

Caminhando na corda bamba: a gestalt-terapia de casal e de família

Teresinha Mello da Silveira

Este trabalho surge como um questionamento que tenho me feito e que envolve a identidade profissional do gestalt-terapeuta na prática clínica com casais e famílias.

Há algum tempo me chama a atenção, o número cada vez maior de terapeutas que procuram cursos de extensão na área referente a casal e família. Especulando sobre o motivo do interesse nesta área encontrei respostas variadas: algumas mais claras e outras bem vagas. Formulei algumas hipóteses a partir do que ouvi em uma ou outra conversa informal. Para fins desse trabalho resolvi mandar uma mensagem para alguns colegas perguntando sobre porque decidiram fazer curso sobre casal e família, se o curso ajudou de alguma forma na prática como gestalt-terapeuta e como. Decididamente não era meu objetivo fazer uma pesquisa, mas abrir questão sobre por que tantos profissionais decidiram se especializar no trabalho com famílias, sendo que, a maioria deles, o fizeram em alguma das muitas vertentes da abordagem sistêmica e apenas uma fez a formação em Gestalt-terapia de casal e família. Os dados fornecidos gentilmente pelos meus colegas ofereceram algumas pistas interessantes.

Por não se tratar de um estudo criterioso e sim de especulação nascida da minha curiosidade, contatei todos os gestalt-terapeutas que estudaram sobre família no Rio de Janeiro, e que faziam parte do meu catálogo eletrônico. Não houve, portanto, preocupação com tempo de experiência, com a vertente sistêmica escolhida para fazer o curso ou mesmo se buscou conhecimento em outra linha qualquer. Por razões que desconheço alguns não responderam e, devido à exigüidade do tempo, debrucei-me na compreensão de 15 respostas recebidas que tornarão mais claras em que consiste a problemática.

Quanto à primeira pergunta destaco o fato de que 11 pessoas responderam que foram buscar informação, deixando transparecer que a Gestalt não “informa” sobre trabalhos terapêuticos com casal e família. Vale lembrar que fazendo uma revisão bibliográfica, encontrei artigo de Gestalt em publicação de 1968, referido ao assunto. Outras leituras passam rapidamente pelo tema nas décadas de setenta e oitenta (Kempler, 1970; Perls, 1973; Zinker, 1977; Polster & Polster, 1979; Campbell, 1980). Entretanto, não achei nada mais sistematizado ou mesmo muitos relatos de experiência, no que tange ao tema.

Muitos entrevistados alegaram que se interessavam por trabalhos com casal e família e em alguns desses casos enfatizavam que procuraram o curso pelo fato de atenderem crianças e precisarem *contextualizar* ou compreender melhor o *contexto* familiar dessas crianças. Aliás, as palavras contexto ou contextualizar surgiram em quase todas as respostas. Este é um outro aspecto que me chamou a atenção. Será que a Gestalt-terapia (ou o gestalt-terapeuta)

desconsidera o contexto? Ela afinal de contas é ou não é uma terapia relacional?

Quanto à segunda resposta, mais de metade falou que ajudou na prática como gestalt-terapeuta porque a abordagem sistêmica tem paralelos com a Gestalt, fornecendo outros recursos, outras ferramentas. Uma das pessoas alegou que embora a Gestalt-terapia seja uma abordagem relacional, na prática desconsidera muito o contexto. Para três pessoas o curso não contribuiu para sua prática. Para duas pessoas serviu para reafirmar sua opção profissional. Para uma pessoa reacendeu a chama da *confiança na construção do diálogo e no manejo das diferenças...* É curioso que justamente esta pessoa fez seu curso de família na abordagem gestáltica. Uma outra entrevistada explicou que o curso não mudou a sua prática, mas mudou a forma de ver o casal e a família.

Observei no material que tinha à mão que a escolha da escola sistêmica varia de acordo com o estilo do gestalt-terapeuta. Aqueles mais afeitos a experimentos buscaram as vertentes mais intervencionistas. Os que colocam mais o foco na relação escolheram o construcionismo social e construtivismo dentre as várias abordagens ditas sistêmicas.

Muitos dos colegas alegaram implícita ou explicitamente a necessidade de ampliar o seu campo de trabalho com vistas aos seus trabalhos em instituições de saúde ou devido à escassez do mercado de trabalho.

Quanto a mim (quase que ia esquecendo) também fiz minhas transgressões nos caminhos sistêmicos e trago na bagagem, por um lado o desejo de me aprofundar mais naquilo que chamamos de situação inacabada e de ajustamento criativo e por outro a rejeição a aspectos que considerarei mais pedagógicos do que psicoterapêuticos e que se referem a prescrições e sugestões, porque maculam a crença que tenho na capacidade da família de descobrir os seus próprios recursos de convivência.

Desde o início dos anos oitenta tem havido uma verdadeira explosão de cursos de terapia de casal e de família, mais particularmente nas concepções sistêmicas.

