

## **Importância do Contato, da Auto Regulação Organísmica e da Relação de Casais no Início da vida e na Formação de Identidade**

The Importance of the Contact, the Organismic self-Regulation and the Relation of Couples in the Beginning of life and in the Formation of Identity

**Jane Rodrigues<sup>1</sup>**

---

### **RESUMO**

*Este artigo versa sobre:*

1- A Importância do Contato, da Auto Regulação Organísmica e da Relação dos Casais no Início da vida de um bebê desde sua fecundação e na sua Formação de Identidade , ou seja, o processo do Existir e Ser.

2- A prevenção de distúrbios futuros (resistências e couraças) através do desenvolvimento da auto-estima do bebê, da qualidade Contato e das suas Funções de Contato

**Palavras-chave:** Contato, Auto regulação Organísmica, Identidade

---

### **ABSTRACT**

This article is about:

1- The Importance of Contact, Organismic Self Regulation and the Relationship of the Couples at the beginning of the life of a baby since its fecundation and in its Formation of Identity, that is, the process of Existing and Being.

2- The prevention of future disorders (muscular armor and harnesses) through the development of self-esteem of the baby, the quality of Contact and its Functions of Contact

**Keywords:** Contact, Organismic self-Regulation, Identity

---

### **INTRODUÇÃO**

Não tendo encontrado nada em Perls sobre o desenvolvimento e formação de identidade, identidade sexual e identidade de gênero, tenho pesquisado na Psicanálise e na teoria de Reich.

Em termos de **Formação de Identidade**, Perls se ocupou mais com os aspectos fenomenológicos da fase pós- verbal, Freud se ocupou mais com os aspectos do

desenvolvimento pré- verbal e Reich ocupou-se com os aspectos de desenvolvimento pré e pós verbais, ou seja desde a fecundação e da vida intra-uterina em diante. Tento aqui colocar alguns pensamentos em linguagem gestáltica...É uma leitura e síntese que fiz , dos três acima citados.

Este texto é parte de do material dado no **Curso de Extensão em Gestalt Terapia** sobre a **“Importância do Contato, da Auto Regulação Organísmica e da Relação de Casais no Início da vida e na Formação de Identidade”** (curso dado regularmente no EcoHum)

## O VIVER CRIA FORMAS

Vida - quando começa e quando termina ?

A existência tem início meio e fim. A vida não.

A origem da vida ainda é desconhecida apesar das teorias diversas, e não se sabe até onde ela se estende, apesar de outras teorias, científicas, filosóficas ou espirituais

A existência começa na fecundação, passa por fases como fecundação, nascimento, desenvolvimento e termina na morte.

A existência não é. A existência está sendo. Desculpem-me "gerundizar"...

A vida não. A vida é.

E foi e será, independente de você estar nela ou não. Vivo ou morto.

Vivo ou morto você faz parte da vida, mas não é a vida, é existência, um existente.

Cada um de nós faz parte do processo infinito da vida.

Não somos o centro, nem a razão, nem a finalidade da vida.

A existência não. A existência é um processo finito, faz parte da vida infinita.

Para a vida somos de uma incomensurável “desimportância”

Para nossa existência, não. Somos de suma importância, pois a qualidade de nossas vidas e da vida de outros seres humanos determina a vida dos seres vivos no planeta. E quando não houver mais vida humana (existência) no planeta Terra, o planeta Terra e outros planetas, o Cosmos continuará aí.

Com ou sem nós.

O processo da existência, desde a fecundação até a morte, é um movimento contínuo de envolver/desenvolver/apegar-se/desapegar-se e assim sucessivamente.

E, dependendo da envolvência (ser envolvido e envolver-se) desenvolve-se através do apego/desapego. Ou involui-se através do apego e desapego

Viver cria formas.

Minha visão deixou de ser parcial ou total.

Passou a ser uma alternância entre as partes e os todos que se formam e se transformam a partir do viver. Forma. Formas. Qualidade e Boa Forma.

