

ARTIGO

Refletindo sobre o refletir – apresentando os processos reflexivos.

Reflecting about Reflexion - presenting the reflexing processes.

Gabriela dos Santos Barbosa Netto

gabi.netto@gmail.com

RESUMO

Durante minha especialização em terapia de família no Instituto de Psiquiatria da UFRJ percebi a necessidade da elaboração de um artigo que apresentasse a teoria que sustenta a utilização da equipe reflexiva. Neste trabalho busco apresentar as principais idéias sobre a prática proposta por Tom Andersen, os processos reflexivos.

Palavras-chave: terapia familiar; psicologia clínica; atendimento em equipe; equipe reflexiva; processos reflexivos, Tom Andersen.

ABSTRACT

During my specialization course in family therapy at UFRJ's Psychiatry Institute I noticed the need of the elaborating a scientific article presenting the theory that sustains the use of the reflexive team. In this work I intend to present the main ideas about the practice proposed by Tom Andersen, the reflexive processes.

Keywords: family therapy; psychology; group therapy; reflective group; reflexing processes; Tom Andersen.

Após terminar minha especialização em Terapia de Família no Instituto de Psiquiatria da UFRJ deparei-me com a necessidade de uma contribuição teórica sobre os fundamentos da equipe reflexiva. Durante dois anos, atendi muitas famílias que buscavam atendimento naquela instituição. Nos atendimentos realizados pela equipe da especialização buscava-se não utilizar técnicas que direcionassem a maneira da família agir diante dos impasses trazidos por elas. As famílias eram olhadas com curiosidade e as perguntas dos terapeutas durante os atendimentos eram baseadas primordialmente sobre o que estava sendo visto, ouvido ou percebido durante o atendimento. Essas perguntas eram baseadas na crença de

que não estávamos diante das famílias como experts e sim como facilitadores do processo de resolução de problemas. As perguntas verdadeiramente feitas com curiosidade, na maioria das vezes, levavam as famílias a refletir sobre novas possibilidades de ação.

A curiosidade e as perguntas eram nossos principais instrumentos de trabalho. Além deles, nós éramos também um instrumento. Afinal, muitas coisas aconteciam nos atendimentos, porém poucas de fato nos “tocava”. E era exatamente o que nos tocava que era escolhido para ser compartilhado na equipe reflexiva. A postura durante os atendimentos não era de um observador fora de um sistema, e sim de um participante de um sistema. Não havia um sistema a ser observado e sim um sistema terapêutico onde terapeuta e família estavam juntos buscando novas perspectivas.

O terapeuta não é mais um implementador de técnicas. Ele trata de tentar criar um espaço para a conversação, que inaugura, neste encontro terapeuta-cliente, um novo sistema. Aí, busca compartilhar, acompanhar a visão de mundo trazida pela família, para co-constituir realidades alternativas, novas conotações, com as quais o sistema terapêutico desenvolva novas perspectivas que não tragam em si o comportamento sintomático. O terapeuta chega como estrangeiro, trazendo a diferença e um menor compromisso com o consenso familiar. (RAPIZO, 1996: 100).

A prática dos atendimentos era fundamentada nas idéias desenvolvidas por Tom Andersen: os processos reflexivos. Tom Andersen é um psiquiatra, professor de Psiquiatria Comunitária na Universidade de Tromsø, na Noruega. Entre os anos de 1978 e 1984, Andersen e sua equipe entraram em contato com a abordagem de terapia familiar sistêmica e puderam observar a atuação dos profissionais desta abordagem. Andersen relata sua felicidade em entrar em contato com a abordagem da equipe de Milão, através de Gianfranco Ceccin e Luigi Boscolo. Eles também conheceram o trabalho do Instituto Ackerman de Nova York. (ANDERSEN, 1998). Todos da sua equipe acharam de grande relevância a maior atenção destinada ao processo de conduzir as entrevistas e a menor às intervenções. (ANDERSEN, 1991)

Em 1984, participou de uma equipe interessada em colocar em prática as idéias do grupo de Milão. Durante este período, sua equipe observou dificuldades em atuar de acordo com esta abordagem. No transcorrer do trabalho, fizeram as seguintes observações: o entrevistador não transmitia suas idéias surgidas durante sua consulta com a equipe, nem no questionamento, nem nas intervenções; a equipe tinha dificuldade em aceitar alguma intervenção; cada membro buscava que sua idéia prevalecesse com certa frequência. A partir destas constatações, eles buscaram encontrar uma forma de solucionar estes impasses. (ANDERSEN, 1991)

Em 1985, durante um atendimento de um médico a uma família, onde a equipe de Tom Andersen observava o que acontecia através de um espelho, nasceu a forma de trabalhar denominada equipe reflexiva. Em um determinado momento, a equipe de Tom Andersen perguntou ao entrevistador se eles poderiam compartilhar as

idéias surgidas durante o atendimento. Com a aprovação dos envolvidos, eles conversaram entre si sobre o que foi falado na sessão e as idéias que eles tiveram. Após o término desta conversa, o médico e a família estavam pensativos. Depois de uma pausa, conversaram bastante otimistas.