Não é novidade para ninguém o quanto as famílias estão mudando e tais mudanças, muito comumente, implicam em um estado de crise. Embora essa possa ser uma das razões, é sabido que as dificuldades nos relacionamentos íntimos sempre existiram. Temos que considerar também que antigamente as famílias não se dispunham a falar de suas mazelas, até mesmo porque o modelo mais tradicional de família incluía um silêncio, por vezes doloroso, em torno do que se passava dentro delas. Hoje a contemporaneidade que aponta para as rápidas mudanças, a instabilidade nos relacionamentos, a multiplicidade de opções, as desconstruções e reconstruções constantes das famílias, a maior visibilidade dos acontecimentos que deixa os conflitos familiares mais expostos e, como decorrência, a necessidade de compreender o que está acontecendo neste contexto conduzem a novas formas de trabalhos terapêuticos.

No campo da psicologia clínica ocorreu toda uma reviravolta nos meados do século passado quando em diferentes partes do mundo, médicos e psicólogos

começaram a incluir os familiares nos trabalhos que até então se restringiam à díade terapeuta e cliente.

A psiquiatria observou que os pacientes internados quando voltavam ao seio da família tinham recaídas precisando de nova internação. Desta forma começou a ser questionado o papel dos parentes no agravamento ou melhora do transtorno mental. Surgiu, então, a idéia de incluir a família no tratamento do portador de doença psiquiátrica.

Para muitos o modelo intrapsíquico da psicanálise não respondia às questões do mundo atual e nesta ótica não havia como considerar o relacionamento familiar e muito menos a inclusão dos outros parentes no tratamento. Por sinal, esta corrente clínica vem também se modificando, dando cada vez mais ênfase aos aspectos sócio-culturais. Desta maneira, para além dos impulsos e pulsões inconscientes existe e considera-se atualmente, a relação do sujeito com o mundo. O curioso é que embora a teoria freudiana acentuasse o papel dos pais no desenvolvimento da criança, estes mesmos pais eram mantidos fora do tratamento até algum tempo atrás, sendo apenas informados quanto à evolução da terapia e orientados quando era o caso.

As vertentes existenciais, se bem que concebia e concebe o homem em sua relação com o ambiente, colocou a ênfase durante muito tempo na responsabilidade de cada um consigo mesmo, também deixando em segundo plano os fatores relacionais na saúde e na doença dos indivíduos. Mais recentemente é notória a mudança de enfoque da pessoa para a relação. Assim é que as contribuições dos teóricos existenciais que dão mais destaque ao ser em relação são mais evidenciadas.

Paralelamente crescem os movimentos grupalistas, deixando claro o quanto o sujeito é parte do coletivo. A esse respeito, louvo os trabalhos de Lewin, Pichon-Rivière e Bion pelo empenho em mostrar a importância de compreender a dinâmica grupal influenciando com seus estudos nos trabalhos com casais e famílias (Nichols e Schuwartz, 1998). O próprio Perls (1975) dirigiu seus trabalhos cada vez mais para os grupos, chegando mesmo a dizer que a terapia individual estava obsoleta.

O mundo atual é um mundo de redes, o que acontece com uma pessoa reflete em toda uma rede. Assim é também na rede conjugal e familiar. Nada mais natural do que, neste contexto, florescer o trabalho com casais e família.

Pensando sobre o que foi exposto, talvez sejam essas algumas das razões para tantos cursos de extensão em psicoterapia que ofereçam os recursos necessários para os casais e famílias manejarem os seus conflitos.

Para falar em terapia familiar é preciso destacar a importância da concepção sistêmica. Nesta concepção não existe doença isolada do todo em que está inserido o seu portador. Um sintoma é encarado como expressão de uma disfunção no sistema. Nesta ótica o sujeito que porta uma síndrome, seja de que ordem for, é o chamado paciente identificado, ou seja, aquele que denuncia a doença do sistema familiar, por exemplo.

A palavra sistêmica em psicoterapia é herdada da Teoria Geral dos Sistemas, Essa teoria foi criada por Bertalanfy (1972), na década de quarenta e usada no

trabalho com famílias e casais para indicar a forma como esses grupos são vistos.

O sistema é um todo em relação. Cada parte interage com as outras de tal maneira que não existe uma relação de causalidade linear, visto que, as influências são sempre mútuas. Assim é que, não é possível ver um sintoma como algo pertencente a um membro da família ou do casal e sim como expressão da interação desses membros. Logo, o processo é descrito através das relações, da comunicação e da maneira como a família se organiza.

Nascidas nos Estados Unidos, a abordagem sistêmica e a Gestalt-terapia evoluíram de um trabalho mais técnico pragmatista para um trabalho mais interativo. Suas origens são diferentes. A vertente gestáltica está ancorada em supostos filosóficos e teóricos fenomenológicos-existenciais, sendo que, seus alicerces foram construídos na Europa. Porém, ambas têm muito em comum, o período e o local onde nasceram, por exemplo, decorrendo daí influências do espírito científico e cultural da época. A origem da vertente sistêmica é americana, embora na época em que ela surgiu, o movimento de trabalho com famílias estivesse começando também na Europa e América do Sul.

Tellegen (1984) e Zinker (1994) valeram-se da palavra sistema para compreensão dos processos grupais. Não nego em hipótese alguma o empenho desses que foram dois grandes mestres para mim no trabalho em Gestalt. Contudo, para fazer jus aos pressupostos da abordagem, insisto que existem conceitos gestálticos capazes de darem conta da teoria dos processos grupais incluindo aí os grupos familiares.

