

## **Gestalt-terapia: revisitando as nossas histórias.**

**Jean Clark Juliano**

### **RESUMO**

Neste trabalho, a autora relata as origens históricas da Gestalt-Terapia, ressaltando a relevância da contribuição de Laura Perls; relaciona a gênese das idéias com o contexto histórico em que elas surgiram; comenta o impacto que essa abordagem trouxe para o panorama geral da psicoterapia no mundo e no Brasil, e cita os desdobramentos da prática clínica que nos trazem até o momento atual.

### **Summary**

In this article, the author relates the origins of Gestalt-Therapy, underlining Laura Perls' relevant contribution to the context in which the main ideas were brought forth; comments on the impact of the new ideas on the therapeutic scenery in the world and among us in Brazil and describes the recent developments of our clinical practice.

### **INTRODUÇÃO**

Tenho consciência de que contar histórias é equivalente a contar-se também. A percepção pessoal organiza e seleciona os eventos, conferindo a eles significado e coerência.

Laura Perls, por ocasião da celebração de seus 80 anos, conta a seguinte história, baseada no filme japonês "A Mulher nas Dunas":

"Um homem, amante da natureza, andando numa praia, passou o dia coletando e classificando insetos. Assim, entretido, perdeu o ônibus que o levaria de volta à cidade. Ao procurar um lugar para passar a noite, ele perambula pelo topo do penhasco, até que consegue enxergar uma luz bem lá embaixo, nas dunas. Enxerga escadas de corda penduradas no penhasco e desce até aquela casa, onde ele encontra uma mulher andrajosa e solitária que o recebe para passar a noite.

Quando ele se levanta de manhã, descobre que as escadas foram recolhidas pelo povo do vilarejo, que estão dançando e comemorando no alto do penhasco, e ele se conscientiza de que caiu numa armadilha. Suas tentativas de encontrar uma saída o deixam zangado e desesperado. Gradualmente ele se torna consciente daquilo que é possível dentro desta situação confinada. Sua relação com a mulher se transforma em ligação e resulta numa gravidez e

sua necessidade de atividade e curiosidade científica resultam na invenção de um instrumento que retém água da neblina e orvalho. Quando chega o tempo da mulher dar à luz, o povo do vilarejo dança as escadas de corda e a levam

2

até a parteira. Eles deixam as escadas penduradas, e nosso homem, se quisesse, poderia agora sair de lá. Mas ele escolhe ficar..."

### **Laura Perls: Sua presença na Gestalt-Terapia**

Laura sempre disse que cada Gestalt-terapeuta desenvolve seu próprio estilo e que qualquer elemento integrado na personalidade se torna suporte para o trabalho que realizamos. Quanto mais amplo nosso contexto, maior fica a quantidade de recursos de que dispomos. Laura falava da própria experiência, uma vez que era possuidora de uma formação muito rica quando encontrou Frederick Perls em 1926 e iniciaram um longo trabalho de colaboração que resultou na Gestalt-Terapia.

Laura Posner Perls nasceu em 5 de agosto de 1905, em Pforzheim, Alemanha, uma pequena cidade perto de Frankfurt e da Floresta Negra. Sua família era amorosa, encorajadora, suportiva e protetora. Uma família bem pouco habitual para um psicoterapeuta...

Sua família era de classe média alta e eram judeus que cultivavam sua tradição. Laura começou tocar piano aos 5 anos de idade, tendo aulas com sua mãe, que era boa pianista. Ao chegar aos 18 anos, já tocava num nível profissional. Ela também estudou dança moderna desde criança e desta maneira, durante toda sua vida esteve envolvida com dança e música. Frequentou o ginásio clássico, uma escolha pioneira, uma vez que escola era masculina e ela foi a primeira mulher a frequentá-la. Estudou línguas: Grego, Latim, Francês e Literatura Alemã. Escreveu histórias e poemas. A escrita também se tornou parte de sua vida. Profundamente comprometida com a tradição intelectual e cultural de sua época, estudou na Universidade de Frankfurt, na área do Direito. Ali desenvolveu uma consciência política e a vontade de realizar algo que fosse socialmente útil. Entrou em contato com a Psicanálise, que na época era a vanguarda do estudo da mente e se submeteu a uma análise completa com Otto Fenichel, tornando-se ela própria analista.

Seu interesse por Psicologia se tornou evidente com Adhemar Gelb; foi num curso dado por ele que encontrou Frederick Perls, que na época trabalhava como assistente de Kurt Goldstein, num centro de tratamento de lesionados neurológicos de guerra. Ela também era uma estudante de Goldstein, onde estudava as mudanças comportamentais advindas de lesão cerebral; estudou também com Max Wertheimer, Paul Tillich e Martin Buber, que exerceram profunda influência sobre ela. Sua tese de doutoramento foi em Psicologia da Gestalt.

Então, quando iniciou sua prática como analista, ela era pianista, dançarina, tinha diploma de línguas e literatura, diploma de Direito, doutoramento em

Gestalt-Psicologia, além de estudo intensivo de Filosofia.

Sua natureza rebelde aparece quando se casa, em 1930, com Frederick Perls, contra a vontade da família. Ele tinha 36 anos de idade e ela 24. O casal frequentava o grupo "Bauhaus", que era composto de artistas, poetas, filósofos e arquitetos. Esse grupo tinha posições políticas radicais, lutando por

3

mudanças drásticas dos códigos vigentes. Logo se tornou alvo dos grupos nazistas que estavam em ascensão. Através da participação política, tinham rápido acesso às informações, e perceberam que a situação era grave. Na época moravam em Berlim, com sua filha Renata, quando em 1933, decidiram que era hora de sair da Alemanha. Deixaram tudo para trás e com apenas 33 dólares, escondidos na cigarreira de Fritz, foram para Holanda onde ficaram num campo de refugiados, enfrentando uma vida de miséria. Foi quando Ernest Jones veio ter com eles, e ofereceu a Fritz a chance de praticar Psicanálise na África do Sul, para onde se mudaram em 1934.