Tom Andersen, em 1991, escreveu o livro *Processos Reflexivos*, onde descreve os conceitos e idéias que baseiam esta forma de trabalhar. Vale ressaltar que segundo Raser e Japur, Andersen diz que os processos reflexivos propostos em terapia não são um método, mas, sim, uma maneira de pensar. (RASERA E JAPUR, 2004) Andersen diz à revista *Perspectivas Sistêmicas (DESCHAMPS)*: “ya que las técnicas corren el riesgo de convertirse prontamente en algo mecánico.”

Para Andersen tanto a palavra prática quanto a palavra método são utilizadas para descrever meios de se estar envolvido com o mundo. Porém, método para ele indica uma maneira específica de se estar envolvido no mundo, já a prática aponta maneiras diferentes de conectar-se ou desconectar-se do meio, é uma palavra mais ampla.

Segundo Rapizo, o contexto para a mudança construído em um atendimento com equipe reflexiva é criado a partir das conversas sobre outras conversas, uma espécie de diálogo recursivo (RAPIZO, 1996). O fato de estar atrás de um espelho deu muita liberdade para que a equipe de Tom Andersen pudesse falar o que foi pensado e permitiu à família ouvir, selecionar e compartilhar o que melhor fez sentido para ela. O interessante nessa técnica é que todos os terapeutas podem expressar suas idéias, sem a preocupação de estarem certas ou erradas. Andersen diz que nenhuma descrição é melhor que a outra, ou seja, todas são válidas. (ANDERSEN, 1991). As famílias são convidadas a co-construir com o terapeuta a melhor maneira de se trabalhar o que elas estão vivenciando como problema. Não são os terapeutas que dizem o que está errado ou deve ser modificado.

Durante a forma de atendimento proposta por Tom Andersen, nada é imposto à família como uma realidade absoluta, já que cada terapeuta enxerga de uma forma diferente uma mesma situação. Para cada um, algo ficará mais forte e será selecionado para a descrição das conversas e outros aspectos não serão notados (ANDERSEN, 1991). Raser e Japur pontuam que essas diferenças se dão na linguagem e produzem diferentes significados para as situações vividas (RASERA E JAPUR, 2004).

Através dessas conversas, diversos pontos de vista são apresentados à família. Porém, não de uma forma hierárquica, onde o terapeuta é o detentor do saber absoluto e leva à família soluções para o seu problema. Pelo contrário, o terapeuta cria um espaço de construção de novas idéias. A relação terapeuta-cliente busca a equalização e a co-construção. Os terapeutas levam ao contexto terapêutico diversos modos de ser, de falar e descrever as situações apresentadas que podem, em um processo de colaboração e co-construção, se tornarem alternativas úteis para novas construções do cliente (RASERA E JAPUR, 2001). A partir das diferenças trazidas durante a conversação terapeutas - clientes há um favorecimento da criação de novos significados pelos clientes (GRANDESSO, 2000).

Grandesso coloca que a participação do(s) terapeuta(s) e equipe, lado a lado, proporcionam a co-existência de visões diferentes. Pontua que esta forma de trabalho é muito coerente com a idéia de que os problemas humanos são multifacetados em muitos aspectos. Além disso, quem os define é quem constrói a compreensão das coisas. (GRANDESSO, 1995)

Uma perspectiva dialógica é assumida quando as idéias da equipe reflexiva são colocadas a família e ao terapeuta. Há uma oferta de diferentes reflexões como versão alternativa, onde se configura às narrativas apresentadas, diferentes quadros de atribuições de significado. Configura-se dessa forma uma experiência intersubjetiva onde podem ser desenvolvidas significado e compreensão. Se, ao contrário, uma idéia fosse colocada como dominante, não haveria a possibilidade de desenvolvimento de novos significados.

Para White e Epston, descrições saturadas por problemas e versões subjugantes de si podem ser transformadas com o surgimento de novas possibilidades de descrição do problema, doença ou sofrimento emocional (WHITE E EPSTON, 1990 apud Guanaes, 2006).

Durante a entrevista à revista Perspectivas Sistêmicas (DESCHAMPS), Tom Andersen descreve como as conversas possibilitam a modificação da maneira de agir das pessoas:

P.S.: ¿Cómo ha modificado su trabajo este tipo de conclusiones?

T.A.: Para mí ahora todo se centra en la conversación y cómo la gente que forma parte de la misma es transformada y cambiada por la conversación en sí misma. Los cambios se producen por estar en conversación.

