

ARTIGO

A Construção do Vínculo Terapêutico: Uma reflexão sob a perspectiva gestáltica

The Construction of the Therapeutic Link: a reflection from the Gestalt perspective

Edilza Wanderleia da Silva Queiroz

RESUMO

O presente artigo busca promover uma reflexão sobre a construção do vínculo terapêutico nas sessões iniciais do processo de terapia de grupo, ressaltando a importância das mesmas para este fim. São abordados alguns elementos, entre tantos outros, a serem observados pelo psicólogo nesta etapa do trabalho terapêutico. São comentados subtemas como: o contrato, a postura terapêutica, a presença terapêutica, a postura fenomenológica e a valorização do potencial do cliente. Por fim, nas considerações finais, são tecidos comentários sobre a atuação do psicólogo no trabalho com grupos.

Palavras-chave: Psicoterapia de grupo; Relação terapêutica; Vínculo terapêutico; Gestalt-terapia.

ABSTRACT

The present article seeks to promote a reflection on the construction of the therapeutic bond in the initial sessions of the process of group therapy, emphasizing the importance of the same for this purpose. Some elements are addressed, among many others, to be observed by the psychologist in this stage of therapeutic work. Subtopics are discussed as: the contract, the therapeutic posture, the therapeutic presence, the phenomenological posture and the valuation of the potential of the client. Finally, in the final considerations, comments are made on the performance of the psychologist in working with groups.

Keywords: Group psychotherapy; Therapeutic relationship; Therapeutic link; Gestalt therapy.

INTRODUÇÃO

O atendimento psicoterápico, em geral, constitui um desafio permanente ao psicólogo, seja ele iniciante ou não. Entretanto, comparativamente, pode-se afirmar que, na maioria das vezes, o atendimento a grupos terapêuticos requer um preparo mais específico do que os atendimentos individuais. Isto se deve ao fato de que, no grupo terapêutico, os fenômenos tendem a ser mais complexos, até por serem mais numerosos, o que implica um número maior de variáveis a serem observadas, requerendo do psicólogo uma atenção maior a esta modalidade de atendimento. A este respeito, Vinogradov (1992, p.3), afirma o seguinte:

[...] Na terapia de grupo, [...] tanto as interações paciente-paciente quanto as interações terapeuta-paciente são usadas, à medida em que ocorrem no “*setting*” do grupo, para efetuar mudanças no comportamento mal-adaptado de cada um dos membros do grupo. Em outras palavras, o próprio grupo, bem como a aplicação de técnicas e intervenções específicas pelo terapeuta treinado, servem como instrumento de mudança. [...].

Desta forma, conforme pontua Vinogradov na citação acima, tudo o que ocorre no “*setting*” terapêutico pode promover mudanças, tanto as interações do grupo, membros do grupo e psicólogo, quanto as intervenções e os recursos utilizados pelo profissional no decorrer do seu trabalho. O psicólogo, então, precisa se preparar para lidar com os desafios de cada encontro, trabalhando a partir dos fenômenos que forem surgindo e, assim desenvolver seu trabalho da melhor forma possível. Ribeiro (1994, p.40-41), afirma que para lidar com a complexidade do trabalho com grupos, o profissional precisa ter sempre o sentimento de perplexidade e incerteza. É fundamental manter o espírito de curiosidade durante todo o processo terapêutico. Neste contexto, coloca o referido autor:

O grupo nos surpreende a cada instante. Sua motilidade e energia ultrapassam nossa capacidade de controle. A posição básica do terapeuta é aquela de observação paciente, da intervenção cuidadosa, da leitura humilde e participada.

Trabalhar com grupos é trabalhar com uma diversidade de fenômenos simultâneos a cada encontro. O psicólogo precisa ter habilidade para transitar neste terreno que, além de desafiador, sem dúvida, é um terreno muito fértil e cheio de possibilidades.

JUSTIFICATIVA DO TEMA

Inicialmente, cabe esclarecer que, contrariando as normas científicas quanto ao uso da primeira pessoa do singular, optei por fazê-lo pelo caráter pessoal das experiências relatadas e por considerar este caminho necessário à construção do texto ora apresentado.

Minha primeira experiência com grupos ocorreu entre 2004 e 2005, no curso de graduação em Psicologia na Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), onde como parte prática do referido curso, trabalhei com grupos íntimos¹ além de atender casais e famílias a partir do referencial da Gestalt-terapia. Desde então, comecei a me interessar pelo trabalho com grupos. Após a graduação, visando aprofundar meus conhecimentos em Gestalt-terapia, ainda em 2005, fiz o Curso de Psicologia Clínica: Uma Abordagem Gestáltica, promovido pelo Instituto de Psicologia da UERJ (CEPUERJ), com a Professora Teresinha Mello da Silveira, concluindo o mesmo em 2007.

Em 2008, já buscando me preparar para o trabalho com grupos, fiz o curso “Treinamento para Coordenação de Grupos” no ICGT - Instituto Carioca de Gestalt-terapia, onde pude obter um conhecimento geral sobre este modelo de atendimento. Porém, o interesse pelo tema abordado no presente artigo surgiu a partir da experiência vivida no atendimento a grupos terapêuticos, em 2012, como parte prática do Curso de Especialização em Psicologia Clínica – Gestalt-Terapia (Indivíduo, Grupo, Família), no IGT - Instituto de Gestalt-Terapia e Atendimento Familiar².

