e existencial, voltada para o desvelar-se, em um

tear relacional que extrapola o racionalizar e envolve o cuidar.

#### 4. REENCONTROS A PARTIR DO ENCONTRO

TORNAR-ME EU

Ser eu  
 É estar preso nesse enlaço de que sou e de que ninguém mais sou.  
 De que tenho que conviver comigo, nessas incertezas, nesse desejo pulsante de ser outro  
 Outro mais desejoso, outro mais contente, outro mais...

E ao mesmo tempo ter que me olhar e ver que perfeito não sou,  
 perfeito não estou,

E que posso me transformar, mas a perfeição nunca  
 atingir,  
 Posso atingir quem serei, não o outro, nem o que sou,  
 Mas posso ir me constituindo, nesse processo de  
 construção,

Em que vou caminhando  
 Sempre à vertigem  
 Do que sou  
 E do que serei.

*Luísa Jobim Santi*

‘Tornar-me eu’, o que significa ter uma identidade, como ela é concebida e constituída? – A experiência humana é processual, não se encontra cristalizada ou materializada e uniforme, mas é singular e é co-construída, na relação com o campo e com o outro. Nesse sentido, frente à carência de enraizamento e de reconhecimento de si no mundo contemporâneo, a proposta da psicoterapia gestáltica é justamente fomentar um espaço de acolhimento e de contato; contato relacional consigo, com o psicoterapeuta, com os conteúdos e figuras trazidas nas sessões. Envolve permitir que o cliente se revele, cabendo ao psicoterapeuta atuar como heterossuporte, trabalhando a partir do que é expresso pelo cliente; permitindo que este se implique, reconhecendo a si enquanto ser dotado de vulnerabilidades, de potencialidades, oscilações de humor, ambiguidades e desejos conflitantes. O psicólogo fundamenta sua atuação como uma consultoria, em que o cliente é o responsável por sua vida e suas decisões, cabendo a ele questionar, propor experimentações e vivências, sempre calcadas na necessidade presente no campo relacional.

Ao permitir que o outro se reconheça e se apresente, o psicoterapeuta também se transforma, adentrando na totalidade da experiência. Muitas vezes, a fronteira de contato

do cliente encontra-se desestruturada, sem distinção do que sou eu-outro. Assim, é inalcançável se amparar e agir de acordo com suas próprias necessidades, uma vez que não se sabe quais são elas. A psicoterapia visa, nesse sentido, proporcionar uma espécie de espelho, em que a pessoa possa se reconhecer em suas diferentes facetas e dimensões. Inicialmente, podem parecer estranhas, ou conflitantes, e a proposta é justamente permitir que o cliente, em seu tempo, integre essas partes, as quais fazem parte de um todo, ele mesmo. Assim como concebido por Ribeiro (2022), a Gestalt-terapia faz, portanto, um convite de retorno a si, em um cenário contemporâneo tão voltado para o exterior. Propõe-se um reencontro, de presença autêntica, *aware*, consciente de suas resistências, de seus bloqueios e dualidades; a psicoterapia atua enquanto espaço de suporte, para que o cliente encontre suas respostas e constitua ações e projetos congruentes com as suas reais necessidades, estando implicado no mundo de forma autônoma e responsável.

Nesse sentido, as propostas de Cardella (2020) se fazem importantes, visto que, ao considerar a psicoterapia enquanto espaço de cuidado e hospitalidade, não tendo o psicólogo a função de nortear o caminho do cliente, abre-se caminho para que a pessoa se apresente em um tear de liberdade e redescoberta. Ao se destituir de rótulos e concepções do que é socialmente esperado, é possível adentrar no campo da intimidade, da alteridade e de reconhecimento de si enquanto ser singular e único, abrindo margem para a diferença e para o cuidado. A dança relacional, proposta por Lobb (2013), vai ao encontro dessa tessitura, ao remeter o campo psicoterapêutico a uma dinâmica ritmada e processual. Ao mesmo passo em que, na dança, é necessário um situar-se com o outro, de modo a formular harmonias e balanços, na relação terapêutica é fundamental que o ritmo, a intensidade, as sutilezas do encontro estejam sintonizadas e com abertura para o entrelaçar ali presente. O psicoterapeuta faz parte do campo constitutivo do processo psicoterapêutico, sendo afetado e afetando o encontro.