P.S.: ¿Cuándo usted puede decir que la gente se ha modificado en la conversación? ¿Cuáles son las señales?

T.A.: Creo que no he prestado demasiada atención a ese tipo de señales, ya que lo que me ha preocupado en verdad enormemente es darle a la gente la posibilidad de hablar acerca de las mismas cosas de una manera diferente. Hablando de una manera diferente, las personas pueden también empezar a pensar de una manera diferente y a actuar y vivir de un modo distinto. Todo esto significa poder estar presente en la vida de una manera diferente.

É a apresentação de pontos de vista diferentes que fazem a diferença nos atendimentos baseados em processos reflexivos. Contudo é importante ter em mente que a forma como esse conteúdo é apresentado é muito importante. É necessário sempre estar atento a preservação da integridade das pessoas. Um andamento lento das conversas proporciona a observação de como o conteúdo apresentado está refletindo nos ouvintes. Uma conversa deve ter um ritmo adequado para dar tempo às pessoas refletirem sobre o que foi falado. São necessárias pausas tanto antes do falar, quanto depois do falar. Segundo Andersen:

Durante o ciclo de conversa, uma pessoa sempre necessita de uma pausa antes do falar (agir) e uma pequena antes de ouvir (sentir). A pausa antes do falar pode ser usada para uma pergunta a si próprio, 'o que realmente ele falou?' (ANDERSEN, 1991: 56)

Dessa forma, o terapeuta pode utilizar em suas reflexões exatamente as falas trazidas pelas famílias durante a sessão. Observamos que o fato dos terapeutas falarem sobre o que foi falado e visto no decorrer da sessão, produz um efeito diferenciado nas famílias. Muitas vezes elas relataram que realmente se sentiam ouvidas e acolhidas.

Andersen descreve a existência de três tipos de diferenças: as diferenças comuns, as adequadamente incomuns e as inadequadamente incomuns. A diferença que faz a diferença é a adequadamente incomum e é essa diferença que devemos buscar nos atendimentos. Devemos estar atentos a não oferecer nada incomum demais, pois esses conteúdos ameaçam a integridade das pessoas e elas tendem a fechar-se para não serem influenciadas (ANDERSEN, 1991).

É importante ter muito cuidado para mencionar conteúdos não-verbais trazidos pela família, tais como: emoções fortes, porém não expressadas, ou evidente distância entre alguns membros da família. Muitas vezes a equipe percebe aspectos que a família pode ainda não estar pronta para comentar. A equipe deve optar por não comentar tais aspectos ou falá-los demonstrando alguma incerteza, dessa forma a tornar a família mais sensível a coisas que não foram percebidas anteriormente.

As reflexões são realizadas em forma de um diálogo onde são incluídas perguntas sem resposta. Andersen pontua que durante a reflexão os participantes comentam uns com os outros e se perguntam se outras pessoas pensariam em mais perguntas ou em algo diferente. Considerando que existem diferentes versões sobre os assuntos trazidos e que cada membro tem sua própria versão, Andersen salienta que uma certa incerteza deve aparecer quando a equipe fala (ANDERSEN, 1991):

Como regra geral, tudo que é dito deve ser especulativo: "Eu não tenho certeza", "Me ocorreu...", "Talvez...", "Eu sinto que...", "talvez isso não seja apropriado, porém...", e por aí vai. As reflexões devem ter sempre a qualidade de tentativas de contribuição, e não de pronunciamentos, interpretações ou observações de juízo. (ANDERSEN, mimeo).

Andersen diz que não existem muitas regras a serem seguidas pela equipe. Existem regras do que não devemos fazer. Ele coloca que a equipe não deve refletir sobre

algo que pertença a outro contexto que não o da conversa ouvida durante o atendimento. Conotações negativas nunca devem ser utilizadas. A utilização destas pode levar a aquele que as utiliza, a crença na existência de que algo acerca dessa pessoa ou desse algo deveria ser de outra maneira. Quando se eliminam as palavras e expressões negativas, a linguagem fica com um conteúdo mais positivo e neutro (ANDERSEN, 1991).