Neste período a questão da importância do vínculo nas primeiras sessões dos atendimentos de grupo sempre ficou muito presente. Neste estudo é considerado o conceito de vínculo, coerente com o dicionário Aurélio, como tudo que ata, liga ou aperta, ou seja, vínculo como aquilo que dá a liga na relação grupal, principalmente no contexto específico do grupo acompanhado, em que contava com mais duas psicólogas como coterapeutas na condução do mesmo.

Diante do fenômeno da evasão de clientes atendidos no IGT, nos primeiros encontros do grupo e vivendo a frustração da descontinuidade do processo terapêutico, comecei a me indagar, consciente das múltiplas variáveis do campo, sobre a atuação do psicólogo nesta fase inicial. As experiências vividas foram muitas e impactantes. Todavia, ao buscar material que abordasse este tema verifiquei que existiam poucos registros referentes às primeiras sessões de atendimento de grupo na abordagem gestáltica. Diante desta lacuna, refletir, aprofundar e compartilhar sobre o que foi vivido me instigou a escrever este artigo.

Desta forma, o presente estudo se justifica por abrir um espaço de reflexão sobre a atuação do psicólogo na formação de um grupo terapêutico, enfocando a construção do vínculo e a importância das primeiras entrevistas neste processo. Neste estudo, pretende-se abordar os riscos e as possibilidades dessa caminhada.

OBJETIVO

¹ Sistemas íntimos, na definição de Zinker (2001) : “todo sistema de inter-relacionamentos que se constrói entre pessoas com relações marcadas pela continuidade.”(p.12). No IGT, este conceito foi ampliado para grupos íntimos.

² Ao longo de todo o artigo será usado a sigla IGT para fazer referência a este Instituto

Discutir a importância das sessões iniciais na construção do vínculo terapêutico, visando contribuir para a instrumentalização do psicólogo no atendimento de grupos.

METODOLOGIA

Este artigo foi elaborado através de uma breve revisão bibliográfica, tendo como referencial teórico a abordagem gestáltica. O estudo se baseou em textos da bibliografia do Curso de Especialização em Psicologia clínica do IGT³; em textos da bibliografia do Curso de Psicologia Clínica: Uma Abordagem Gestáltica, promovido pelo Instituto de psicologia da UERJ (CEPUERJ); em livros da biblioteca pessoal. Também foram consultados artigos científicos selecionados por meio de busca no banco de dados do Scielo. A pesquisa foi realizada considerando os últimos 10 anos. A busca no banco de dados foi realizada através das palavras-chaves: vínculo terapêutico e Gestalt-terapia.

O artigo é dividido em quatro tópicos: No primeiro tópico é apresentado um breve relato sobre a experiência de atendimento de grupo que atendi no IGT. O segundo tópico aborda a primeira entrevista no processo grupal e o vínculo terapêutico. O terceiro tópico aponta alguns fatores importantes para a construção do vínculo terapêutico: a) contrato, b) postura acolhedora, c) presença terapêutica d) postura fenomenológica, e, e) valorização do potencial do cliente. Por último, são apresentadas as considerações finais.

A EXPERIÊNCIA DA CONSTRUÇÃO DO GRUPO TERAPÊUTICO

O atendimento de grupo no IGT se dá em coterapia. Cada turma do curso de Especialização, após um período de preparação, se divide em duplas para realizarem os atendimentos. Entretanto, a experiência da turma 15, da qual fiz parte, se deu de outra forma. A turma era composta de cinco alunas. No momento de iniciar o trabalho com grupos houve duas desistências. Diante da nova configuração da turma, a formação das duplas ficou inviável. Foi quando o Coordenador do curso, Marcelo Pinheiro, sugeriu o modelo de equipe reflexiva⁴ para o trabalho com grupo terapêutico.

Assim sendo, este atendimento se deu em coterapia, utilizando o modelo de equipe reflexiva, no qual duas psicólogas permaneciam no campo e uma na sala de espelho. Todas atuavam nas sessões, sendo que a terapeuta da sala de espelho, quando desejava fazer alguma intervenção, interfonava e a questão era colocada para o grupo. Algumas vezes, no decorrer da sessão, ela pedia para entrar e, então, no momento próprio, entrava no campo e as três psicólogas conversavam sobre os fenômenos ocorridos durante a sessão. Finalizada a conversa, a terapeuta da sala

³ Especialização em Psicologia clínica – Gestalt-terapia (Indivíduo, Grupo e Família)

⁴ Para maior conhecimento sobre o modelo de equipe reflexiva, sugere-se a leitura da monografia: “Equipe reflexiva, quais as diferenças que criam diferenças? De Marcelo Pinheiro da Silva, Revista IGT na Rede, Rio de Janeiro, RJ, v.2, n.3, 2006, Disponível em: <http://www.igt.psc.br/ojs/viewarticle.php?id=51>. Acesso em 20/07/2012.

de espelho saia e o grupo era convidado a conversar sobre o que foi falado pela equipe terapêutica e como viveu aquele momento.

O atendimento de grupo durou 18 meses. Acompanhar e participar do desenvolvimento do grupo foi uma experiência muito rica. Alguns clientes permaneceram durante todo o período de atendimento; outros, porém, apesar de todo interesse inicial, compareceram em algumas sessões e desapareceram sem qualquer explicação, deixando as psicólogas com algumas interrogações sobre as possíveis causas da desistência. Embora existam muitas variáveis no campo que interferem nesta questão e cada cliente tenha seu tempo e faça suas escolhas, existe algo que é também do psicólogo, e ainda algo que é resultante da relação entre os membros do grupo e, em especial, entre o grupo e o psicólogo, sem o qual a terapia propriamente dita não ocorre – o vínculo terapêutico.