Laura descreve seu período de África do Sul como sendo muito confortável. Levou 3 meses para aprender inglês; ambos estabeleceram uma prática psicanalítica bem sucedida, moravam numa linda casa, tinham vários empregados, e aí nasceu o segundo filho, Steven. Nos anos do pós-guerra, o governo da África do Sul começou a se transformar, tornando-se cada vez mais fascista com o apartheid; começam a fazer planos para ir aos Estados Unidos. Nessa época, ambos se identificavam como psicanalistas. Frederick Perls, saudosos da Europa e querendo quebrar seu isolamento cultural, vai em 1936 ao Congresso Internacional de Psicanálise, na Checoslováquia apresentar suas idéias sobre "Resistências Orais". Para sua decepção não foi bem recebido por Freud, teve acolhida fria por parte de Reich, que havia sido seu analista e suas idéias foram consideradas inadequadas pelos seus companheiros. A partir desta ferida começa a dissensão da teoria freudiana, culminando com a publicação de *Ego, Hunger and Aggression*, em Durban, África do Sul em 1942, na Inglaterra em 1947, com o subtítulo "Uma revisão da teoria e método de Freud", e em 1969, nos Estados Unidos, com o subtítulo "O início da Gestalt-Terapia". Esse livro, assinado por Fritz, foi resultado da colaboração e reflexão do casal, sendo que Laura escreveu dois capítulos. Foi bem recebido por profissionais de renome, como Karen Horney, Erich Fromm, que os auxiliaram a se colocarem como analistas.

Ao se estabelecerem em Nova York, ligaram-se a pessoas de vanguarda e a políticos de esquerda. Foi dessa população que vieram seus primeiros pacientes. Laura, para espanto geral, já trabalhava face à face com o paciente. Fritz tenta se inscrever no Instituto Psicanalítico de William Allonson e é recusado. Esta recusa e o encontro com Paul Goodman são fundamentais na história da Gestalt-Terapia.

O Instituto de Gestalt de Nova York foi fundado em 1951 por iniciativa de Fritz. No início Laura estava totalmente desinteressada. Sentia-se sobrecarregada com seus horários de atendimento preenchidos, somando-se obrigações familiares e domésticas. Um grupo de pessoas, membros de um grupo seu de terapia,

iniciado em 1949, acabou se envolvendo no movimento. Essas pessoas incluíram Paul Weiss, Paul Goodman e Elliot Shapiro. Isadore From, que tinha estado com Fritz na Califórnia se tornou membro um tempo depois. As reuniões do Instituto por muito tempo foram feitas em sua sala de visitas, regadas a café e bolachas feitas por ela. Laura se contagiou com o entusiasmo que essas pessoas trouxeram ao Instituto. Na primeira aula que Fritz deu apareceram 40 pessoas. Ele dividiu o grupo em dois e Laura tomou para si 20 alunos. Assim foi o início. Até hoje o Instituto postula uma maneira informal de fazer formação, fiel aos seus princípios anarquistas.

4

Apesar de sua relutância em tomar parte significativa no Instituto, Laura se tornou indispensável. Infelizmente para nós, Laura pouco escreveu, mas seu impacto é profundo. Ela era perfeccionista e tudo que escreveu era claro e elegante. Escreveu muita poesia. Sua experiência com dança a fazia lidar com facilidade com movimentos expressivos e criatividade. Integrava no seu trabalho os métodos de Alexander e de Feldenkreis.

Em suas palestras pelo mundo seus grandes temas foram contato e suporte. Enfatizava o interpessoal; Fritz dava ênfase à awareness e ao individualismo. Laura se dizia profundamente influenciada pelo encontro pessoal com Buber e dizia que a verdadeira essência da Gestalt-Terapia estava na relação estabelecida entre terapeuta e cliente.

A não ser por poucas viagens para dar treinamento, Laura permaneceu em Nova York até 4 meses antes da sua morte, na sua cidade natal, Pforzheim, em 1990, aos 85 anos de idade.

Fritz era um andarilho, Laura tinha raízes solidamente plantadas. Foi somente após a morte de Fritz que Laura começou a tomar posse de seu papel de co fundadora da Gestalt-Terapia, e então numerosos autores começaram a se remeter a suas contribuições práticas e teóricas.

## **ORIGENS DA GESTALT-TERAPIA: Uma questão controvertida**

Ao perguntar a qualquer Gestalt Terapeuta a respeito da origem de sua abordagem podemos obter duas respostas bastante divergentes e polêmicas: para alguns, o fundador é Fritz Perls; para outros, não se pode falar de um fundador, mas de um grupo de fundadores: “o grupo dos sete” que compreendia um médico, um educador, dois psicanalistas, um filósofo, um escritor e um especialista em estudos orientais. Não se trata, no caso, de uma divergência puramente histórica, mas sim de duas maneiras diferentes de se pensar e praticar a Gestalt-Terapia.

Além dessa divergência quanto à origem, temos também a questão de qual o livro que melhor representa a abordagem. O livro da discórdia, o mais discutido e certamente o que expressa as várias contraposições, permanece sendo o Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality (1951) de Perls, Hefferline e Goodman. Estamos falando mais precisamente da segunda

parte desse livro, escrito por Paul Goodman a partir de apontamentos de Fritz Perls, na época com 58 anos.

O chamado "grupo dos sete", que era constituído por Fritz Perls, sua esposa Laura, Paul Goodman, Isadore From, Paul Weisz, Elliot Shapiro e Sylvester Eastman, muito experimentou e aprofundou esta parte do livro, sempre o considerando como "a Bíblia" da Gestalt.