A respeito da dinâmica de encontro entre psicoterapeuta e cliente, nota-se que, na realidade contemporânea, há um anseio por liberdade e ausência de sofrimento, há a exacerbação de uma felicidade simulada e desenraizada, e muitos clientes chegam à psicoterapia a espera de serviços rápidos, que visem o alívio de sintomas e resolução de problemas a partir de um psicólogo-guia, que norteie o caminho e revele conteúdos antes desconhecidos. Essa concepção caracteriza uma relação vertical, em que psicoterapeuta sabe e aplica, e cliente concebe e melhora. Entretanto, ao adentrar essa perspectiva, não há desenvolvimento de autonomia, não há trocas, não há encontrar-se. Muitos clientes passam a temer, inclusive, o olhar do outro, ter medo de serem julgados, desamparados,

apresentarem dificuldade de entrar em contato com conteúdos e facetas incômodas de si.

PSICOTERAPIA

O que é, como será, e se me  
julgar? E se descobrir algo que não  
gosta em mim?

Quem será que vai me  
amar? Se verem essas  
cicatrizes,

Essas  
simbioses, Essa  
dependência,

Essa  
autossuficiência E  
se não me curar?

E se eu piorar?  
Talvez seja melhor não tentar

Nem  
pensar Talvez eu queira  
só dançar

Só  
intensificar Tudo que  
sinto e que já temi

Se me  
desnudar, O  
que vai  
sobrar?

Como eu vou me  
enxergar? Será  
que vou gostar?

Ou será que vou desmaiar?

Devo tentar?

*Luísa Jobim Santi*

Esses questionamentos revelam diversos processos de resistência e receio frente ao processo terapêutico. São perguntas relacionadas à dificuldade de se reconhecer e se apresentar ao outro em um cenário marcado por competitividade e aparências. Entretanto, ao contrário de uma clínica focada em resultados e em retirada de sintomas, a Gestalt-terapia propõe que é pelo encontro e acolhimento das vulnerabilidades, a partir da abertura para o amor terapêutico e acolhedor, que o cliente passa a se permitir ser ele mesmo e, a partir daí, tecer processos de ajustamento criativo alinhados com as necessidades reais do campo. Nesse sentido, as concepções de Ribeiro (2019) fazem-se relevantes ao ressaltar

que é a partir do contato com o outro, a partir da abertura ao encontro, que me revelo e me transformo. Ao mesmo passo que é no encontro que as cristalizações e amarras são constituídas, é no campo relacional que posso conceber-me de forma transformadora e processual, abrindo-me ao desconhecido e ao criativo, a possibilidade de ser e existir.

A partir dessas concepções, permito-me trazer a primeira pessoa ao final do trabalho, e refletir que os maiores mobilizadores para a escolha dessa temática foram justamente inseguranças pessoais e profissionais, da minha constituição enquanto psicoterapeuta. Será que estou no caminho certo? Quais olhares e técnicas são mais adequados nessa situação? Como lidar com o peso de escutar que agora sou psicóloga, e que, portanto, devo ter autônoma, inteligência emocional; No imaginário social, como uma psicóloga chora, se irrita, demonstra vulnerabilidades? - Lendo essas perguntas, tenho vontade de rir; afinal, que bom que sou humana, e não conseguiria atender outra pessoa sem me acolher e adentrar nas minhas vulnerabilidades, sem ter consciência da minha necessidade de colo, de amparo, de olhar do outro. E é isso que enriquece o processo terapêutico: ser um encontro. Não é uma técnica apenas, mas uma arte e, assim como Ribeiro (2022) se refere, é transcendente.

Nesse sentido, torna-se necessário, enquanto psicoterapeuta, olhar para as próprias elaborações e bloqueios no contato com o outro, tecer questionamentos a respeito de como é se implicar nos vínculos psicoterapêuticos; quais os desdobramentos e construções de sentido que faço a partir das demandas trazidas pelo outro; como se dá a experiência de intimidade e de aceitação de si e do outro no contexto contemporâneo?; como o psicoterapeuta é transformado e como pode exercitar seu cuidado?- Ao mesmo passo em que o psicólogo atua enquanto facilitador de cuidado do outro, é necessário atravessar seu olhar para as configurações de cuidado e de amparo consigo, uma vez que ambos fazem parte de um campo experiencial e relacional, em uma dança dinâmica ritmada; em que, para dar suporte ao outro, é necessário haver um autossuporte. Não um suporte irreal e irrestrito, mas com clareza de seus limites, carências, alcances, potencial criativo; uma sustentação que permita que, ao me cuidar, o outro olhe para suas dimensões de cuidado; e ao impor meus limites, permito que o outro enxergue quais são os seus. Deixo, portanto, esse trabalho como um abraço caloroso a mim e outros Gestalt-terapeutas e clientes, que se permitem debruçar na arte de um encontro único, singular e terapêutico.