A partir desta experiência, fiquei me perguntando sobre a prática clínica do psicoterapeuta, no que diz respeito a sua participação na construção do vínculo terapêutico no início do trabalho com um grupo. Como o psicólogo pode trabalhar este terreno, ainda desconhecido, para que o solo se torne propício ao desenvolvimento do grupo? A primeira entrevista marca o início da psicoterapia. A seguir será abordado o tema da primeira entrevista para o início do processo terapêutico de grupo.

A PRIMEIRA ENTREVISTA NO CONTEXTO DA TERAPIA DE GRUPO E A FORMAÇÃO DO VÍNCULO TERAPÊUTICO

No início de toda relação, na maioria das vezes, as pessoas vão se apresentando e se dão a conhecer aos poucos. Cuidadosamente vão arriscando novos passos procurando observar até onde podem ir. Na psicoterapia não é diferente. Nos primeiros encontros, psicólogo e cliente têm a oportunidade de iniciar uma relação que poderá ser duradoura ou não, na medida em que ambos se sentirem energizados o suficiente para investir nela. Silveira (1997, p.13) destaca o início desta relação afirmando que:

As primeiras entrevistas são momentos de conhecimento e escolha mútua em que o cliente se apresenta pelos seus motivos, queixas, questões e história de forma peculiar, e o terapeuta se mostra pelo seu estilo pessoal, sua indumentária, seu escritório de atendimento e suas formas de intervir. As primeiras entrevistas são também momentos de acolhimento e preparação para o vínculo que começa a se fazer. A forma de presença do terapeuta é, portanto, fundamental para o tipo de relacionamento que vai acontecer.

De certo modo, apesar da participação do cliente neste processo, pode-se dizer que o psicólogo tem uma grande responsabilidade no tom desta nova relação. Estarque Pinheiro (2007, p.138) afirma que “[...]. *A primeira entrevista é a porta de entrada, o ‘cartão de visitas’ do terapeuta para seus clientes*”. Desta forma, além do preparo teórico, o psicólogo precisa ter um cuidado especial nesta etapa da psicoterapia.

A construção do vínculo terapêutico é fundamental para o desenvolvimento do trabalho. Daí a importância da primeira entrevista na clínica, que é o momento inicial da construção do suporte daquela relação. Cabe aqui esclarecer que, conforme salienta Júnior (1995, p.56), em Gestalt-Terapia, a primeira entrevista corresponde a todos os encontros iniciais que ocorram até que o psicólogo possa ter uma percepção geral da dinâmica do seu cliente, do seu modo de funcionar no mundo, ou seja, *“a totalidade do seu padrão de interação no campo organismo-meio ambiente, o que inclui os pontos de fluidez e os pontos de interrupção nesta dinâmica”*.

Em seu artigo, o autor divide a primeira entrevista em três etapas: a) Estabelecendo o vínculo; b) Explorando os dados e c) Delineando uma percepção diagnóstica, sendo a primeira, o estabelecimento do vínculo, o pilar para as demais, devendo, por esta razão ser priorizada pelo psicólogo. A este respeito, Júnior (1995, p.56) afirma o seguinte:

O que justifica o terapeuta priorizar o estabelecimento de vínculo no início da Primeira Entrevista é o fato de que, sem este, a exploração de dados fica seriamente prejudicada e conseqüentemente, também a delimitação “diagnóstica”, pois sem vínculo o cliente não traz dados de forma clara e ampla, tornando-se difícil a obtenção de um fechamento “diagnóstico”, e assim a efetivação de uma Primeira Entrevista.

Sem o estabelecimento do vínculo terapêutico, a relação cliente/psicólogo fica muito vulnerável, o que, provavelmente, levará à desistência por parte do cliente. Entretanto, a construção do vínculo não é tarefa simples e, embora o mesmo seja construído na relação cliente/psicólogo, cabe a este, como profissional conduzir este processo.

Ribeiro, (1994, p.88), aponta que, na maioria das vezes, os clientes não se encontram pela primeira vez no grupo com o psicólogo. De alguma forma tiveram algum contato anterior, seja em entrevistas ou quando são provenientes da terapia individual. Segundo o mesmo autor *“o terapeuta não deveria encontrar o cliente pela primeira vez no grupo. Um encontro prévio com o terapeuta dá a sensação de segurança ao cliente, sentimento este fundamental para se iniciar um grupo”*.

No grupo atendido no IGT, nos dividíamos para fazer as entrevistas iniciais, onde cuidávamos do acolhimento inicial, de modo que cada cliente tinha contato com, pelo menos, umas das psicólogas antes do início da terapia de grupo. Entretanto, nem sempre é possível trabalhar dentro do ideal. Há alguns casos, como ocorre em algumas instituições ou empresas, que o psicoterapeuta encontra com o cliente na primeira sessão do grupo. Seja como for, o primeiro encontro de um grupo é totalmente imprevisível. Ribeiro (1994, p.88) descreve muito bem a complexidade deste momento:

É sempre um momento emocionante o primeiro encontro. Fantasias, medos, insegurança, incerteza, sensação de ser inadequado e doente perpassam quase que necessariamente a mente dos membros do grupo. Olhares fugazes, contatos rápidos e superficiais, risos nervosos, falas compulsivas e brincadeiras são comuns no primeiro momento.