O "Gestalt Therapy" foi publicado há 40 anos. É razoável considerar este evento como o nascimento da Gestalt. Foi aí que o termo foi usado pela primeira vez, apesar das discussões entre o grupo. Para Laura, devia chamar-se "Psicanálise Existencial". Esse nome foi recusado por questões mercadológicas (na época o existencialismo de Sartre era considerado

5

demasiado niilista nos Estados Unidos). Hefferline queria que o livro se chamasse "Terapia Integrativa", o grupo dos sete como um todo queria chamá-lo "Terapia Experiencial"; Perls queria chamá-lo "Terapia de Concentração", para se opor à associação livre da Psicanálise. O nome "Gestalt-Terapia" provocou acalorados debates, principalmente com Laura, que conhecia muito bem a Psicologia da Gestalt e não achava que esse nome era pertinente. Paul Goodman, por sua vez, como bom anarquista, achou o termo muito "esotérico e estranho", mas por isso mesmo o apoiou. Esse texto veio propor uma nova teoria e mudança em alguns paradigmas teórico-clínicos da psicoterapia da época.

## **PRINCIPAIS IDÉIAS**

Para Perls, a tarefa central da terapia não é fazer com que os pacientes aceitem interpretações arcaicas de sua história passada, mas é ajudá-las a se tornarem vivas para a experiência imediata no momento presente. É acordar para a imediatez e simplicidade do agora. O clássico por que da Psicanálise dá lugar ao o que e ao como. Preocupa-se mais com a estrutura do que com o conteúdo da fala.

Este sistema modifica radicalmente o que o terapeuta e o cliente vão focalizar, tornando possível começar a partir de qualquer ponto, com qualquer material disponível um sintoma, um sonho, um suspiro, uma expressão facial, um modo de se sentar, etc. Em Gestalt-Terapia, qualquer elemento desses é o núcleo do trabalho.

Meio e mensagem, forma e conteúdo tem relação quase que oposta à da psicanálise tradicional, onde o relato do paciente e a interpretação do terapeuta são o material básico. A maneira pela qual o paciente se apresenta permanece periférica.

A busca de uma solução terapêutica trabalhável no presente dá à Gestalt Terapia seu ímpeto para improvisar e experimentar, mais que explicar. A vivência, o acontecimento são as melhores explicações.

Ao trocar o local da descoberta, do passado para o presente, da lógica das causas para o drama dos efeitos, Perls foi mais além: ele tornou possível para o paciente em terapia revisar todo o seu padrão de existência a partir da perspectiva do agora. Então a construção que o paciente faz da sua vida se torna uma escolha, não um fato do destino.

O que dá coerência a todos os conceitos alheios que Perls toma emprestados é a sua focalização na qualidade de vida do presente. Ele utiliza conceitos teóricos como lentes para examinar a dificuldade das pessoas em contatar a situação imediata.

A medida de saúde, para Perls, é a habilidade de experimentar o que é novo, como novo.

Essas elaborações teóricas integraram diversos modelos de psicoterapia e as principais orientações do horizonte cultural da época (1951).

6

No período de publicação deste livro nasce, em Nova York, o primeiro Instituto de Gestalt. No ano seguinte é fundado o Instituto de Cleveland, de onde se originam, entre outros, os Erv e Miriam Polster e Joseph Zinker, que são reconhecidos como a primeira geração de Gestalt-terapeutas.

### **DA GESTALT-TERAPIA ÀS GESTALT-TERAPIAS (1952-1970)**

A Gestalt nessa época suscita muito interesse. Fritz começa a viajar pelos Estados Unidos e pelo mundo inteiro para apresentar seu próprio modelo e para conhecer outras idéias. Pouco a pouco, do ponto de vista afetivo e teórico clínico, vai-se criando uma distância cada vez mais profunda entre Fritz e Laura e entre Fritz e o Instituto de Nova York. De 1964 à 1969 Perls se estabelece em Esalen na Califórnia, onde encontra a celebridade ao oferecer demonstrações quase miraculosas de seus poderes terapêuticos. As idéias que Perls tinha pioneiristicamente reunido e elaborado são agora advogadas por muitos adeptos: - o primado da experiência como instrumento de conhecimento - a valorização da subjetividade - o lugar central que o corpo e as emoções ocupam- a postura ativa na psicoterapia

O gênio e a criatividade de Perls cavalgam essa oportunidade e se desenvolve ao redor dele e de sua maneira de fazer terapia um interesse e um sucesso incríveis. Tantos sintomas que resistiam a anos de Psicanálise pareciam se dissolver quase magicamente em contato com este terapeuta genial e com maior século de experiência psicoterápica. Nessa época ele está com mais de 70 anos de idade.

Mas... a incapacidade (ou falta de paciência!) de Perls de se aprofundar e de sistematizar suas próprias idéias não lhe permite elaborar, a partir das próprias intuições, uma teoria coerente. Ele está interessado em criar técnicas cada vez mais eficientes e espetaculares, integrando e transformando no seu estilo de trabalho terapêutico. teorias e técnicas de todos os tipos, ocidentais e orientais.

Aqueles que presenciavam as suas demonstrações recebiam idéias, slogans, técnicas miraculosas e a sensação de que seria possível desta maneira, evitar o longo tempo que é necessário para se solidificar uma mudança.

O grupo de Nova York se distancia de Fritz e lhe faz críticas pesadas, entre as quais a de haver transformado psicoterapia em teatro, de haver confundido workshops com terapia a longo prazo, e de haver encorajado a introjeção. (Que ele tanto criticava em relação à Psicanálise).

Em 1969, aos 75 anos, publica Gestalt-Terapia Explicada, que contém relatos de alguns de seus workshops de demonstração em Esalen, um instituto na Califórnia que representa a vanguarda do pensamento filosófico e psicoterápico. Neste livro aparecem, principalmente, relatos de trabalhos com sonhos feitos com clientes que são, em sua maioria profissionais da área de saúde mental.