Conceitos que nos são caros como Campo Organismo/Meio, Gestalt, Totalidade, Contato, Fronteiras de Contato, Ajustamento Criativo, Situação Inacabada, entre outros oferecem os recursos necessários para sustentar o trabalho terapêutico com casais e com famílias. Ademais, a utilização do método fenomenológico destacando a importância da experiência presente facilita que a família ou o casal experimente no *setting* terapêutico suas possibilidades e seus entraves.

Quero deixar bem claro que não estou desvalorizando de forma alguma os supostos sistêmicos, mas o meu empenho neste momento é para mostrar que a Gestalt-terapia é capaz de dar suporte teórico e prático ao trabalho com diferentes tipos de grupo.

Conceitos Gestálticos e o Processo Terapêutico com Casais e Famílias

Em Gestalt-terapia a mudança está ligada diretamente a criatividade. Mudar, então, refere-se a descobertas de respostas novas a eventos antigos. Nesta abordagem acredita-se que o homem é potencialmente capaz e criador. A repetição é a utilização de recursos que foram adequados a outras situações e que, contudo, não o são obrigatoriamente na vida atual da pessoa. A repetição constante da maneira de funcionar não favorece a descoberta de novas formas de ser. Assim ela torna o indivíduo rígido, limitado, e traz em geral sofrimento.

A maneira pela qual o meio é percebido é influenciada pelo grau de liberdade que o indivíduo tem para perceber. Ao mesmo tempo a percepção clara é fundamental para o estabelecimento de contatos saudáveis ou não. Se experiências passadas não tiveram resoluções satisfatórias, serão acionados mecanismos que impedirão a percepção clara no presente, dificultando o contato mais pleno com o ambiente. Assim, quando as situações inacabadas permeiam o contato atual, não é possível enxergar a realidade presente, contaminada que está pelos fantasmas do passado e expectativas quanto ao futuro.

Para Perls, criatividade é a capacidade de renunciar, de abandonar respostas obsoletas. Nesse caso, entre as respostas criativas, incluem-se, além da imaginação, as rupturas. Não há como manter velhos hábitos num viver criativo; logo, sempre há riscos e ameaça de perder a fronteira de contato (Perls & Stevens, 1975).

O ajustamento criativo (Perls, 1951) é o processo de fazer contato com o meio ambiente através de uma fronteira. Quando o ajustamento é saudável favorece o desabrochar da individualidade e o florescer dos relacionamentos.

Ciornai (1995) explica que este é um dos conceitos chaves em Gestalt-terapia, pois, não implica em “ajustamento” mas em “ajustamento criativo”. A autora quer dizer com isso que existe nesse processo a participação ativa do indivíduo. Não se trata de adaptação a algo que já existe e sim de transformar o ambiente e enquanto este se transforma, o indivíduo também se transforma e é transformado.

Como uma planta que cresce assimilando do solo e do ar nutrientes que lhe ajudarão a crescer, ao mesmo tempo em que cria e desenvolve mecanismos para se proteger de elementos que possam ameaçar sua existência, filtrando poluentes, desenvolvendo raízes fortes, fechando-se ao contato com elementos potencialmente agressivos, criando formas inusitadas para receber o sol ou proteger-se das intempéries. (p.73)

É nesse contexto que a noção de fronteira é fundamental. Essa noção está ligada à teoria de campo de Kurt Lewin (1973). Lewin descreve o campo psicológico e social como um conjunto de forças que atuam no presente formando uma rede de relações entre as partes. Esse campo ou espaço vital é composto de regiões (intrapessoais, interpessoais, físicas, sociais) cujas demarcações são chamadas de fronteiras. Do ponto de vista funcional, a fronteira revela a diferenciação e a interdependência dos elementos. Na área fronteira, ocorre o contato, a articulação de motivação, a percepção, o afeto, a cognição e a ação (Tellegen, 1984).

Perls (1973) destaca a fronteira do eu-não-eu no campo organismo-meio. A fronteira circunscreve e assinala os limites do eu; organiza e dá forma; discrimina e separa o que é o eu do que é o não-eu. A fronteira, segundo Perls, é o lugar da possibilidade do viver e do criar. Um nível razoável de conscientização é preciso para que se possa perceber e diferenciar situações que se afiguram semelhantes, a fim de dar a cada necessidade a resposta mais adequada. É preciso também que situações sem resolução não interfiram na percepção do agora de maneira drástica. Desse modo, a função da fronteira pode ser proteger, impedir ou permitir a troca com o ambiente em ritmo

saudável. É necessário que a pessoa perceba com clareza a fronteira, para que a experiência de contato com o novo não represente para ela risco de perder-se, mas resulte em encontros que, pelo ritmo de união e separação, renovem e vivifiquem as partes envolvidas (Polster & Polster, 1979).

A noção de fronteira de contato compreende fatores intersíquicos, a relação do psiquismo com outras partes do organismo e do organismo com o meio. Desse ponto de vista, as vivências psicológicas incluem todos os eventos (psicológicos, fisiológicos ou sociológicos) e ocorrem sempre na fronteira de contato. Permeando todos esses intercâmbios, estão os processos criativos.