Além disto, existem também as fantasias, os medos e a insegurança do psicólogo, que, se não forem bem administrados, podem prejudicar muito o seu trabalho. Segundo Tellegen (1984, p.71), *“quem trabalha com grupos, [...], dificilmente escapa, de tempos em tempos, a um sentimento de perplexidade diante da imprevisibilidade dos eventos com os quais se vê confrontado”*. Assim sendo, o psicólogo precisa estar atento para lidar com o desconhecido.

Neste contexto, a primeira entrevista é de extrema importância para viabilizar o processo terapêutico. Os primeiros encontros são o tempo existencial do grupo para a construção da confiança no grupo e no terapeuta. É o momento próprio para a construção do vínculo terapêutico. Como afirma Ribeiro (1994, p88), *“O terapeuta precisa de toda sua sensibilidade, competência e presença no primeiro momento. Os primeiros momentos são decisivos para a vida do grupo”*. Seja no atendimento individual ou de grupo, a primeira entrevista é essencial ao trabalho terapêutico e, como tal, deve ser alvo de muita atenção de todo psicoterapeuta.

O que deve ser observado pelo psicólogo para que ele consiga construir este elo no início do grupo terapêutico? No presente estudo são destacados alguns elementos fundamentais para a construção do vínculo terapêutico, citados por, pelo menos, dois autores da literatura consultada. São abordados os seguintes fatores: o contrato, a postura acolhedora, a presença terapêutica, a postura fenomenológica e a valorização do potencial do cliente.

ELEMENTOS FUNDAMENTAIS PARA A CONSTRUÇÃO DO VÍNCULO TERAPÊUTICO

A construção do vínculo terapêutico não depende única e exclusivamente do Psicólogo, mas depende também do cliente. Entretanto, o psicólogo, na relação terapêutica, tem maior responsabilidade e possibilidade de facilitar este processo. Para tanto, alguns elementos são fundamentais:

1 - O contrato

Estabelecer um contrato é o ponto de partida do processo psicoterapêutico. Através do contrato são estabelecidos os limites da relação que se inicia, onde o cliente (individual, família, casal ou grupo) e o psicólogo, se comprometem com o trabalho. Tellegen (1984, p.77) destaca o papel do terapeuta na condução de um grupo e a importância do contrato colocando:

[...], o terapeuta sempre tem uma função reguladora frente ao grupo e frente à instituição, na demarcação destas fronteiras que podemos chamar de contratuais. A explicitação do contrato equivalente a uma delimitação inicial de um “dentro” e um “fora” que asseguram a identidade do grupo enquanto sistema. E seja qual for o iniciador do grupo, o estabelecimento de um contrato inicial é, em si, um processo dinâmico de um acordo funcional básico onde já se delineiam questão de poder. Quanto mais claro o contrato inicial, melhor. [...].

Silveira (1997, p.13-14) também aponta a importância do contrato para o desenvolvimento da terapia, afirmando:

Considero aquilo que chamamos de contrato terapêutico como muito importante para o desenrolar do processo. O maior índice de desistência na psicoterapia é devido a mal-entendidos no contrato. Penso, então, no papel do terapeuta, no sentido de passar as informações de forma clara para que o cliente saiba o que ele nessa relação pode receber, com o que ele pode contar, até onde pode ir e decidir se aceita ou não as condições. Se por um lado quem estabelece as regras do contrato é o terapeuta, cabe ao cliente manifestar a sua opinião. Essa é mais uma oportunidade de verificar como o cliente se relaciona com as propostas do terapeuta.

O contrato, além de dar as diretrizes para o processo terapêutico é também uma ferramenta de trabalho para o profissional atento. Este momento é muito mais que o estabelecimento de normas. Ele já é revelador da dinâmica de funcionamento do cliente. Conforme afirma Estarque Pinheiro (2007, p. 150), “quando as regras são estabelecidas de forma clara e precisa as chances de impasse diminuem.” Entretanto, o contrato não pode ser algo engessado. Sempre que for necessário deve ser esclarecido e revisto de acordo com a necessidade do grupo.

No grupo que atendi durante o curso no IGT, dois membros do grupo, em momentos diferentes, extrapolaram o limite de faltas devido a problemas de saúde, que envolveu internação e repouso absoluto. Após a recuperação, eles compareceram à terapia e apresentaram laudos e atestados médicos, justificando assim suas faltas e expressando o desejo de continuarem a terapia. De acordo com o contrato, ambos deviam ser desligados do grupo. Os casos foram levados à Coordenação que, após analisar a situação de cada um, autorizou a permanência deles no grupo.

A flexibilização das regras foi muito importante no contexto geral da terapia. Este momento propiciou uma grande oportunidade de trabalho com o grupo, onde, além da revisão do contrato, outras questões que surgiram no setting terapêutico foram tratadas. Tudo isto favoreceu o desenvolvimento e crescimento do grupo, que se tornou ainda mais comprometido com a psicoterapia.

2 - Postura acolhedora

Como já citado neste estudo, Silveira (1997) coloca que o terapeuta se apresenta ao cliente pelo seu consultório, sua vestimenta, seu estilo e seus modos de intervenção.

É importante que o espaço de atendimento seja um lugar agradável, acolhedor onde os clientes se sintam bem. De igual modo, respeitando seu modo de ser, o terapeuta precisa cuidar de sua apresentação pessoal. Além disto, Silveira (1997, p.13), afirma que “as primeiras entrevistas são também momentos de acolhimento e preparação para o vínculo que começa a se fazer”.