Na introdução desse livro sai a "Oração da Gestalt" que ficou altamente popularizada. Ela traz uma proposta de um individualismo marcante, válido para adolescentes em fase de diferenciação em relação a seus pais, mas absolutamente ineficaz para um adulto que pretenda se vincular efetivamente a um projeto afetivo ou profissional a longo prazo.

7

Para quem não conhece, esta oração é a seguinte:

Eu faço minhas coisas, você faz as suas. Não estou nesse mundo para viver de acordo com suas expectativas. E você não está neste mundo para viver de acordo com as minhas. Você é você, e eu sou eu. E se por acaso nos encontrarmos, é lindo. Se não, nada há a fazer.

Neste meio tempo, o grupo de Nova York continua aprofundando teórica e clinicamente o texto de Perls e Goodman.

A imagem que me vem é que Perls vai na frente abrindo picadas, e o grupo vai atrás fazendo o trabalho de pavimentação dessa estrada. Eles desenvolvem uma grande competência na teoria e prática do contato, uma habilidade de trabalhar sobre aspectos sutis da interação paciente-terapeuta, desenvolvendo um uso da linguagem de forma mais apropriada e eficaz para provocar fortes mudanças em nível do comportamento. Laura se interessa muito por literatura, incluindo-a com grande criatividade no seu trabalho.

O interesse do grupo de Nova York pelo contato mais uma vez é uma resposta e uma adesão ao contexto sócio-cultural. É uma época efervescência. De 1952 aos anos 70, o contato, as relações e a comunicação interpessoal se tornaram os "temas da geração". São desta época os escritos de Buber e os estudos de Bateson sobre a comunicação. Neste mesmo contexto se inserem as grandes transformações de perspectiva no mundo da Física: da atomística para a teoria de campo, da observação neutra à observação participante, e também grandes transformações na literatura e na arte.

Nestes 20 anos se desenvolveram dois modos diferentes de entender e praticar a Gestalt-Terapia: a assim chamada "Gestalt da Cabeça" que se praticava em Nova York e a "Gestalt Visceral", o estilo californiano, reproduzindo uma antiga rivalidade entre o pensar e o fazer. Para além dos clichês, os estilos dessas duas escolas se diversificaram muito.

No estilo da "Gestalt Visceral", o foco era o trabalho com a awareness do paciente. Todos aqueles que conheceram Perls concordam com a capacidade que ele tinha de intuir rápida e lucidamente, aquilo de que o paciente necessitava no momento. Outro elemento que caracterizava este estilo era uma certa dureza de linguagem e o uso da frustração do paciente à guisa de frustrar a resistência...

Foi somente em 1972, após a morte de Fritz ocorrida em 1970, que se começou a prestar atenção e a recuperar a contribuição significativa de Laura Perls e de Paul Goodman. É uma pena que Laura tenha escrito tão pouco!. Ela advogava uma constante pesquisa para dar fundamento ao trabalho.

Com o passar dos anos, a primeira geração de Gestalt-Terapeutas elabora uma outra perspectiva, chamada "Gestalt do Coração". Parece adequada a comparação com aquelas situações familiares em que os filhos tentam encontrar um acordo entre as divergências paternas. As expressões significativas deste terceiro modelo são os textos Gestalt-Terapia Integrada de

8

Erv e Miriam Polster (1973) e o de Joseph Zinker, O Processo Criativo em Gestalt-Terapia (1977), com a colaboração de Sonia Nevis.

Nesse estilo, a proposta é integrar a focalização da awareness do paciente com a sua maneira de entrar em contato, especialmente na sua interação no grupo. Uma atenção particular é dada à ação, não só como instrumento da awareness, mas também como representante da ligação entre o sistema sensorial e o motor. Joseph Zinker e Sonia Nevis passam também a pesquisar e a trabalhar com a aplicação da teoria do contato com casal e família.

Os Polsters se mudam para San Diego, na Califórnia, e surgem mais dois grupos importantes para Gestalt: o de São Francisco e o de Los Angeles, que irão nos influenciar diretamente aqui no Brasil.

## **ENQUANTO ISSO, AQUI NO BRASIL...**

Nos anos 60 fomos profundamente influenciados pelas idéias de Carl Rogers, um homem que falava na primeira pessoa do singular, privilegiando o vivido.

Idéias libertárias nos chegavam dos movimentos europeus, por exemplo: Summerhill, uma escola revolucionária na Inglaterra que apostava na liberdade como melhor fonte de aprendizagem; na participação conjunta nos processos de decisão como forma de amadurecimento; a Revolta da Primavera de 68 em Paris, quando os estudantes tomaram a Sorbonne, exigindo reformas

estruturais; os Grupos de Encontro nos Estados Unidos, onde o investimento mais sério era feito na busca do crescimento pessoal, como estratégia de se construir um mundo melhor

A partir de 1970, em plena vigência da eclosão de movimentos estudantis no mundo todo e da ditadura militar aqui no Brasil, Thérèse Tellegen e eu trabalhávamos no Departamento de Psiquiatria da Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo. Tomadas pelo "espírito da época", nossa preocupação era direcionada a problemas de comunicação na interação entre as pessoas. A Thérèse trabalhava também ativamente no Gepsa (Grupo de Estudos de Psicologia Social Aplicada, do qual Walter Ferreira da Rosa Ribeiro também fazia parte); eu me dedicava a esse trabalho nas principais Faculdades de Medicina de São Paulo. Na Santa Casa tínhamos, entre outras tantas atribuições através de trabalhos grupais. Primeiro fazíamos grupos com professores, depois grupos com alunos, em seguida misturávamos os dois grupos, integrando-os em uma nova unidade.