Boa Forma é Qualidade. Boa Forma está diretamente ligada à funcionalidade (para que).

Então, a partir do processo contínuo do envolver-se para

desenvolver-se, do apegar-se para desenvolver-se e do desapegar-

se para desenvolver-se é que começo a poder falar de relação eu/tu, das relações afetivas (que nos afetam), do desenvolvimento da auto-estima a partir do como se ama nas relações de amor, dos desencontros de amor, das alegrias e sofrimentos, do real e do ilusório, do romântico e do inteligente, do crescimento pessoal (relacional) e da prevenção das problemáticas humanas.

E, considerando a prevenção, é inevitável que minha energia se volte para a compreensão da existência, desde a fecundação (relacional) até a morte (desapego relacional).

## Processo de subjetivação

Na verdade, o desenvolvimento da identidade se dá num **constante processo** de introjeção, identificação, discriminação e diferenciação = um processo de desidentificação, na busca do seu próprio eu, do seu **Ser Si Mesmo**.

Então aqui temos o homem e a mulher que se encontram e se enamoram.

Há um campo energético de cada um e o campo energético entre eles, que se atraem por semelhanças e diferenças.

Cada um traz inscrito, no corpo, a sua história de vida, com seus valores, suas crenças, suas atitudes, seus afetos, desafetos, sucessos e fracassos, realidades e ilusões, sonhos e esperanças, muitas inseguranças, certezas e expectativas. E coraças...

Cada um portador de um quantum energético para disponibilizar para a relação e para a fecundação de um novo ser.

São estas pessoas, com este campo energético e com estas histórias, que vão fecundar um outro corpo energético.

A figura paterna, o homem do casal, pode e deve contribuir com suas atitudes para o bem-estar da mulher e de seus filhos, **co-laborar** = trabalhar junto com a mulher, dando-lhe afeto, compreensão, solidariedade, contato, "holding" e campo (contorno e ressonância).

A presença do homem é de fundamental importância e necessidade tanto para a mulher como para o bebê.

Que ele **geste** a criança **junto** com sua mulher, assim como, junto com ela, a fecundou.

Energéticamente, o feto e, posteriormente, o bebê **sentem** a presença e/ou a ausência masculina.

A **vibração e pulsação energética** masculinas são diferentes da **vibração e pulsação energética** femininas, bastando para tanto lembrarmos do símbolo yin/yang - onde um complementa o outro formando um todo harmônico, ou não, às vezes.

O feto é capaz de sentir, ouvir e diferenciar a voz paterna, da materna.

Dentro do útero a voz paterna chega mais aguda e a voz materna chega mais grave, por causa do líquido amniótico no qual o bebê flutua.

Fora do útero, os tons de voz se modificam para os ouvidos do bebê: a voz do pai é mais grave e a voz da mãe mais aguda. Por esta razão, muitos bebês recém-nascidos, quando estão sendo amamentados, tentam

virar a cabeça ao ouvir a voz paterna, no sentido de uma re-orientação, no mundo da realidade externa.

Com **os olhos** o bebê se orienta em relação à mãe, com **os ouvidos** ele se re-orienta em relação à mãe e ao pai.

O desenvolvimento da identidade sexual se inicia no terceiro mês de gestação pela diferenciação de genitália e desenvolvimento neuro-endócrino, neuro-hormonal.

A situação **pré-natal** diz respeito **ao temperamento** com que cada um de nós nasce. O temperamento não muda porque sua origem é celular e energética, é decorrente do predomínio dos sistemas reptilianos e límbicos, fases essas em que se constroem mecanismos de defesa do tipo hormonal e neuro vegetativo. Em relação ao temperamento o que se pode fazer é ajudar, como dizia Perls, na **Auto Regulação Organísmica**, e como dizia Reich em termos de "**Tensão-> Carga-> Descarga**" (energéticas) - o que de fato vem a dar no mesmo, por metodologias diferentes.

