

Ensaio

A clínica da gestalt-terapia: experiência e criação

Mônica Botelho Alvimⁱ

Para responder à questão colocada faz-se necessário estabelecer pequenos marcos teórico-conceituais que sustentam nosso método clínico. A gestalt-terapia é uma abordagem de tradição fenomenológica, inspirada diretamente no paradigma organísmico (Kurt Goldstein), um pensamento que avança a partir da tradição da psicologia da *gestalt*. Propõe que a psicologia seja “o estudo da operação da fronteira de contato no campo organismo/ambiente” (Perls, Hefferline & Goodman, 1997, p.46). O organismo (e não sujeito ou pessoa) é uma totalidade mente-corpo-alma imbricada no mundo. O campo organismo/ambiente é a estrutura básica da experiência humana, que se dá sempre no mundo e envolve uma dimensão física ou material, outra dimensão vital ou animal e uma dimensão simbólica e sócio-cultural. A barra colocada entre organismo e ambiente marca a relação dialética ali estabelecida sempre que nos deparamos com uma novidade ou diferença. A fronteira de contato não é fronteira física, dimensão espacial, mas é demarcação *temporal* que indica o *momento* em que se inicia o processo de contato: quando há a experiência de encontro com a novidade ou diferença. O contato é o processo que envolve um desequilíbrio dado pela experiência do novo e um movimento de reequilíbrio. O ajustamento criativo é como se denomina este movimento de reequilíbrio entre organismo/ambiente e envolve uma ação motora de

manipulação da diferença ou novidade para que ela possa ser assimilada: ação de criação de novas formas, ação instituinte que gera crescimento. Na perspectiva da gestalt-terapia, não somos frutos de determinações externas ou sociais, tampouco de determinações psíquicas, mas nos fazemos e refazemos a partir do campo organismo-ambiente, imbricados no mundo com as coisas e os outros, sendo parte de situações concretas e sócio-históricas. É a partir dessa condição situada e intersubjetiva que criamos sentidos, significamos e ressignificamos nossa existência e o mundo. A noção de *awareness*, central para a gestalt-terapia, indica uma concepção de consciência que não é racionalidade, mas uma espécie de presença, engajamento corporal no mundo que proporciona um tipo de conhecimento imediato e implícito do campo, como define Jean-Marie Robine. A *awareness* envolve sensação, excitação e formação de *gestalten*, que descrevem, respectivamente, um movimento de abertura que permite ser afetado por uma novidade, um movimento na direção de algo no campo relacionado com *isso* e a formação de *gestalten* como a totalidade expressiva desse encontro. Assim, não há centro no eu, mas no campo e o modo de funcionamento da consciência-corpo não é nem atividade nem passividade, mas um modo médio. Formamo-nos e transformamo-nos na experiência do campo organismo-ambiente, nossa existência é espontaneidade motora que

cria diante da diferença. O corpo é fundo de onde brota a excitação, é também ação motora espontânea que cria. Assim, o existir no mundo é uma sequência infinita de ajustamentos criativos, um livre fluxo de *awareness* que permite a formação e reconfiguração de formas. À psicologia interessa o modo como opera a fronteira de contato, ou seja, como alguém lida com o surgimento de uma diferença e sua ação criadora correspondente para retomar o equilíbrio e crescer. A neurose envolve bloqueio do contato, diminuição ou perda da capacidade de *awareness*, inibição do excitação e espontaneidade motora. Cisão e perda da totalidade mente-corpo-mundo externo, gerando anestesia e rigidez, perda da capacidade corporal de gesticular e formar formas, criar e transformar a si e ao mundo.

A gestalt-terapia tem como principal objetivo desimpedir o fluxo e manter um *continuum* de *awareness*, alcançando fluidez na formação de formas. Considerando a situação terapêutica como um campo, o método clínico propõe “*concentrar-se na estrutura da situação concreta*” e “*trabalhar a unidade e a desunidade dessa estrutura da experiência aqui e agora*” (Perls, Hefferline & Goodman, 1997, p.46). Isto significa dizer que o foco da terapia é na experiência vivida agora (com presença) aqui (nesta situação, neste campo). Esta experiência tem uma estrutura (sinônimo de forma ou configuração) que expressa a necessidade dominante naquela situação que envolve cliente e terapeuta.

A postura do terapeuta é de engajamento na situação, buscando estar ele próprio engajado na experiência aqui-agora do trabalho clínico, aberto para o que se apresenta, numa postura admirativa, não-intelectual, que se aproxima da experiência estética. Acreditando que o sentido das coisas se origina no âmbito de uma atualidade pré-reflexiva, o terapeuta implica-se com seu corpo e sua presença na situação atual. Interessado na singularidade e no modo

como a experiência é vivida e se expressa ali, ele está mais dirigido ao *como* que ao *por quê*. Como essa pessoa fala? Como ela gesticula? Como ela sente? Como se dirige a mim? E ao outro de quem fala? Os critérios são estéticos: brilho, vigor, unidade, fluidez, tonalidade. O terapeuta observa isso a partir de seu próprio fluxo de *awareness*, que precisa estar desimpedido. A terapia não é analítica, não busca estabelecer relações causais entre partes, recompor o caminho da constituição do sofrimento, mas visa a síntese, lidar com o que acontece e se apresenta e como acontece agora. A teoria está colocada entre parênteses, no fundo de sua experiência. Como propõe Alfred Korzibsky: *o mapa não é o território*.