Acreditávamos que, se os professores aprendessem a se perceber melhor na interação com seus companheiros, poderiam ter uma comunicação mais efetiva com seus alunos; a partir desse suporte, o conteúdo a ser transmitido seria mais facilmente veiculado. A própria estrutura da situação grupal proposta era já uma revolução: o sentar-se frente a frente num círculo, numa escola em que as aulas eram tradicionalmente dadas num anfiteatro; onde o professor ficava no pódio e os assistentes se manifestavam em ordem hierárquica, já se constituía numa mudança. Chamar os companheiros pelo primeiro nome, dando igual espaço para todos era uma ruptura com o modelo autoritário vigente.

9

Íamos às enfermarias com professores e alunos; intermediávamos a sua comunicação entre si e com os pacientes. O treinamento da relação professor aluno e médico-paciente era feito ao vivo e in loco. Este trabalho foi muito bem sucedido e começávamos a ser solicitadas por diferentes clínicas. O trabalho grupal, nosso grande interesse na época, nos dava muita satisfação e já provocava muitas indagações.

O início do movimento gestáltico no Brasil se dá em 1972, quando a Thérèse , partindo em sua busca de maior lastro para o trabalho com grupos, vai a Londres para uma reciclagem e volta entusiasmada com o workshop que fez lá, onde o que se destacou foi a forma com que a terapeuta-coordenadora se colocava no grupo, isto é, de forma pessoal e criativa, deixando clara a sua presença. Isso provocava uma igual resposta do grupo, que se dispunha então a correr o risco de ultrapassar um pouco seus limites habituais, e de experimentar formas alternativas de se relacionar e estar no mundo.

Nós, amigos e profissionais que estávamos próximos dela, ficamos contagiados com a sua descoberta, que tinha o frescor de coisa nova. Foi o início de uma fase muito fecunda, onde apesar da insegurança de se estar desbravando um território desconhecido, tudo estava por ser feito. Isso trouxe consigo o entusiasmo do pioneirismo.

Neste mesmo ano a Thérèse publica ELEMENTOS DE PSICOTERAPIA GESTÁLTICA, no Boletim de Psicologia da Sociedade de Psicologia de São Paulo, que se constitui na nossa primeira publicação nacional.

Mobilizamos-nos, buscando pessoas representativas da Gestalt americana para contribuir com a nossa formação. Em primeiro lugar, em 1973 ela trouxe a Silvia Peters para um workshop de 12 horas. Em 1976, junto com um grupo amigo de profissionais, entre os quais Walter Ferreira da Rosa Ribeiro, Paulo Barros, Abel Guedes, Lilian Frazão e eu, ela conseguiu trazer um Gestalt Terapeuta dos Estados Unidos, Robert Martin, do Instituto de Gestalt de Los Angeles para dois pequenos workshops em São Paulo.

O que eu vi no trabalho do Robert Martin foi a imagem da liberdade, da permissão para ser criativo, onde o terapeuta entrava por inteiro, utilizando voz, expressão corporal, materiais variados como tinta, argila, papel, música, enfim tudo o que lhe fornecesse uma porta de entrada para o mundo interno da pessoa. O terapeuta era seu próprio instrumento segundo a expressão dos Polters. Ele se utilizava de sua própria ressonância ao cliente para ajudá-lo a se ver melhor. Entrava no trabalho de corpo inteiro, e não somente com um papel.

Esse trabalho se desenvolvia no sentido de uma terapia individual em grupo, um por um entrava na roda, o grupo funcionando como caixa de ressonância, vibrando a cada movimento, a cada aprofundamento...

Entusiasmados, começamos a planejar outro workshop, desta feita com intenção de iniciar uma formação. Isso seria feito num workshop residencial em tempo integral, com quinze dias de duração.

10

Esse trabalho foi muito intenso e muito novo. Durante o grupo terapêutico, trabalhávamos diretamente com aquilo que estava disponível no momento, usando a linguagem e o veículo dos sentidos. Nosso conflitos pessoais eram trabalhos digamos, num sentido transversal. Havia períodos de silêncio e meditação, nos quais algumas vezes era possível chegar a uma perspectiva longitudinal de nossas vidas, de forma que o trabalho do grupo terapêutico se redimensionava. Fazíamos também trabalho corporal. Na época, a focalização no corpo era mais um tabu que se rompia, pois terapia era algo que se fazia com a cabeça, através da veiculação de idéias e sensações.

Este workshop inaugural de treinamento foi definitivamente, uma experiência global, abrangente...

Passado o deslumbramento inicial nos deparamos com um sem número de questões. Sabíamos que tínhamos de descer do Olimpo e voltar à estrada poeirenta da busca e retomar o caminho, tentando nomear, perguntar, compartilhar e trabalhar muito.

A partir desse momento, já com o grupo inicial ampliado por profissionais que

vieram se engajar conosco nesta trajetória passamos por uma fase necessária de aculturação. tentando extrair, do modelo importado, aquilo que era compatível com o nosso modo de ser brasileiro.

Nós brasileiros somos muito influenciados por padrões europeus de indagação filosófica e de pensar a prática. Queríamos buscar para além do brilho, um sentido para aquelas intervenções terapêuticas. Sabíamos que a nossa população, de maneira geral, se comporta de modo muito mais suave e recatado em público, daí o fato de nunca termos nos utilizado de trabalho de hot seat num grupo. Ao contrário, ouvíamos atentamente a manifestação de cada participante no grupo, para daí extrairmos um tema ou pessoa emergente a ser trabalhada. O estilo confrontativo ou abrasivo não teve aceitação em nosso meio.

Infelizmente para nós, o material bibliográfico traduzido existente era o livro de Stevens, Tornar-se Presente, o que dava ao público geral a idéia errônea de que a Gestalt se constituía em uma série de exercícios, e o livro Gestalt Terapia Explicada, que transcrevia trabalhos de workshop de Perls em Esalen. Nesse livro, a teoria e o relato dos trabalhos eram feitos em linguagem amena, tornando o seu conteúdo disponível também a leigos e iniciantes. Pareciam descrições de cura instantânea. Muitos profissionais ficaram entusiasmados com essa leitura e se puseram a "aplicar as técnicas de Gestalt" em seus consultórios, com resultados desastrosos. Eles desconsideravam o fato de que Perls nessa época contava com 76 anos de idade, tinha feito 4 análises e 50 anos de prática psicoterápica. Sua fantástica intuição era bem fundamentada.