Algumas correntes por suas particularidades preocupam-se em desenvolver métodos que possibilitam a emergência de um clima ou ambiente favorável à criatividade. Nesse clima, a imaginação, a fantasia, a linguagem simbólica são decodificadas com base nos processos criativos ativos na relação terapêutica. A Gestalt-terapia coloca-se entre uma dessas correntes. Tendo como meio e como meta primordial facilitar a conscientização da experiência presente ou *awareness*^[1], ela trabalha propiciando o contato intensificado do indivíduo consigo mesmo, com o outro e com o mundo, proporcionando um ajustamento criativo saudável do ser ao meio. Para tanto, Juliano (1995) afirma que o terapeuta deve ter “uma atitude descontraída e atenta, inteira, disponível, energetizada”.(p.77)

De acordo com sua crença básica no potencial de qualquer indivíduo, o método gestáltico favorece a experimentação para descobrir novas saídas para problemas antigos. Seu repertório instrumental, que inclui intervenções verbais e não-verbais, possibilita ao cliente entender como ele mesmo funciona, e esse conhecimento é fundamental para o processo de mudança, segundo Ginger & Ginger (1995).

Ao considerar qualquer expressão criativa como indício do ser, os terapeutas gestaltistas podem recorrer à modelagem, à pintura, à dramatização, ao desenho, buscando ligações que permitam uma (re) significação e uma (re) configuração perceptiva. Os sinais de saúde aparecem, então, quando o sujeito está livre dos bloqueios ligados a padrões, valores, crenças e experiências passadas que impedem o livre fluxo do potencial criativo e que estariam a serviço da resistência à mudança.

A resistência à mudança surge de restrições à capacidade criativa do indivíduo em sua relação com o ambiente. Suas ações tornam-se reproduções, reações condicionadas, pouco fluidas, dificultando o intercâmbio sadio e renovador. Preso às amarras do cotidiano, sem usar seu potencial de criação, o indivíduo comunica-se com dificuldade, submete-se a valores sociais e perde toda e qualquer autonomia.

Para May (1975), em toda atitude criativa deve haver liberdade e coragem para ultrapassar fronteiras e quebrar antigos padrões em direção à novidade. Sem os atributos de coragem, liberdade, espontaneidade e integração, a pessoa encontra impedimentos ao uso dos seus processos criativos, e não consegue

^[1] *Awareness*: palavra inglesa que significa “dar-se conta de”. Não tem tradução nem correspondência exata em português. Segundo Ciornai (1995) a *awareness* opera nos níveis sensório-motor, emocional, cognitivo e energético.

promover mudanças. Como esses impedimentos fazem sofrer, recorre-se à terapia para facilitar o fluir dos processos criativos.

Joseph Zinker (1979), em *El proceso creativo en la terapia gestáltica*, associa criatividade e saúde, vida e mudança, e aponta para a psicoterapia como um meio de favorecer a criatividade. A mudança é a condição *sine qua non* do processo criativo: transmutações de uma forma em outra, de um símbolo em um *insight*, de um sonho em uma representação dramática são maneiras de interconectar criatividade e psicoterapia, levando à transformação, à metamorfose, à mudança, segundo o autor.

O indivíduo que tem à sua disposição recursos criativos é capaz, autêntico, transformador, e se opõe àquele que se apóia basicamente no ambiente, vivendo de valores externos, de aparências ou, conforme a nomenclatura da Gestalt, na “camada postiça” — em que o indivíduo não se compromete com a sua maneira de ser e, por isso, mostra-se sempre da maneira que, segundo sua concepção, o mundo espera (Perls, 1973 e 1970).

Existem relacionamentos que propiciam e outros que dificultam a melhor utilização do potencial criativo. Na corrente gestáltica, a própria relação terapêutica tem características que mobilizam o potencial criativo natural de qualquer ser humano. Como afirma Friedman, em prefácio ao livro de Hycner (1995): “A terapia [...] se apóia na relação EU-TU de abertura, mutualidade, presença e comunicação direta” (p. 12). O clima de aceitação, empatia, respeito e confirmação do que o cliente é, a clareza de comunicação e o repertório de experimentos que, usados criativamente, possibilitam a tomada de consciência e permitem o surgimento de respostas novas para situações antigas e cristalizadas. O objetivo da psicoterapia é ampliar o potencial criativo do indivíduo pelo processo de integração (Perls & Stevens, 1975).

Integração é a assimilação, de modo consciente e responsável, do material que está de acordo com o “eu” do indivíduo. Para isso, é necessária uma boa capacidade de discriminação. A fim de que haja integração, o indivíduo deve ser capaz de avaliar criticamente, de perceber a realidade com poucas distorções. No trabalho terapêutico, esse processo é favorecido pela relação estabelecida e pela experiencição que favorece a *awareness*. O terapeuta numa relação que favoreça o crescimento recorre a experimentos vivenciais, valendo-se dos recursos verbais, não-verbais, ambientais e artísticos de que ele e o cliente dispuserem (Zinker, 1979). Zinker destaca, então, a curiosidade e o interesse pelos mistérios não revelados e a ousadia para buscar o desconhecido como características necessárias ao terapeuta criativo. Para facilitar a mudança, o terapeuta investe na utilização do seu potencial criativo ao mesmo tempo em que propicia o bom uso do potencial do cliente.