## 5. REFERÊNCIAS

1. ANDRADE, Celana Cardoso. **A solidão na contemporaneidade**. Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies, v. 12, n. 1, p. 83-91, 2006.
2. BAUMAN, Zygmunt. **Amor Líquido**. Rio de Janeiro, Jorge Zahar Editor Ltda, 2001.
3. BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade Líquida**. Rio de Janeiro, Jorge Zahar Editor Ltda, 2001.
4. Buber, Martin. **Eu e tu**. São Paulo, Centauro Editora, 2009.
5. CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos. **De volta para casa**. Amparo: Gráfica Foca, 2020.
6. CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos. **Laços e nós: amor e intimidade nas relações humanas**. São Paulo: Ágora, 2009.
7. CARDOSO, Claudia Lins. **Sobre as dores de existir: uma introdução à psicopatologia em Gestalt-terapia**. In: Sofrimento humano e cuidado terapêutico. Artesã Editora, 2019.
8. CASTAÑON, Gustavo Arja. **Psicologia Humanista: a história de um dilema epistemológico**. Memorandum: Memória e História em Psicologia, v. 12, p. 105-124, 2007.
9. FIGUEIRO, Mauro. **As técnicas em Gestalt-terapia**. In: A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia. São Paulo: Summus Editorial, 2015.
10. FRAZÃO, Lilian Meyer. **Ser ou não ser na contemporaneidade: Eis a questão**. In: Questões do humano na contemporaneidade: Olhares Gestálticos. São Paulo: Summus Editorial, 2017.
11. FRIEDMAN, Maurice. **The healing dialogue in psychotherapy**. Nova York: Jason Aronson, 1985.
12. GIOVANETTI, José Paulo. **Fenomenologia e prática clínica**. In: Fenomenologia e psicologia clínica. Artesã Editora, 2021.
13. GIOVANETTI, José Paulo. **Fundamentos filosófico-antropológicos**. Editora Via Verita, Rio de Janeiro, 2017.
14. HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2017.
15. HELOU, Fádua. **Frederick Perls, vida e obra: em busca da Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 2015.
16. HYCNER, Richard. **De pessoa a pessoa: psicoterapia dialógica**. [Tradução Eliza Plass Z. Gomes, Enila Chagas, Márcia Portella]. São Paulo: Summus, 1995.

17. JOYCE, Phil; SILLS, Charlotte. **Técnicas em Gestalt: Aconselhamento e psicoterapia**. Editora Vozes, Petrópolis, 2016.
18. PERLS, GOODMAN, HEFFERLINE, 1997
19. QUEIROZ, Maria Alice Queiroz de Brito. **Busca do sentido do ser ou perda da identidade? Lidando com os padrões socialmente impostos**. In: Questões do humano na contemporaneidade: Olhares Gestálticos. São Paulo: Summus Editorial, 2017.
20. RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Gestalt-terapia- Por outros caminhos**. São Paulo, Summus Editorial, 2022.
21. RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Holismo, ecologia e espiritualidade**. São Paulo: Summus Editorial, 2009.
22. RIBEIRO, Jorge Ponciano. **O ciclo do contato: Temas básicos na abordagem gestáltica**. São Paulo: Summus Editorial, 2019.
23. RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Refazendo um caminho**. Summus Editorial, 2012.
24. RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Vade-mécum de Gestalt-terapia: Conceitos Básicos**. São Paulo: Summus Editorial, 2016.
25. ROBINE, Jean-Marie. **O self desdobrado**. Summus Editorial, 2006.
26. SPANUOLO LOBB, Margherita. **Gestalt therapy during coronavirus: Sensing the experiential ground and “dancing” with reciprocity**. *The Humanistic Psychologist*, 48 (4), 397-409, 2013.
27. SPANUOLO LOBB, Margherita. **The Now-for-the-Next in Psychotherapy: Gestalt Therapy Recounted in Post-Modern Society**. Gestalt Therapy Book Series, 2020
28. SWITALSCI, Millena Lopes; ASSUNÇÃO, Graciana Sulino. **Compreensão da vivência da solidão na contemporaneidade: Perspectivas da Gestalt-terapia**. Instituto de Treinamento e Pesquisa em Gestalt-terapia, 2016.