Para Andersen um diálogo é composto por três conversas paralelas, acontecendo ao mesmo tempo: duas conversas internas e uma externa (ANDERSEN, 1991). Grandesso descreve que no atendimento com equipe reflexiva existem duas condições de diálogo: diálogo interno e diálogo externo. Ela coloca que no diálogo externo há a necessidade de um relacionamento sequencial entre os atos de fala e uma adequação ao contexto da conversação. O diálogo interno possibilita ao ouvinte saltos entre níveis do sistema de significados (GRANDESSO, 2006). Enquanto a equipe reflexiva está escutando, ela está imersa num diálogo interno. Dessa forma, os membros da equipe podem construir o seu próprio quadro de significados, atribuindo o seu sentido a narrativa que se configura durante a conversação terapêutica. Segundo Grandesso, a partir de suas lentes e suas perspectivas teóricas cada membro da equipe reflexiva pode construir um quadro de como a família está atribuindo significado à experiência vivida. Além disso, ao mesmo tempo é possível elaborar a partir de seu próprio referencial, quadros alternativos de significados. A família e o terapeuta de campo que ficaram apenas escutando também envolvem-se numa conversa interna. Estão livres para dar seus próprios saltos de significado (GRANDESSO, 1995).

Essas conversas internas, segundo Rasera e Japur, proporcionam a pessoa que fala lidar com as idéias trocadas e com a participação na conversa externa. Tomm pontua que como no atendimento com a equipe reflexiva há uma inversão de posições, de escuta e observação, no sistema terapeuta/clientes, ambos experimentam as duas formas de diálogo (TOMM, 1985 apud GRANDESSO, 2006). Esse diálogo interno propicia a troca e a construção de novas descrições, mantendo a manutenção da integridade da pessoa (RASERA E JAPUR, 2004).

Parte da fala interna trata do conteúdo expressivo da fala externa: o que é, e também, como pode essa fala externa ser melhor desempenhada. Dá a impressão de uma pessoa dialogando constantemente consigo própria sobre como conectar-se, por meio de uma conversa, para chegar a novas e úteis perspectivas (descrições e explicações), sem que sua integridade seja atingida. (ANDERSEN, 1991: 52).

A possibilidade de avançar e retroceder entre diálogos externos e internos emerge a partir da troca de posições. Além disso, duas perspectivas diferentes dos mesmos

fatos surgirão. Dois pontos de partidas distintos, serão proporcionados quando forem buscadas por nós novas descrições e compreensões (ANDERSEN, 1991).

A participação da família desse processo dialógico pode proporcionar mudanças. Grandesso recorre a Anderson e Goolishian ao definir os benefícios da terapia. Ela coloca que novas histórias, novos temas e narrativas são criados a partir do diálogo e, no domínio do não-dito estão os recursos da terapia (GRANDESSO, 1995).

Différance é tensão entre o dito e o não dito. Derrida diz que a partir desta tensão há um potencial para o surgimento de um novo entendimento (DERIDA, 1986 apud LAX, 1998, in MCNAMEE e GERGEN). Ele coloca a possibilidade do surgimento de novas narrativas/perspectivas a partir do interjogo entre metáforas e expressões do cliente e as do terapeuta. Pontua que o terapeuta deve ficar atento ao que não foi dito pelo cliente e oferecer, através de uma reflexão, uma visão diferente. Assim durante a terapia, a colocação de novas idéias pode provocar uma différance, onde uma nova narrativa pode ser desenvolvida pela família.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDERSEN, T. *A equipe reflexiva, diálogo e meta-diálogo no trabalho clínico*. Biblioteca do ITF (mimeo).

_____. *Processos Reflexivos*. (1991). Rosa Maria Bergalo (tradução). Rio de Janeiro: Instituto NOOS: ITF, 2002.

DESCHAMPS, C. *Uma forma democrática de psicoterapia: entrevista com Tom Andersen*. Disponível em: <<http://www.redsistemica.com.ar/andersen.htm>>. Acesso em: 08 fev, 2007.

GRANDESSO, M. *A equipe reflexiva: uma análise do ponto de vista da construção do significado* In: Revista Nova Perspectiva Sistêmica. Ano IV, No 7, novembro, 1995.

_____. *Sobre a reconstrução do Significado: Uma análise Epistemológica e Hermenêutica da Prática Clínica*. São Paulo: Casa do psicólogo, 2000.

GUANAES, C. (2006). *A Construção da mudança em terapia de grupo: um enfoque construcionista social*. São Paulo: Vetor.

LAX, W. D. (1998). *O pensamento pós-moderno na prática clínica* in: A terapia como construção social. MCNAMEE, Sheila e GERGEN, KEENNETH J. (pp 86-105) Porto Alegre: Artes Médicas.

MCNAMEE, Sheila e GERGEN, KEENNETH J. (1998). *A terapia como construção social*. Porto Alegre: Artes Médicas.

RASERA, E. F.; JAPUR, M. *Constructionist's contributions for the study of group work*. Psicol. Reflex. Crit., Porto Alegre, v. 14, n. 1, 2001. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010279722001000100017&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 06 Fev, 2007.

_____. *Desafios da Aproximação do Construcionismo Social ao Campo da psicoterapia*. Estud. psicol. Natal, v. 9, n. 3, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413294X2004000300005&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 06 Fev, 2007.