A não-utilização desse potencial e a constante indiferenciação caracterizam os relacionamentos doentios, que são bastante comuns nos relacionamentos conjugais e familiares. Nesse caso, as pessoas envolvidas na relação apresentam distúrbios de contato que, segundo Tellegen (1984), são caracterizados, em grandes linhas, por excesso de rigidez de um lado, ou de permeabilidade por outro, levando o indivíduo, enquanto parte do campo, respectivamente, ao isolamento ou à perda de diferenciação e identidade. (pp. 49 e 50)

Nesse contexto, a aparelhagem sensório-motora e cognitiva do organismo total está sendo utilizada para impedir a percepção clara da experiência presente. Recorrendo aqui à teoria organísmica, que fornece sustentação para a Gestalt-terapia no que se refere à organização da emergência das necessidades (Goldstein, 1934; Perls, 1951), verifica-se que, enquanto não são resolvidas as situações inacabadas que surgem como necessidades pedindo encerramento, o indivíduo não poderá ter um viver individual e um relacionamento criativo que permita compartilhar, mudar e transformar.

Saúde relaciona-se a movimento. No processo de mudança, a pessoa se movimenta do conhecido para o desconhecido, enfrenta barreiras e bloqueios, toma consciência dos impasses que apontam para os impedimentos da vivência do novo. É nesse momento que, a despeito de todas as adversidades, o indivíduo aciona seus recursos internos que permitirão a descoberta do novo. Desse modo, pequenas paralisações fazem parte do processo. Na busca de alternativas para o futuro, ter consciência dos entraves paralisantes que se fazem acompanhar pela vivência plena dos impedimentos presentes levará à reorganização das fronteiras entre o “eu” e o meio, restabelecendo a auto-regulação, ou seja, do fluxo constante de busca de satisfação das necessidades. Para que tudo isso ocorra, é preciso a ativação dos processos criativos.

Construtividade e Destrutividade nas Relações Conjugais e Familiares.

Kurt Goldstein (1961) me ajuda trazendo outras idéias para o que pretendo expor. Baseado na noção de figura e fundo da psicologia da Gestalt, Goldstein afirma que o homem é uma totalidade, um organismo total em constante interação com o meio. Não é possível pensar o homem separado do ambiente, e, em constante interação, ambos se modificam: organismo e meio. Aquilo que emerge (figura) a cada momento exige uma resolução harmônica entre indivíduo e ambiente; não há, desse modo, uma relação de causa e efeito. Segundo a teoria organísmica de Goldstein (1934), o homem é participante ativo da rede de interações da qual faz parte, e nela age segundo prioridades, hierarquizando seus desejos e necessidades. Logo, o homem potencial age criativamente no meio ambiente, modifica-o e dele obtém os recursos para transformar-se.

De fato, para lidar com os acontecimentos da vida não é possível dispor de uma criatividade puramente individual. Há que considerar, num relacionamento, os aspectos favorecedores, os impedimentos à aceitação e a rejeição da produção criativa de cada um. É no seio do relacionamento que ocorrem as mudanças, e é possível vê-las quando, no livre jogo das opções, o indivíduo arrisca-se em meio à repetição de situações bastante conhecidas que surpreendem a si a aos outros. A atividade criativa favorece a solução de conflitos que surgem de tempos a tempos clamando por uma resposta inovadora. Resulta daí a saúde e a renovação.

Duas pessoas, quando se casam, constroem uma nova totalidade, um novo organismo, diferente das pessoas individuais juntas. Desenvolvendo um novo

contorno, elas formam a fronteira do “nós” ou da conjugalidade. Mais tarde quando têm filhos mais um “nós” é formado pela fronteira da família.

Segundo Zinker (1994), para compreender relações complexas, temos de traçar fronteiras em torno das coisas, fenômenos ou eventos. Zinker desenvolve estudos com casais e famílias com base na interconexão entre a teoria sistêmica herdada de Ludwig von Bertalanffy (1972), Gregory Bateson e Don Jackson — que, como já vimos, considera o casal um sistema ou ainda um subsistema do sistema família no qual os membros da família influenciam-se mutuamente —, a teoria de campo de Kurt Lewin (1973) — que considera o comportamento humano função das interações do indivíduo num dado lugar e num determinado espaço de tempo — e a Psicologia da Gestalt. O casal, como organismo, é um todo complexo, determinado por múltiplos fatores e para compreender seus conteúdos deve-se adotar uma visão mais ampla, em que se recorre a analogias, imagens e metáforas (Zinker, 1994).

Para compreender os ajustamentos criativos que ocorrem na vida familiar, é necessário compreender o que ocorre na fronteira da conjugalidade ou da família. Perls (1951, 1969) se interessou pelos fatos que acontecem nas fronteiras, especificamente pelas possibilidades e impossibilidades que vão permitir ou não o ajustamento criativo ao longo do processo de conscientização ou *awareness*. Se não houver obstáculos na fronteira, faz-se o contato com o novo, e, desse modo, a descoberta e a transformação se realizam.

O contato é muito valorizado pelos Gestalt-terapeutas. Conforme Polster & Polster (1979), o contato é definido pela função de união e separação de partes diferentes. Seres diferentes se encontram, arriscam-se a ser capturados na união e separam-se modificados.