De um modo geral, as pessoas chegam aos consultórios com grande sofrimento psíquico. Falar sobre dores, muitas vezes dilacerantes, é algo extremamente difícil. Somam-se a isto, em alguns casos, a vergonha e a culpa que carregam. Diante disto, o psicólogo precisa ter uma postura acolhedora, reconhecendo e confirmando o sofrimento do cliente, evitando julgamentos, sem fazer juízo de valor. Ele precisa buscar respeitar o tempo do cliente, seus modos de expressão verbal e não verbal. Citando Estarque Pinheiro (2007, p. 142):

A acolhida do terapeuta neste primeiro momento do processo terapêutico é um ponto muito importante de ser observado, pois, vale sempre lembrar que o cliente que vem buscar psicoterapia está ali porque de alguma forma está sofrendo. É fundamental que se busque facilitar esse primeiro contato para o cliente, ou pelo menos, não criar ainda mais obstáculos para o que já deve estar sendo muito difícil.

Desde o início dos atendimentos, contando inclusive com as primeiras entrevistas para o início da psicoterapia grupal, houve a preocupação com o acolhimento ante ao sofrimento relatado pelos clientes. Desta forma, foi estabelecida uma relação de suporte, que perdurou até o fim do atendimento.

Na primeira sessão do atendimento do grupo do IGT, no momento da apresentação, uma cliente disse logo no início que não irai falar nada, pois ela tinha aceitado participar da psicoterapia grupal para experimentar e ver como seria. Dissemos ao grupo que poderia ficar tranquilo e que podia falar se e quando quisesse, pois todos estávamos vivendo uma experiência nova e tudo o que é novo pode assustar um pouco. Dissemos, ainda, que cada pessoa tem seu tempo e seu jeito próprio e que, no espaço terapêutico nada era obrigatório e todos seriam respeitados nas mais variadas forma de expressão. No decorrer da sessão, o grupo, pouco a pouco, foi se colocando e, surpreendentemente, a cliente mencionada acima, foi a que mais falou, inclusive colocando questões profundas.

Durante todo o processo terapêutico as psicólogas buscavam cuidar da relação com o grupo, promovendo um ambiente de aceitação e empatia e, de forma muito cuidadosa e atenciosa, foram ao encontro do grupo, se disponibilizando plenamente e se colocando inteiras na relação com o grupo, aceitando-o, reconhecendo suas dores e o seu modo de existir no mundo, respeitando seu funcionamento.

O grupo encontrou um espaço de acolhimento e de respeito à sua forma de expressão, onde se sentia livre para colocar suas questões e dar vazão aos seus sentimentos e suas dores e alegrias e, em vários momentos, falava das suas conquistas, afirmando a importância da terapia em sua vida.

A postura acolhedora das psicoterapeutas, demonstrando entenderem o grupo, proporcionou um ambiente favorável à abertura do grupo.

3 - Presença terapêutica

Ribeiro (2006), escrevendo sobre presença relata um episódio vivido por ele em 1959, em sua ordenação para sacerdote. Naquela ocasião, ao ouvir seu nome dá um passo a frente e diz “Adsum presente”. Ele diz que ao responder “Presente”, tinha total consciência de que todo seu ser estava presente e afirma: “Eu era fé, esperança, entrega, certeza, ousadia, humildade, convicção profunda de que, naquele momento, todo o meu ser estava sendo entregue nas mãos de Deus”. Ou seja, ele estava mergulhado naquela experiência, totalmente envolvido com aquela situação.

Ribeiro (2006, p.163-164), fala ainda de presença relacional, na qual se está presente no mundo e para o mundo, em que presença significa basicamente ter consciência da relação com o mundo e no mundo e, ainda, evoca outro aspecto: o mundo está presente ou se faz presente, independente da vontade. Conceituando presença ele coloca:

[...], defino presença com base em mil horizontes, sendo **presença** basicamente sentir-se inteiro. Presença é contato pleno comigo mesmo, é a consciência reflexa de minhas possibilidades no mundo, é ruptura em mim de qualquer dicotomia, é a consciência emocionada de minha humilde totalidade, [...].

A definição acima nos remete à ideia de contato pleno, ou seja, o psicólogo só pode estar inteiro na relação terapêutica se estiver em contato consigo mesmo. Como afirma Ribeiro (2006, 165), *“se o terapeuta não está presente em si mesmo, dificilmente poderá ajudar os clientes, [...]”*.

Ser psicoterapeuta requer comprometimento, entrega, dedicação, requer um mergulho na experiência vivida a cada encontro. Ser psicoterapeuta é buscar estar totalmente presente na relação com o cliente a serviço dele.

Hycner (1997, p.39), fala que presença é uma postura existencial. Ele afirma que estar presente

é trazer tudo de mim para dirigir-me neste momento a esta pessoa. Nenhuma outra preocupação é importante. É uma renúncia a todas as preocupações técnicas e a todos os “objetivos”. O único Objetivo é estar plenamente presente – uma meta, paradoxalmente, não atingível pela técnica.

Um outro aspecto da presença terapêutica abordado por Hycner (1997), é a filosofia dialógica, que postula que o ser humano é um ser relacional. Amorim (2007, p.69) aponta que a abordagem dialógica surgiu com Buber, em 1923.