Instalou-se, uma fase em que recebíamos inúmeros convites para falar sobre a Gestalt-Terapia. Lembro-me que na época impunha-se a tarefa de trazer a público o que a Gestalt não é. A maioria das palestras foram feitas nos sentido da contraposição. Dizíamos a quem quisesse nos ouvir: "-Não, Gestalt não é uma terapia que se faz nu na piscina" (Isso foi publicado em uma de nossas revistas semanais de maior circulação). "-Não, não usamos drogas para aumentar nossa awareness cósmica"; "-Não, terapia de grupo não é equivalente

11

a sexo em grupo"; "-Não, pegar o livro do Stevens e ao acaso propor "exercícios" de Gestalt, não é o que nós entendemos como Gestalt-Terapia" "-Não, atuações sádicas por parte do terapeuta em relação ao seu cliente não é Gestalt", e assim por diante.

Em 1981, Thérèse Tellegen, Lilian Frazão, Abel Guedes e eu fundamos o Centro de Estudos de Gestalt de São Paulo. A principal motivação para a criação do Centro foi a de servir como ponto de referência para a comunidade, peneirando o que era saudável e honesto na prática da Gestalt daquilo que era somente caricatura, para usar uma expressão amena.

Conseguimos alguns poucos exemplares do livro Gestalt-Therapy do Perls, Hefferline e Goodman que começamos a estudar com avidez; texto difícil de ser metabolizado. Depois chegou as nossas mãos o Ego, Hunger and Agression, o primeiro livro escrito pelo casal Perls, na África do Sul em 1942,

marcando a ruptura deles em relação ao movimento psicanalítico da época. O caminho das leituras foi feito ao contrário do gênese das idéias de Perls.

Ao mesmo tempo, como grupo, continuamos nossa formação em Gestalt importando outros terapeutas e trabalhando intensamente entre nós para o nosso desenvolvimento e para desvendar estilos e habilidades específicas a cada um. O encanto dessa abordagem residia justamente nisso, na possibilidade de experimentar, de usar materiais "quentes" para cada um, de poder fazer a própria síntese. Reuníamos-nos semanalmente em São Paulo para estudar e praticar a Gestalt Terapia. Ocasionalmente tínhamos um convidado americano para um workshop intensivo de Treinamento.

Simultaneamente, Walter Ribeiro, que participava desse grupo em São Paulo, inicia em Brasília em 1977 um pequeno grupo de 3 pessoas para veicular a Gestalt; esse grupo em 1978 se amplia e então se cria o primeiro grupo de formação, tarefa em que é auxiliado por Maureen Miller, terapeuta gestáltica de origem rogeriana, residente em San Diego, Califórnia.

Uma coleção de livros da nossa abordagem é traduzida pela Summus, graças ao empenho de Paulo Barros.

Em São Paulo uma parte do grupo que participou dessa formação se reuniu com a finalidade de começar a passar adiante, de forma mais organizada, aquele projeto que nos entusiasmava tanto. Foi criado o curso de especialização Abordagem Gestáltica em Psicoterapia, de 3 anos de duração, no Instituto Sedes Sapientiae.

Cuidadosamente, o curso foi sendo feito e planejado passo a passo: a cada final de semestre nos reuníamos para ouvir os alunos e discutir as idéias a partir da necessidade grupal, tentando sempre caminhar de acordo com o fluxo emergente.

A experiência de vários anos de ensino nos permite hoje elaborar um currículo mínimo que estabelece conteúdos e seqüências de matérias necessárias. Ex-alunos se integraram à nossa equipe, emprestando o seu talento na composição dinâmica do curso.

12

Nessa época, recoríamos a abordagens colaterais, importando textos de outras abordagens, acreditando que o problema da Gestalt era que não tinha teoria suficiente. Era a época em que demos espaço para o surgimento entre nós e nossos alunos, da fase Gestalt e..., com as mais variadas, improváveis e bizarras combinações. Neste movimento, perdemos muitos companheiros talentosos que se transferiram para outras abordagens mais estabelecidas.

Continuamos nossa busca, ampliada pelo surgimento de outros grupos nacionais, que estavam se deparando com a mesma questão. Começavam a se esboçar grupos no Rio de Janeiro, em Minas Gerais, Paraná, Pernambuco, Ceará, Santa Catarina, Rio Grande do Sul, Espírito Santo e Goiás, alguns com Centro de Estudos organizados.

Tivemos uma primeira reunião de pessoas de várias partes do Brasil no verão de 81.

Em 1984 a Thérèse publica *Gestalt e Grupos: uma perspectiva sistêmica*, o primeiro livro brasileiro de Gestalt. Em 1985 Jorge Ponciano Ribeiro publica o *Gestalt-Terapia: Refazendo um caminho*, a respeito das diversas fontes de nossa abordagem.

Começamos uma fase de viagens internacionais para buscar novos subsídios para o nosso trabalho. Nessa época, vários de nós viajamos com a finalidade de fazer workshops específicos na Europa e Estados Unidos citando em ordem cronológica: Thérèse Tellegen, Tessy Hantchel, eu, Walter Ribeiro, Lilian Frazão, Selma Ciornai, Virginia Costa, Maria Celisa Barbalho e Alcides Ignácio. O resultado destas viagens, além do enriquecimento pessoal nos trouxe valiosas contribuições quanto ao material bibliográfico mais recente publicado pelos vários grupos do exterior.