O processo de mudança exige capacidade de fazer contato. Zinker alerta para o fato de que o contato sadio ocorre tanto entre os membros do casal quanto das famílias. O trabalho terapêutico com famílias, desse ponto de vista, implica intervenções na totalidade, tendo como base o favorecimento da eclosão e da resolução de situações não resolvidas que atuam na relação dos membros. Para isso, há que pôr em evidência por um lado todos os aspectos onde as pessoas envolvidas são capazes de fazer um bom contato e por outro as evitações, os bloqueios, as resistências, e encontrar, quando possível, novas formas de contato.

Os casamentos atuais incluem unidades bastante diferentes, entre as quais casais que vivem juntos com filhos, sem filhos ou com filhos de outros casamentos; casais que se separam e recasam; casais que se casam com pessoa do mesmo sexo. Todas essas opções têm fronteiras que distinguem cada membro e que permitem o contato com outras pessoas. Além disso, dependendo da fluidez e da permeabilidade da fronteira do “nós”, os familiares se unem e se separam em unidades individuais. Aliás, o bom funcionamento no âmbito da família depende em grande parte de como os parceiros conseguem fazer encontros saudáveis na fronteira do “eu” e na fronteira do “nós”. É necessário que prevaleça um ritmo harmonioso de união e separação, o qual favoreça, de um lado, a intimidade e, de outro, a individualidade. Como as fronteiras não são estáticas — pelo contrário, estão em constante movimento — pelo que já foi colocado, é preciso boa percepção da realidade para avaliar a

possibilidade de contato a cada momento. Desse modo, o emprego da criatividade é fundamental para experimentar novos contatos.

O exame desses fatores presentes na fronteira de contato permite entender o que Perls chamou de ajustamento criativo. O ajustamento criativo no relacionamento familiar, como em qualquer outro relacionamento, implica flexibilidade na fronteira para experimentar novos contatos. Para experimentar, é preciso ter auto-suporte. O auto-suporte orienta o indivíduo na escolha da atitude mais adequada em determinada situação, a fim de que essa mesma situação seja recriada e (re)significada. O auto-suporte refere-se à capacidade de mobilizar os recursos internos para criar situações novas quando elas se fazem necessárias. O auto-suporte é a base para maior auto-estima, segundo Satir (1980), autora que se destaca na abordagem sistêmica como pioneira no trabalho com casais e famílias. Satir refere-se à interação marido e mulher enfatizando as capacidades de auto-estima e diferenciação como fatores importantes para o entendimento da qualificação da interação entre os cônjuges (Calil, 1987).

No casamento histórias diferentes se misturam, e surge então uma nova totalidade, uma estrutura, um fluir de comunicação. Esse é o primeiro sinal de criação na vida em comum. As pessoas que se escolhem passam a funcionar num estilo diferente, com linguagem própria, seguindo um ao outro. Os limites pessoais são ultrapassados numa aliança que se faz fértil e desafiadora. Personalidades diferentes, com diferentes habilidades para viver o mundo, unem-se para construir algo maior, e assim vão compor uma nova fronteira, a fronteira da conjugalidade.

A vida compartilhada própria das pessoas que se amam é construída, mediante nova linguagem, novas regras que definem as peculiaridades de um casal. Na vida conjugal existe um ritmo de autonomia e dependência mútua que, mesmo sem comunicação explícita, favorece o “viver com”, de um lado, e a vivência da individualidade, do outro. Num momento, surge o indivíduo com suas questões pessoais, únicas, particulares; noutra, surge o par, e desaparecem as fronteiras entre o “eu” e o “não-eu”. Uma relação criativa inclui, por conseguinte, movimento. Pelo amor, expande-se, transcende-se, cria-se, transforma-se e retorna-se renovado; o criar, assim, é prazer que liberta e expande as fronteiras do eu.

Tentei mostrar até aqui a possibilidade de pensar numa teoria para casais e famílias baseada na saúde. No entanto, uma série de obstáculos impede este viver criativo. Deter-me-ei nas situações inacabadas.

Um relacionamento patológico é marcado pela repetição. Sem possibilidade de perceberem-se diferentes e diferenciados dos modelos anteriores, ou presos a forças ligadas a vivências do passado, os membros do par não conseguem empreender mudanças. Sem que haja nenhuma alteração, o relacionamento fica estagnado. Os cônjuges trazem para as relações atuais experiências passadas e, se estas ainda não tiverem uma resolução, o atuante é justamente a situação problemática. A repetição leva ao enfado, à mesmice, deixando claros os sinais de desgaste no relacionamento. As situações bem resolvidas oferecem uma maior possibilidade de discriminação, já que a percepção presente não está tão contaminada com os fantasmas do passado. Caso

contrário o universo conjugal tende a ruir. Surgem as desavenças, os impasses, as acusações, as desqualificações e brigas por qualquer motivo.

Comumente, quando as pessoas casam estão apaixonadas. A paixão inclui um clima de encantamento, fantasias, sonhos, expectativas e desejos, sendo que a pessoa desejada é vista de forma muito idealizada. O cotidiano oferece um cenário extremamente favorável para o término da paixão. Se as pessoas não sabem lidar com perdas e elaborar lutos, as decepções que se vão acumulando no dia-a-dia e os desencantos decorrentes favorecem reações de raiva, que vão aos poucos corroendo a relação.