A situação **pós-natal** diz respeito à fase das defesas neuro musculares (couraças), por volta dos 9 meses de vida, após o amadurecimento do sistema cortical em diante, inicia-se o que Perls chamou de **Camada Postiça (Ego)** - ou seja, a defesa, através **da estruturação do Ego, com seus personagens, papéis e performances.**

Self é processo, movimento. Ego é estrutura, massa.

As **Resistências**, correspondem **ao modo de defender** seu Self (processo) e seu Ego (estrutura), quando em relação.

## **IDENTIDADE**

Nós somos a única espécie, em toda a natureza, que é capaz de refletir, de se perguntar sobre de si mesma.

Bichos, por mais parecidos com o homem que possam ser, não se perguntam "Quem Sou eu?"

O que estou fazendo aqui? Qual é o sentido da vida e da morte?"

Para o ser humano é absolutamente fundamental encontrar um **sentido de Ser, de Ser SI Mesmo** e encontrar um lugar e **uma forma para Ser, que seja Único e Legítimo.**

É muito doloroso quando não conseguimos ser nós mesmos.

Quando tentamos manter uma fachada, um personagem...

Ou quando não encontramos um lugar que seja nosso no mundo, onde tenhamos o sentimento de pertencer, de fazer parte, de contribuir, trocar e onde nos sintamos vistos, aceitos, reconhecidos e respeitados em nossa unicidade.

Buscamos nosso Senso de Ser, ou seja, nossa Identidade.

Ser quem se é, é tarefa para a vida toda, desde o nascimento. Começa no COMO choramos, no COMO aceitamos o alimento, no COMO dormimos, até mesmo no COMO respiramos, COMO sentimos, COMO nos movimentamos, COMO agimos.

Ouvimos muitas expressões do tipo "ser eu mesmo", "ser verdadeiro", "ser dono de mim mesmo".

Mas afinal, como se consegue isso?

Dentro do útero a criança dispõe de todos os recursos para sua evolução, maturação e a sobrevivência. Tudo que ela tem a fazer é estar neste ambiente favorável e ser receptiva às trocas energéticas entre o organismo-mãe e seu próprio organismo. Neste estágio **fusional**, os dois organismos são diferenciados para a mãe e os **observadores externos**. A partir do corte do cordão umbilical, a criança se torna um ser separado, buscando união (diferente de fusão) com o que é "o outro de si".

Nunca mais retornará ao estágio fusional original. Esse senso de união depende, paradoxalmente, de um senso de separação. E é esse paradoxo que a criança procura resolver constantemente, assim como os adultos.

A função que corresponde à necessidade de união e separação é o "contato". É através do contato que a criança tem a possibilidade de se encontrar com o mundo externo, no sentido de se prover. Ela faz contato a cada momento, seguido imediatamente de outro, num fluxo contínuo de ritmo, orientada pelas necessidades e pela qualidade dos contatos anteriores.

Todos os contatos por ela experienciados formam o que chamamos de seu Fundo.

A mãe ou quem faça a função materna (pode ser o pai, a avó etc) a toca, olha e vê, nutre, aconchega, fala com ela, sorri para ela, recebe-a, conhece-a e lhe quer bem, dando-lhe desta forma o apoio para sua pulsação energética do viver. A criança é sozinha e para sobreviver e viver precisa encontrar a mãe ou a função materna. Agora,

nesse estágio, a criança está em **simbiose** e tudo o que a mãe ou figura materna tem a fazer é criar este ambiente favorável e ser receptiva às necessidades do bebê. Estar presente como um "sinal" que propicia **clareza e referência**.

Ao nascer, o bebê tem uma dissociação fisiológica que matura com o tempo e necessita e busca essa "mãe-sinal" para a sua integração, em um funcionalismo unitário, que possibilite seu **contato com a realidade**.

Ser, começa no início da vida, com um bebê e sua mãe ou outra pessoa que cuide como mãe.