Qual não foi a nossa surpresa, gratificante e desalentadora ao mesmo tempo, ao constatarmos que os grupos americanos e europeus estavam se debatendo com as mesmas questões. A parte gratificante, é que tínhamos chegado a elas mesmo funcionando num sistema autodidata, e a desalentadora, descobrir que não tínhamos um grupo que fizesse a função "paterna" de ir na frente abrindo trilhas para nós.

Em fevereiro de 1987 trouxemos a São Paulo, para um Grupo de Estudos Avançados, o Gary Yontef, um dos maiores teóricos da Gestalt-Terapia atual, com uma sólida formação em Fenomenologia e Existencialismo. A sua presença catalisadora e amiga veio adicionar energia para prosseguirmos em nossas buscas. Hoje, 15 anos depois daquele primeiro workshop de treinamento, a Gestalt tal como a conhecemos, passou por muitas transformações (e nós também). Podemos afirmar que para nós também existem Gestalt-Terapias, dependendo do aspecto que mais se privilegia no trabalho clínico. Se nossos fundadores, de saída, já se dividiam em dois grupos, que dirá o nosso movimento, composto de uma verdadeira colcha de retalhos de influências.

Nós, que sofriamos as influências americanas provenientes das duas escolas, a da Califórnia e a de Nova York, também passamos pelas mesmas crises deles. As profundas dissensões entre "o fazer" e o "pensar" também se

13

refletiam entre nossos diversos grupos, criando dificuldades ideológicas, grupais e muitas vezes pessoais, sem que nos déssemos conta de que havia um forte componente contextual maior nesses conflitos.

Da ênfase estrita ao processo de awareness passou-se à ênfase no contato, e depois a ênfase na relação terapêutica. Abriu-se o espaço para um genuíno diálogo Eu-Tu.

Transitamos amplamente, experimentando a polaridade terapeuta-cliente. De uma arrogante terapia centrada no cliente (afinal, é ele o doente), passamos a uma narcísica terapia centrada no terapeuta (que experimento criativo que eu inventei ! ) a um humilde estar com (vamos ver o que nós conseguimos clarear em conjunto...).

Hoje redirecionamos o trabalho para dentro, saindo do "acting-out" catártico, e muitas vezes catastrófico para um "acting-in", ou seja, retornando a energia para um aprofundamento das questões pessoais do cliente.

Com o esforço de tradução de vários textos básicos, o material teórico tornou se disponível a um número maior de pessoas, ampliando aos poucos a nossa comunicação nacional. A Gestalt-Terapia passou a ser ensinada nas principais faculdades de Psicologia do país. Hoje contamos com um vasto material bibliográfico próprio da Gestalt.

Hoje já contamos com a publicação de duas revistas brasileiras: o Gestalt Terapia Jornal, publicação do Centro de Estudos de Gestalt do Paraná e a Revista de Gestalt, publicada pelo Departamento de Gestalt do Instituto Sedes Sapientiae. Além disso, temos disponíveis teses de Mestrado e Doutorado, defendidas na Universidade de São Paulo: Thérèse Tellegen, Lilian Frazão sobre trabalho em Grupos; Maria de Lourdes Kato sobre a Abordagem Dialógica; Sérgio Zlotnic sobre a Transferência; Alberto Pereira Lima sobre o trabalho com sonhos; Ana Maria Loffredo resgatando a influência psicanalítica na Gestalt-Terapia e Rosana Zanella com o estudo de terapia infantil na abordagem gestáltica.

O movimento floresceu em várias partes do mundo, e ao consultar o Gestalt Directory, que faz a listagem dos profissionais internacionais da área, podemos constatar a amplitude dessa rede. O Gestalt Journal, que no momento é a mais importante publicação de artigos de nossa comunidade, está deixando de ser uma revista unicamente americana para tornar-se uma revista internacional, se expandindo para dar conta dos temas estudados em diversas partes do mundo. O movimento está vicejante na Europa; na América Latina, está se expandindo por iniciativa do grupo mexicano.

Em junho de 1987 houve, por iniciativa de profissionais do Rio, o I Encontro de Gestalt-Terapeutas no Rio de Janeiro. Ainda tenho guardada a cena da abertura, quando se abriram as portas do salão. Imaginávamos a reunião de um pequeno grupo e ao nos depararmos com a quantidade de pessoas presentes fomos tomados por susto e alegria. Alguns ainda com sua bagagem ao lado, chegando sem aviso prévio; pessoas das mais diversas regiões do país; foi entusiasmante.

14

Foi então que assistimos a transição de um grupo de Gestalt-Terapeutas para um movimento de Gestalt-Terapia no Brasil. Veio daí a energia para montagem do segundo Encontro pelo grupo de São Paulo, coordenado pelo Ari Rehfeld, pela Lilian Frazão, e por mim.

O II Encontro Nacional de Gestalt-Terapia se propôs a debater as questões de identidade, Quem somos?, Em que acreditamos?, O que fazemos? A questão básica que se colocava era:- "O que nos une debaixo dessa mesma abordagem?".

Em Caxambu, de saída, o clima social e afetivo vigente falava de uma comunalidade entre nós. Os trabalhos apresentados demonstraram a preocupação dos gestaltistas em refletir criticamente sobre a teoria e a prática da Gestalt-Terapia no Brasil. Os debates a respeito da identidade se desmembraram em questões teóricas e práticas mais específicas. A ausência de workshops de cunho apenas vivencial durante o encontro marcou a nossa posição contra um possível "happening" emocional inflamável e de rápida combustão em prol de um caminho reflexivo mais árduo, porém mais fecundante.

No segundo semestre de 1990, o nordeste se fez presente, organizando sua reunião regional. Essa reunião contou com a colaboração de profissionais de outras regiões do país e obteve ótima participação local. Daí saiu a proposta de manterem uma continuidade dessas reuniões a cada dois anos, intercalando com nossos encontros nacionais.