Quando, nessas circunstâncias, o casal opta por se separar, além de sofrer com a ruptura, cada um pode carregar para outras relações mais uma situação inacabada, que tende a se repetir. Há, no entanto, pares que se mantêm sob o mesmo teto num vínculo em que imperam as agressões mútuas, variando das formas mais sutis até a violência física. Em outras situações, cada um passa a viver sozinho o seu mundo psíquico, não havendo a partilha tão importante para o convívio conjugal. Nesse caso, os cônjuges vivem em segredo, e cada um investe a sua energia em projetos individuais. Os relacionamentos tornam-se tão superficiais, que muitas vezes a intimidade é dirigida para situações externas, enquanto as áreas de silêncio protegem o par.

Um outro exemplo de relacionamento destrutivo é quando um dos membros não aceita diferenças e insiste em fazer do companheiro algo que ele não é. Caso o companheiro se ajuste ao papel, fica identificada uma relação de submissão, em que um exerce o poder e o outro concorda em ceder, anulando-se. O par, nessa ótica mantém uma relação extremamente conflituosa. Se o parceiro não se submete, não há negociação possível; a dupla vê-se diante de um impasse, visto que não existe espaço para renúncia e confrontações.

Existem ainda cônjuges que desenvolvem patologias complementares, isto é, fazem escolhas pautadas na doença. Desse modo, vê-se no âmbito conjugal pares que apresentam papéis cristalizados de protetor e protegido, algoz e vítima, herói e vilão, forte e fraco, médico e paciente. Alguns outros casais se dão ao requinte de intercambiar os papéis citados, mantendo suas relações como numa gangorra. Ressalto que tudo isso acontece com a conivência de ambos, numa cumplicidade que mantém agonizante a relação conjugal.

É surpreendente perceber como os casais desenvolvem alianças perversas em que a inveja, a competição desenfreada, o ódio e a violência imperam. Enredados por (re)vivências antigas, que se misturam com as novas, eles não podem perceber suas distorções e contaminações. O que era um engajamento amoroso transforma-se em guerra conjugal, que se faz em torno das vivências de incompreensão, de injustiça e traição, porque não há correspondência entre o concebido e o percebido. Dessa maneira, fica intolerável reconhecer a dependência, porque perceber o outro separado de si é ser dependente desse outro para uma série de gratificações pessoais.

Quando o casal depara-se com essas situações, vê-se impedido de transformar a relação, e o crescimento de cada membro do par fica tolhido. Na tentativa de os parceiros resgatarem questões tão primitivas, em que estavam

em pauta amor, ciúme, rivalidade, ódio, competição, sexo e morte, o que era um conto de fadas torna-se um pesadelo ou uma tragédia.

A terapia pode ajudar os casais e familiares a manejar esses conflitos e crises usando seu potencial de criatividade na resolução dos problemas. Na terapia, a capacidade e competência da família como um todo é revista e oferece o suporte necessário para a mudança. Com este suporte é possível que os familiares ou a dupla conjugal trave uma luta complexa onde a tolerância à angústia e a presença da dor abrem a possibilidade de refletir, experimentar e estabelecer um novo contato com a sua realidade individual, conjugal ou familiar.

O nascimento dos filhos ou a adoção conduzem à formação da totalidade familiar. Eles influem na conjugalidade solidificando ou abalando o vínculo, trazendo acomodação e/ou transformação. As doenças, as preocupações, a educação que deve ser dada, as questões econômicas, a necessidade de contar com outros parentes para cuidar, os perigos a que estão expostos adolescentes e crianças de diferentes idades refletem no relacionamento do casal e nos filhos. Surgem as doenças, os sintomas, o mal-estar e a violência, minando o universo da família. Mais uma vez é possível que sejam acionados mecanismos antigos da família de origem para lidar com a gama de situações que podem surgir e que nem sempre se afiguram adequados diante das mudanças rápidas pelas quais o mundo está passando. Novas crises, novos enganos, novas decepções. Em meio a vivências de conflitos e crises, o trabalho terapêutico favorece a descobertas de novas formas de ser e de viver em família.

Considerações Finais

Embora os trabalhos com casais e famílias na concepção gestáltica estejam se desenvolvendo mais recentemente, na literatura que consultei desde a década de sessenta do século passado existem referências sobre o assunto. Contudo, poucos são os escritos sistematizados na abordagem se compararmos com outras abordagens e em particular no que se refere à concepção sistêmica que oferece uma vasta opção de estudos sobre o tema em questão.

A Gestalt-terapia, no entanto, desde os seus primórdios se coloca como uma vertente relacional não havendo a possibilidade de se descartar o relacionamento conjugal e o familiar nesse contexto. Perls (1973), ao referir-se ao campo organismo/meio deixa claro não só o fato do indivíduo existir em relação como o de se contatar através da fronteira ou limite de contato. Esses conceitos se constituem fundamentais para trabalharmos com casais e famílias.

A Gestalt-terapia e a terapia sistêmicas valorizam a relação estabelecida entre os componentes de um casal ou de uma família prevalecendo no relacionamento estabelecido aspectos mais saudáveis ou mais patológicos.