No momento da união, o pleno senso que a mãe tem de si mesma é colocado a serviço de uma nova criação e, embora ela e o bebê se tornem "nós", é esse **senso de si mesma** que permite um bom contato com o "outro de si" como um elemento integrador e não como um elemento de dissolução e/ou alienação. Desse modo, a mãe promove a possibilidade do bebê se **identificar** -(desenvolver identidade). Ao recém-nascido se torna, então, possível a função essencial de seu Self: os ajustamentos criativos de sua auto-regulação organísmica, no mundo.

Os ajustamentos criativos incluem a auto-regulação (intrapessoal), a abertura ao novo e ao contato vivificante e vitalizante (interpessoal). O ajustamento criativo tem a ver com a dialética de continuidade, com a mudança e a possibilidade de inserção cultural, do novo no velho, para formar uma nova configuração (GESTALT).

Etimologicamente, contato quer dizer estado em que se encontram corpos que se tocam, isto é, a ação de tocar, resultante da aproximação entre duas coisas. Também etimologicamente, referência quer dizer resultante da ação de referir (estar em relação).

Entramos em contato quando dois organismos se põem em relação e se tocam, isto é quando são "tocados" um pelo outro, seja através de sensações, percepções, sentimentos, pensamentos ou movimentos.

No início da vida, quando contatos são feitos, existe uma carga de excitação energética no organismo do bebê e no da mãe/função materna, que culmina em um senso de engajamento, de ressonância energética e de campo energético. O que caracteriza um "Bom início de vida" ou o "Ser nascido" é a qualidade energética destes contatos, "Como" se vê, escuta, toca e etc...

Segundo Erving Polster, "O contato é o sangue vital do crescimento, o meio de modificação da pessoa e das experiências que ela tem do mundo. O contato é incompatível com permanecer igual. A mudança é o produto inescapável do contato porque a apropriação da novidade assimilável ou a rejeição do inassimilável levará, inevitavelmente à mudança".

O contato se realiza numa fronteira em que o senso de separação é mantido de tal modo que a união não ameace a existência e sim que a possibilite. Esta fronteira onde contato se realiza é um ponto pulsante de energia.

A Fronteira de Contatos é o ponto em que a pessoa experimenta seu "eu" na relação com o "não eu". Depende da densidade e da qualidade dessa energia pulsante na **Fronteira de Contato** para que o "Eu" seja vivenciado de forma mais ou menos clara e nítida. Então, a conscientização é, na verdade, a autopercepção energética e é o senso de "Eu". O contato não contém somente este senso de "próprio eu". Envolve também o senso de **qualquer energia que esteja presente nesse campo**, seja de uma forma adequada, seja de uma forma sentida como violadora ou ameaçadora dessa fronteira.

O recém-nascido não possui a habilidade de discriminar o universo de "Si" do "Outro de si",

"Eu" do "não eu". Ele depende do fato da figura materna e da figura paterna possuírem esta habilidade para que sua própria regulação e integração organísmica se faça. O contato-referência é então o possibilitador de identidade.

Disfunções do contato comprometem a identidade por impedir a plenitude desde a gestação e o nascimento, quando, na realidade, um bom contato-referência possibilitaria que as funções sensoriais pudessem se estruturar, levando a percepções acuradas e adequadas à realidade organismo/ meio.

Nesse começo da vida, tudo em volta é estranho, é mais ou menos a sensação que nós teríamos num sonho, como se estivéssemos meio dormindo meio acordados. "Subitamente", para o bebê, aparece uma mão e lhe faz um carinho, surge um rosto grande rindo e, na hora da fome um bico de seio entra na sua boca...

Nem dá para saber de onde vem isso tudo, e parece que aquele bico de onde sai leite é uma parte do seu corpo que não se conhece. É meio mágico... Afinal bastou chorar de fome que o alimento apareceu...