[...] Segundo Buber (1974, p.88), o dialógico inclui a relação e a atitude de ir na direção do outro, em busca da totalidade da existência humana. [...] O ponto central dessa abordagem é colocar o encontro como tema central da psicoterapia. Uma abordagem dialógica estará sempre comprometida com o encontro verdadeiro do terapeuta com o cliente.

Desta forma, visto que a Gestalt-terapia preconiza a relação, é fundamental que o psicólogo adote uma postura relacional através do método dialógico. Como afirma Yontef (1998, p.251),

A abordagem dialógica exige que o terapeuta aborde o paciente com carinho, direta, aberta e atenciosamente. [...] Atenção é uma qualidade que pertence a, e é apenas eficaz como parte do processo de contato. É uma qualidade de verdadeiramente ir ao encontro da pessoa como pessoa. É mais que um sentimento ou fazer algo pelo paciente – é um processo entre pessoas.

Uma das características do grupo atendido no IGT era a estagnação. O grupo estava paralisado e atribuía isto à experiências traumáticas do passado. Inicialmente, os sentimentos não eram externados. O grupo falava de suas mazelas de forma fria e distante e com muito pesar.

Havia uma cliente que, desde o início do grupo e durante alguns meses, se apresentava sempre do mesmo jeito: as cores das roupas eram escuras ou cinza, olhar cabisbaixo e triste, rosto fechado, cabelo preso; sentava sempre no mesmo cantinho da sala, encolhida, de braços cruzados e permanecia com uma das mãos junto ao rosto, mesmo quando falava.

Numa determinada sessão foi proposto um experimento ao grupo e ela se recusou a participar e ficou no seu cantinho. O seu movimento foi respeitado. Numa outra sessão, ela falou que quando estava muito triste entrava na caverna e se afastava de todos. Este tema foi trabalhado no grupo que, de vez em quando, “entrava na caverna”.

No decorrer da terapia, o grupo foi se transformando gradativamente, suas características foram mudando e novos espaços foram sendo explorados. A cliente citada acima passou a usar roupas coloridas e alegres, mudou o penteado, deixou de sentar no cantinho da sala e se permitiu experimentar outros lugares, sem a mão no rosto, se expressava mais livremente. Ela já não carregava o peso de outrora. Deixou o passado pra trás e passou a viver o presente. Arranjou um namorado e, por fim, saiu do grupo porque mudou de emprego e o havia incompatibilidade de horário.

O grupo todo passou por esta transformação. Houve um desabrochar pra vida. O grupo adquiriu movimento e seguiu em frente. A presença terapêutica e o método dialógico foram fundamentais neste processo.

4 - Postura fenomenológica

A fenomenologia como um método, surgiu com Husserl, que contestava a independência do sujeito em relação ao objeto, conforme defendido por algumas correntes filosóficas. Segundo Husserl, não existe neutralidade entre o organismo e o meio ambiente, entre o sujeito e o fenômeno. Eles estão sempre em relação. Os fenômenos são apreendidos pelos sentidos, porém eles são dotados de um sentido, de uma essência. Assim, nasce a ideia de voltar às coisas mesmas.

Posteriormente, a Fenomenologia veio a se constituir num eixo fundamental para a Abordagem Gestáltica. A Gestalt-terapia é uma fenomenologia clínica, ou seja, utiliza a fenomenologia como um método no trabalho clínico. Para melhor compreensão deste tópico, serão apresentados alguns olhares sobre o tema:

- Yontef (1998, p.218): *“Fenomenologia é uma busca de entendimento, baseada no que é óbvio ou revelado pela situação, e não na interpretação do observador”.*
- Ribeiro (1994, p.46-47): *“Fenomenologia [...], é um modo de observar e compreender a realidade. [...] uma atitude que leva o observador a perscrutar a realidade a partir dela, deixando de lado seus prejuízos e sem concluir nada a priori, respeitando o próprio evidenciar-se da realidade, enquanto escolhe o melhor caminho para auto-revelar-se”.*
- Granzotto (2007, p.110): *“[...] fazer ver, com base em si mesmo, aquilo que se manifesta, tal como, com base em si mesmo se manifesta [...]. Fenomenologia, [...], não é o estudo do que aparece, mas o fazer ver – no âmbito da nossa experiência – aquilo que se manifesta desde si, tal como manifesta desde si”.*

Com base nas definições acima, pode-se afirmar que a postura fenomenológica, na gestalt-terapia, consiste em observar e compreender a realidade (fenômeno) como ela é, deixando de lado todas as ideias pré-concebidas, os pré-conceitos. Portanto, não cabe interpretação dos dados ou dos fenômenos que ocorrem no “*setting*” terapêutico.

Trabalhar com o método fenomenológico não é tarefa fácil. É importante que o Psicólogo tenha consciência de que a interpretação e o julgamento é uma tendência natural do ser humano para, então, cuidar da sua relação com o cliente, favorecendo o trabalho no campo terapêutico.

Ginger (1995, p.36) aponta quatro características da fenomenologia:

- “é mais importante descrever do que explicar: o como precede o porquê;”
- “o essencial é a vivência imediata, tal como é percebida ou sentida corporalmente – até imaginada – assim como o processo que está desenvolvendo aqui e agora;”
- “nossa percepção do mundo e do que nos rodeia é dominada por fatores subjetivos irracionais, que lhe conferem um sentido, diferente para cada um”

- “isso conduz, particularmente, à importância de uma tomada de consciência do corpo e do tempo vivido, como experiência única de cada ser humano, estranha a qualquer teorização preestabelecida”.