III<sup>O</sup> Encontro Nacional de Gestalt-Terapia foi organizado pelo grupo de Brasília em 1991 que buscou também continuar o debate sobre as nossas questões de identidade e enfatizou a postura dialógica na relação terapêutica. Contou com a presença internacional de Richard Hycner e de mais 600 pessoas participantes.

Ao rever criticamente todo esse longo percurso, gostaria de ressaltar a nossa falta de disciplina (nisso eu me incluo) para registrar por escrito nossas idéias (nem que seja para alterá-las no momento seguinte...). Bem sei que o fazer é muito mais gratificante, mas hoje já temos condições de nos debruçarmos reflexivamente sobre a nossa experiência e de passá-la adiante. Hoje dispomos de diversos fóruns em que podemos nos expressar: os Seminários, o Projeto Intercâmbio, os Encontros regionais, palestras e os Encontros Nacionais. Vamos aproveitá-los.

Nesse momento, depois de haver contado várias histórias que se entrelaçam, volto a buscar as palavras de Laura Perls ao celebrar seu aniversário de 80 anos. Em seguida ao relato do filme "A Mulher das Dunas", citado na introdução deste trabalho, ela prossegue :

"...Por que será que eu estou contando esta história para vocês? É uma parábola a respeito de compromisso. Quando se está realmente comprometido, é para valer, com tudo que se possa ocorrer no confinamento da situação; não somente no casamento e família, mas em qualquer relação na qual você tenha assumido responsabilidade, seja ela uma profissão, arte, uma vocação, não há saída. Na medida em que o nosso homem na história não consegue aceitar as

15

limitações da situação, ele se sente preso numa armadilha. Quando ele aceita

seu confinamento, as possibilidades dentro de suas fronteiras se tornam realidades: o deserto se torna fértil, a mulher se torna mãe. Isto abre a armadilha, as fronteiras se expandem. Ao se comprometer novamente com a situação agora um pouco alterada, mas ainda limitada e difícil, o homem assume responsabilidade pelas conseqüências de suas atividades criativas. Ele mesmo abre a porta da armadilha de suas limitações pessoais, hábitos condicionados, atitudes e preconceitos, das gestalten fixas de sua vida passada. Ao aceitar e lidar com "aquilo que é" ele transforma e transcende a situação e alcança a verdadeira liberdade...

"Laura foi uma pessoa essencialmente compromissada com tudo em que se engajou. Que a sua trajetória nos sirva de inspiração.

\*\* Uma parte desse trabalho foi apresentada na abertura do III<sup>o</sup> Encontro Nacional de Gestalt Terapia (Brasília, outubro de 1991). A outra parte, onde a autora salienta a relevância da contribuição de Laura Perls, foi apresentada no Seminário do Departamento de Gestalt do Instituto Sedes Sapientiae, em junho de 1992.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Centro de Estudos de Gestalt de São Paulo - Textos Inéditos de Thérèse A. Tellegen, ,1989.

FRAZÃO, L.M.- O Modelo de Aprendizagem Experiencial Aplicado ao Ensino da Terapia de Grupo. Tese de Mestrado, apresentada à Universidade de São Paulo, 1983.

GINGER, S. e GINGER, A - La Gestalt, une Thérapie du Contact. Paris, Hommes et Groupes Editeurs, 1987.

HUMPHREY, K.- Gestalt Journal "Laura Perls: Biographical Sketch" 9(1) 5-12, 1986.

KATO, M.A. - Contribuição do Enfoque Dialógico de Buber para o Ensino da Psicologia. Tese de Mestrado apresentada à Universidade de São Paulo, 1990.

LIMA, A.P. - Estudo sobre o Método de Experimentos com Sonhos na Concepção de Frederick Perls. Tese de Mestrado apresentada à Universidade de São Paulo, 1991.

MILLER, M.V.- Gestalt Journal, "Introduction to Gestalt-Therapy Verbatim." 2: (1) 5-24, 1990

PERLS, F. S. - Ego, Hunger and Aggression. 2.ed., Nova York, Vintage Books,1969. ( A 1<sup>a</sup> edição foi publicada em 1947)

\_\_\_\_\_ - Gestalt Terapia Explicada. São Paulo, Summus Editorial, 1976. (1ª edição publicada em 1969).

PERLS, F.S., HEFFERLINE, R. E. e GOODMAN, P. Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality. Nova York, Delta, 1951.

PERLS, L. - Gestalt Journal, "Opening address: 8<sup>th</sup> Annual Conference on the Theory and Practice of Gestalt-Therapy", 9(1) 12-16, 1986.

POLSTER, E. e POLSTER, M. - Gestalt Terapia Integrada, Nova York, Vintage Books, 1973.

RIBEIRO, J.P. - Gestalt-Terapia: Refazendo um Caminho. São Paulo, Summus Editorial, 1985.

SALONIA, G.- Quaderni di Gestalt, "Quali Origini per IL Futuro della Psicoterapia della Gestalt?" (12), 7-19, 1991.

STEVENS, J.O. - Tornar-se Presente. São Paulo, Summus Editorial, 1976. (1ª edição publicada em 1971).

TELLEGEN, T.A. - Boletim de Psicologia da Sociedade de Psicologia de São Paulo, "Elementos de Psicoterapia Gestáltica", 24: 27-42, 1972.

\_\_\_\_\_ - Reflexões sobre Trabalho com Grupo na Abordagem Gestáltica em Psicoterapia e Educação. Tese de Mestrado, apresentada à Universidade de São Paulo, 1982.

\_\_\_\_\_ - Gestalt e Grupos: Uma Perspectiva Sistêmica. São Paulo Summus, Editorial, 1984.

ZINKER, J.- Creative Process in Gestalt-Therapy, Nova York , Brunner/Mazel, eds., 1977.

ZLOTNIC, S. - Gestalt-Terapia e Transferência: Aquisição de Conceitos na Formação de Psicólogos. Tese de Mestrado apresentada à Universidade de São Paulo, 1990.