A terapia sistêmica apresenta conceitos bem definidos levando os terapeutas a se sentirem mais seguros, na medida em que terapia gestáltica, por suas próprias crenças filosóficas pretende ser mais aberta para dar lugar à

criatividade. Insisto que é justamente a crença que o gestaltista tem no potencial criativo do homem que abre a possibilidade para trabalhos com diferentes formas de grupo.

A terapia sistêmica tem um corpo de terapeutas oriundos de outras abordagens o que favorece a um maior intercâmbio e a produção de textos técnico-científicos variados. Não afirmo, mas desconfio que há uma preocupação maior com artigos e pesquisas do que na Gestalt-terapia, já que, nesta última a ênfase recai muito comumente no praticar. Por outro lado fazendo parte desse corpo de terapeutas só muito recentemente, aqui no Brasil, os gestaltistas começaram a se manifestar. Acredito que num futuro bem breve estejamos dando nossa contribuição e, a esse respeito, destaco a pertinência do método fenomenológico como aquele capaz de dar conta do enorme número de questões que envolvem o relacionamento conjugal e familiar.

Quanto a mim não encontrei novos recursos, até mesmo porque confesso que me sinto um pouco traindo aquela que escolhi como a linha terapêutica que correspondia a tudo que eu precisava como profissional. Contudo, os olhares diferentes, a posição de muitos autores enriqueceu-me e deu-me maior segurança para trabalhar com casal e família. Talvez possa falar mais desses autores em um próximo trabalho. Além do mais, meus primeiros supervisores nestes trabalhos, aos quais eu muito agradeço, eram terapeutas sistêmicos e inevitavelmente influíram na minha prática.

Procurei apresentar alguns poucos motivos para justificar a relevância dos pressupostos gestálticos na psicoterapia de casal e de família. Espero que outros profissionais da área se estimulem a escrever e publicar suas experiências de maneira que possamos transmitir aquilo que a nossa prática tem demonstrado: a Gestalt-terapia como uma abordagem que oferece os recursos para fazer face às questões mais atuais deste novo milênio.

BIBLIOGRAFIA

- CALIL, V. L. (1987). *Terapia familiar e do casal*. São Paulo Summus.
- CAMPBELL, S. M. (1980) Gestalt family therapy: A case study. In: FEDER, B. & RONALL, R. (eds) *Beyond the hot seat: gestalt approaches to group*. New York, Published by The Gestalt Journal Press, Inc.1994, 78-85.
- CIORNAI, S. (1995). Relação entre criatividade e saúde na Gestalt-terapia. *Revista do I Encontro Goiano de Gestalt-terapia*. 1995, 1:72-75. Goiânia, Instituto de Treinamento e Pesquisa em Gestalt-terapia de Goiânia.
- GINGER, S. & GINGER, A. (1995). *Gestalt: uma terapia de contato*. São Paulo, Summus.
- JULIANO, J. C. (1995). Em busca de uma boa forma de descrever o trabalho em Gestalt. *Revista do I Encontro Goiano de Gestalt-terapia*. 1995, 1:77-79. Goiânia, Instituto de Treinamento e Pesquisa em Gestalt-terapia de Goiânia.
- HYCHNER, R. (1995). *De pessoa a pessoa: psicoterapia dialógica*. São Paulo, Summus.
- KEMPLER, W. (1970) Psicoterapia experiencial com famílias. In: FAGAN, J. e SHEPHERD, I. L. *Gestalt-terapia: teoria técnicas e aplicações*. Rio de Janeiro, Zahar, 1977, 217-221.
- LEWIN, K. (1973). *Princípios de psicologia topológica*. São Paulo, Cultrix.

- MAY, R. (1975). *A coragem de criar*. Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 1997.
- PERLS, F. S. *et al.* (1951). *Gestalt-therapy: excitement of the human personality*. Nova York, Del Pub. Co.
- PERLS, F. S. (1969). *Gestalt-terapia explicada*. São Paulo, Summus, 1977.
- PERLS, F. S. (1970). Quatro Palestras. In: FAGAN, J. e SHEPHERD, I. L. *Gestalt-terapia: teoria técnicas e aplicações*. Rio de Janeiro, Zahar, 1977.
- PERLS, F. S. (1973). *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*. Rio de Janeiro, Guanabara S. A., 1988.
- PERLS, F. S. & STEVENS, J. O. (1975). *Isto é Gestalt*. São Paulo, Summus, 1977.
- POLSTER, E. & POLSTER, M. (1979). *Gestalt-terapia integrada*. Belo Horizonte, Interlivros.
- SATIR, V. (1980). *Terapia de grupo familiar*. Rio de Janeiro, Francisco Alves, 1993.
- TELLEGEN, T. A. (1984). *Gestalt e grupos: uma perspectiva sistêmica*. São Paulo, Summus.
- VON BERTALLANFY, L. (1972). General systems theory: a critical review. In: BRISHON, H. e PETERS, G. (eds.). *Systems behaviour*. Londres, Open University Press.
- ZINKER, J. M. (1979). *El proceso creativo en la terapia guesáltica*. Buenos Aires, Paidós.
- _____ (1994). *In search of good form: Gestalt-therapy with couples and families*. San Francisco, Jossey-Bass Publishers.