Segundo Ribeiro (1994), “o grupo terapêutico é um campo onde a realidade acontece”, ou ainda, “o grupo é um dado, uma realidade em si” e, como tal muito complexo. Desta forma, o psicólogo não deve ceder à tentação de interpretar ou explicar o que acontece, mas numa postura fenomenológica, deve buscar descrever sua percepção, tendo sempre em mente que é a visão dele, naquele momento na relação com aquelas pessoas e não a verdade absoluta.

Exemplificando o tópico acima, será relatada uma situação vivida durante o atendimento no IGT. Antes de Iniciar cada encontro, a equipe terapêutica fazia um planejamento da Sessão. Embora houvesse algumas ações planejadas (questões burocráticas, avisos, alguma atividade a ser proposta em função das demandas do grupo), o trabalho terapêutico era realizado a partir dos fenômenos do campo.

Numa determinada sessão, havia três clientes: uma mulher e dois homens. Ela, logo no início falou do seu medo e nervosismo de contar para seus filhos que estava namorando. Este assunto mobilizou todo o grupo. Diante disto, foi proposto um experimento, no qual a cliente seria a mãe e os demais seriam os filhos. Ela, então contaria a eles sobre sua nova relação amorosa. Todos aceitaram prontamente. O grupo vivenciou os papéis de forma muito intensa. Emergiram questões que, até então, não tinham aparecido anteriormente, com uma carga emocional muito grande, expressada na linguagem verbal e na corporal. Após, foi solicitado ao grupo que conversassem sobre a experiência vivida, sendo feitas algumas intervenções pela equipe terapêutica e a sessão foi finalizada.

Nada do que aconteceu estava planejado. O trabalho terapêutico foi se delineando a partir das demandas do campo, onde vários fenômenos ocorreram. O grupo conseguiu fazer contato com o que estava vivendo naquele momento. O nosso papel foi acompanhar o movimento do grupo, nos atendo aos fenômenos e facilitar a tomada de consciência. A postura fenomenológica favoreceu o trabalho no campo terapêutico.

5 - Valorização do potencial do cliente

Zinker, (2001), diz que o casal chega ao consultório com um sentimento de fracasso e destaca que é importante ressaltar suas competências neste momento para que possam enxergar aquilo que fazem bem, apesar dos problemas enfrentados. Na medida em que se dá conta de suas potencialidades, o casal começa a ter outro olhar sobre a situação vivida, se tornando mais esperançoso e confiante nele mesmo, bem como no terapeuta. A este respeito, Zinker (2001, p.188-189) afirma:

Os terapeutas devem procurar observar não só as interrupções no processo, mas também as competências na interação do casal. A maioria dos casais não está consciente de sua própria competência. Apontar suas

competências são intervenções poderosas. Algumas vezes elas são até mais poderosas do que as que apontam como eles interrompem a si mesmos. O motivo de serem poderosas é que as pessoas não sabem o que fazem bem, do mesmo modo que não sabem o que fazem mal. [...] Quando você indica as competências que vê em seus clientes e as traz para a awareness, você lembra a eles que podem usá-las quando estiverem num impasse. Ao se confrontarem com um dilema, eles podem apoiar-se no conhecimento do que fazem bem e optar por usar essas competências para resolvê-lo.

As colocações feitas sobre ressaltar as competências do casal, na citação acima, também são válidas tanto para a terapia individual quanto para a terapia de grupo. Ao assumir esta postura, o psicólogo facilitará a caminhada terapêutica do seu cliente e, conseqüentemente, a construção do vínculo terapêutico.

De acordo com Estarque Pinheiro (2007), a primeira entrevista é um momento de muita ansiedade, que pode ser amenizada pelo terapeuta na medida em que ele deixa claro para o cliente que tudo não precisa ser dito de uma vez só, pois haverá tempo suficiente para que o mesmo se coloque dentro de suas possibilidades. Estarque Pinheiro (2007, p.142), afirma que:

Em algumas situações o terapeuta pode sinalizar, pontuar e trazer também aspectos positivos do discurso do seu cliente de forma a ajudá-lo a ampliar sua visão de si próprio e de suas potencialidades, tornando muitas vezes este primeiro contato mais ameno e menos ameaçador para o cliente.

Uma das características dos membros do grupo atendido no IGT, era a falta de confiança em si mesmo para efetuar mudanças que julgava necessárias para seguir o fluxo da vida. O grupo estava paralisado existencialmente e atribuía este estado a questões traumáticas vividas. Apesar de, em vários momentos, o grupo demonstrar grande habilidade para lidar com situações complexas, não conseguia reconhecer a força que tinha.

Um dos pontos trabalhados durante o atendimento foi o potencial do cliente, sendo ressaltadas as competências do grupo. Na medida em que a percepção de si mesmo foi se ampliando, o grupo começou a se movimentar até que, consciente dos seus recursos, empoderou-se e realizou mudanças significativas e existencialmente libertadoras, seguindo em frente, para além da terapia.

Desta forma, ao receber um grupo em seu consultório, o psicólogo precisa estar atento para, na medida do possível, ressaltar as competências do grupo, criando assim, uma atmosfera de confiança para o desenvolvimento do seu trabalho. Esta seria, também, mais uma forma de cuidar do vínculo inicial tanto entre clientes, quanto entre clientes e terapeutas.