Essa postura admirativa e não-dogmática, de não recorrer a *elementos extrínsecos de decifração*, como propõe o crítico de arte Mário Pedrosa, implica uma sorte de passividade, espera, fé na possibilidade expressiva e criadora do outro. Exige, do terapeuta, lidar com o risco. Abdicar de seu saber-poder e lugar de especialista para assumir o lugar de uma inter-locução, um falar que brota espontaneamente e que dá notícias de algo que surge naquele campo, situação. Admirar não significa ficar neutro diante da forma que se configura, mas sim, diante da experiência de uma forma que se mostra sem unidade, vigor ou força, buscar meios de dar notícias disso descrevendo o que acontece e visando resgatar a presença e a força da forma. Quando há força, há *awareness*: a pessoa está presente na situação, ou seja, sente e sabe (de modo implícito e sem mediação do pensamento reflexivo) o que se passa agora. O excitação flui de acordo com a necessidade dominante resultando na formação de uma gestalt cuja figura se destaca do fundo com nitidez, vigor, brilho. Se não há força, um trabalho de *awareness* é necessário. Se alguém anuncia, por exemplo: “*finalmente decidi fazer determinada escolha A, já que*

considerarei isso e aquilo e concluí que o melhor a fazer é A', e me diz isso com um tom de voz baixo, desanimado, com um fluxo de voz entrecortado, torcendo as mãos, olhando para baixo; e eu, terapeuta, experiencio aquilo como algo dissonante, vou investigar o que aquela forma expressa aqui-agora. Dirijo o foco para aquela forma, o que pode acontecer de diversas maneiras: perguntando como a pessoa está se sentido naquele momento falando aquilo para mim; ou falando de minha própria sensação diante daquela forma (monotonia, desânimo, etc.); ou ainda descrevendo o que vejo ali (percebo sua voz entrecortada, o tom baixo...). O objetivo é o mesmo: ampliar a *awareness*, implicá-la corporalmente com o campo, onde está a origem do sentido. Isso se faz com um trabalho de presença, convidando a pessoa a voltar-se para o corpo, para o(s) outro(s) a quem ela se dirige e para a forma que se apresenta, resgatando a relação com a situação aqui-agora. Assim espero que ela veja que sua ação, sua gesticulação é de desânimo e monotonia, indicando que a necessidade dominante agora está conectada com essas vivências. Daí em diante, o objetivo é dar voz a tais vivências para que elas se integrem àquele momento da experiência existencial da pessoa. Talvez ela haja escolhido A com base em algo que racionalmente pensa, mas que não deseja; Talvez queira agradar alguém com aquela escolha; ou talvez não tenha coragem de

transgredir os imperativos morais de determinado grupo social para escolher B; ou essas vivências de tristeza e hesitação podem estar ligadas a outro assunto que a está afetando, mas para onde não consegue olhar, ainda. Enfim, as possibilidades são infinitas e não temos hipóteses explicativas *a priori* para a fraqueza da forma. A tarefa da terapia é estabelecer uma interlocução que vá anunciando o que se passa, como ponto de partida do trabalho de criação, de ações instituintes. Na neurose, não há criação, mas ajustamento e repetição. Quando coloco o foco sobre uma forma que se repete de modo mecânico, busco promover um desajustamento criador, ou seja, provocar um *desajuste* que exija um trabalho de criação para retomar o equilíbrio. Se há segurança na situação, há possibilidade de experimentar a invenção diante da diferença com o outro (terapeuta), permitindo resgatar a fé no corpo, no sentir, e poder-ser na sua diferença e singularidade. Denomino *experiment-ação* meu trabalho clínico que, orientado pela gestalt-terapia em diálogo com a fenomenologia de Merleau-Ponty, objetiva resgatar a corporeidade e a possibilidade de criar e recriar a existência com o mundo, permitindo a ressignificação de si e do existir humano nesse tempo sócio-histórico, transgredindo e instituindo. ■

Referências bibliográficas

Perls, F. S., Hefferline, R., & Goodman, P. (1997). *Gestalt-Terapia*. São Paulo: Summus.

Recebido em: 17/09/2011

Aceito em: 17/19/2011

Sobre a autora:

ⁱ **Mônica Botelho Alvim** é Psicóloga, Especialista em psicologia clínica, Gestalt-terapeuta, Mestre em Psicologia Social e do Trabalho e Doutora em Psicologia Clínica pela Universidade de Brasília (UnB). É Professora Adjunta no Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) e uma das coordenadoras do Núcleo de Estudos Interdisciplinares em Fenomenologia e Clínica de Situações Contemporâneas daquele Instituto. É docente colaboradora em diversos cursos de especialização em Gestalt-Terapia. Atua na área clínica com Gestalt-Terapia desde 1990, tendo experiência nas áreas social e do trabalho e desenvolve, atualmente, dispositivos clínicos para atuação de psicólogos em comunidades. Em sua linha de pesquisa articula a fenomenologia de Maurice Merleau-Ponty, a Gestalt-terapia, a Arte Contemporânea e a Estética.

E-mail: mbalvim@gmail.com