A necessidade que a criança sente (Fome como Figura ) jamais pode ser percebida e entendida separada (nesta fase) do seu contexto de dissociação fisiológica em contato com o mãe ( Fundo).

Nesses termos, no início da vida, o bebê é Figura e a mãe é o Fundo, nesta relação.

É a comunicação da criança que vai apontar o caminho para a mãe, em termos de uma procura mais ampla e adequada para o atendimento de suas necessidades, integração e auto percepção (conscientização), possibilitando sua formação de uma estrutura organizada, de uma "Boa Forma".

O Fundo (mãe) não possui o mesmo magnetismo da Figura. É ilimitado e informe, e sua principal função é **fornecer um contexto** que proporcione profundidade para a percepção da Figura, dando-lhe **perspectiva**, mas, impondo pouco interesse independentemente da Figura. A vitalidade do Fundo está em sua fertilidade e disponibilidade energética.

O Fundo é uma fonte de formações figurais continuamente novas. A pessoa não só estrutura o que percebe em unidades econômicas de experiência como também altera e filtra tudo o que vê e ouve, harmonizando seletivamente, suas percepções com suas necessidades internas.

No início da vida, o bebê faminto se inclina a perceber a mãe como "sendo um seio" porque ele necessita do seio (Figura) como fonte de nutrição. A mãe propriamente dita, momentaneamente, é o Fundo.

Ou então, parece, ao bebê, que foi ele quem criou aquela fonte de alimento só por ter fome e desejar alimento.

Para bebê, não há uma diferenciação e uma discriminação clara entre ele mesmo e o mundo que o cerca.

O ser vivo revela ter tendências a organizar tudo de modo englobante. É uma ligação muito especial essa dos primeiros tempos de vida do bebê.

A mãe e ele, parecem ser uma pessoa só, são dois em um.

É iniciado o processo de Identificação

Toda a vida do ser vivo é em certo sentido, Fundo para o momento presente. Toda a vida incluindo o momento presente é Fundo para o surgimento das Figuras futuras.

Os fatores que compõem o fundo de uma pessoa são:

- as experiências de vida anteriores ao momento presente
- o montante de situações inacabadas, seja por insatisfação ou frustração.
- o fluxo de relacionamentos de Figura e Fundo na experiência Presente

À medida que se desenvolve, a criança vai ficando um pouquinho mais independente ( é ela quem informa que pode ser desmamada), e devagarzinho vai precisando menos dessa ligação tão estreita com a mãe.

Já pode ficar um pouco sozinho no berço, brincando, já sabe que é mamãe que dá a comida...

A mãe percebe que o bebê vai precisando menos e, a essa altura, ela também já está cansada e quer voltar a ser ela mesma. Assim, começa a se desfazer aquela relação em que os dois formavam um só, como uma Simbiose.

Ser "referencial" significa essencialmente que as atitudes maternas suprem o bebê com qualidade, podendo emergir figuralmente, compatibilizando o fundo, dando-lhe contorno e senso de "eu".

. Tanto a mãe quanto a criança trabalham para isso. A mãe, saindo devagar, avaliando as reações do bebê, estimulando a independência.

E a criança, descobrindo o mundo e suas próprias capacidades e habilidades para SER e viver satisfatoriamente.

Esse período em que o bebê tem o sentimento de que tudo em volta é dele ou ele é quem criou, começa a se desfazer, pouco a pouco. Processo de diferenciação.

E é importante que seja assim. Esse sentimento de "ser o criador de seu mundo" vai ajudar a **ter confiança suficiente** para poder perceber e aceitar que, na verdade, ele era "**criador apenas de si mesmo**".

*Jane Rodrigues*  
*CRP-05/2383*

---

<sup>1</sup> Av Seranambetiba 3500/1806 BL01  
Barra da Tijuca – Rio de Janeiro – Brasil  
CEP: 22630-010  
email: janerodrigues@globo.com  
Tel: 21- 24918994