A experiência com grupo no IGT foi muito enriquecedora. Se por um lado houve frustração por causa da desistência de alguns clientes no início do atendimento, por outro, a equipe pôde aprender a lidar com a situação e viver a satisfação de vivenciar um processo completo, com início, meio e fim com os clientes que

permaneceram até o término do atendimento. Sem dúvida, o trabalho foi possível a partir da construção do vínculo terapêutico e, para tal, cada elemento citado acima funcionou como matéria-prima neste processo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Iniciar um atendimento terapêutico é e sempre será um processo desafiador, quer na terapia individual ou na terapia de grupo. São muitos os desafios. Para enfrentá-los o psicólogo precisa estar bem preparado teórica e tecnicamente, mas ao mesmo tempo, precisa estar consciente de que o trabalho psicoterápico é muito mais que um saber teórico e um conjunto de técnicas.

No início, do processo terapêutico, é natural o cliente se colocar de forma superficial, pois tudo é muito novo e ainda não há confiança no grupo que possibilite uma abertura maior. Este é um momento crítico na terapia. Alguns clientes podem desistir, não obstante o grande interesse inicial. Embora as variáveis citadas acima não sejam as únicas causas de evasão no momento inicial do grupo, pode-se afirmar que elas são responsáveis por muitas desistências. Neste contexto, o psicólogo tem como tarefa primordial propiciar um ambiente acolhedor, tanto com relação ao espaço físico quanto à sua postura terapêutica, e, através da sua relação com o grupo, construir o vínculo para desenvolver seu trabalho.

A partir deste estudo, mesmo considerando a responsabilidade do cliente, pode-se inferir que o psicólogo é o principal responsável pela construção do suporte da nova relação que se inicia e dele precisa cuidar durante todo o trabalho psicoterapêutico. Por maior que seja o preparo teórico e pessoal do psicoterapeuta, cada encontro se traduz em uma nova experiência com muitas possibilidades, riscos e imprevisibilidade. Neste sentido, a primeira entrevista assume importância vital por ser o momento apropriado para o estabelecimento do vínculo. Entretanto, vale ressaltar que o cuidado com o vínculo terapêutico deve ser permanente, pois se não for fortalecido, não haverá condições para a continuidade do trabalho terapêutico.

Desta forma, conforme literatura consultada, alguns itens são de grande relevância para alcançar o objetivo proposto. Neste trabalho foram destacados os seguintes: a) o contrato: é muito importante a manutenção do combinado. Além de dar as diretrizes para a relação grupal, o contrato dá segurança ao grupo e estabelece fronteiras; b) a postura acolhedora: os clientes, em geral, chegam à clínica com grande dor psíquica e falar de suas dores é extremamente difícil. É importante acolhe-los, respeitando as diversas formas de expressão e confirmar seu sofrimento dando o suporte necessário e assim facilitar este momento; c) a presença terapêutica: estar presente vai além de ocupar o mesmo espaço físico. É estar totalmente com o grupo, totalmente conectado, numa presença plena na relação terapêutica. Para isto é preciso que o terapeuta esteja presente nele mesmo, consciente do seu momento e dos seus sentimentos; d) a postura fenomenológica: ser fenomenológico não é só uma questão técnica, mas implica em trabalhar isto na relação com o grupo para que o grupo se coloque da mesma forma e, por fim, e) a valorização do potencial do cliente: enfatizar as competências do grupo ajuda a

torná-lo consciente dos seus recursos internos para enfrentar as dificuldades da vida.

É importante que o psicólogo esteja atento aos fatores acima mencionados, trabalhando na preparação do solo para que a semente – relação terapêutica – possa germinar, criar raízes e seguir o curso natural de desenvolvimento.

Às vezes, a pressa, a ansiedade do terapeuta pode levá-lo a descuidar de aspectos sutis e importantes para o trabalho psicoterápico. Vinculação não ocorre repentinamente. Construir é um processo. Assim sendo, no processo da construção do vínculo terapêutico o psicólogo precisa trabalhar consciente de sua responsabilidade no papel de facilitador/condutor do grupo.

O presente estudo não pretende, de forma alguma, esgotar o assunto, mas sim promover uma reflexão visando dar uma contribuição para aqueles que quiserem se aventurar na estrada da psicoterapia de grupo. Certamente, outros profissionais poderão aprofundar o tema e trazer novas perspectivas para esta modalidade de atendimento.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMORIN, T. C. G. W. **Dialógico**. In: D'ACRI, G.; LIMA, P.; ORGLER, S. Dicionário de Gestalt-terapia: Gestaltês. São Paulo: Summus, 2007. (p.69)

Dicionário Aurélio. Disponível em: <http://www.dicionariodoaurelio.com> Acessado em 09/03/2014

GINGER, S. **Gestalt: uma terapia do contato**. São Paulo: Summus, 1995.

GRANZOTTO, M. J e R. L. M. **Fenomenologia**. In: D'ACRI, G.; LIMA, P.; ORGLER, S. Dicionário de Gestalt-terapia: Gestaltês. São Paulo: Summus, 2007. (p.110)

HYCNER, R. **Relação e cura em Gestalt-terapia**. São Paulo. Summus, 1997.

JÚNIOR, A. I. **A Primeira Entrevista Na Clínica em Gestalt-Terapia**. Revista de Gestalt nº 4, p. 55-61. São Paulo, 1995.

PINHEIRO, M. E. **A primeira entrevista em Psicoterapia**. Revista IGT na Rede, V.4, nº 7, 2007, p. 136-157. Disponível em: <HTTP://www.igt.psc.br/ojs/ISSN:1807-2526> Acesso em: 12/03/2014

RIBEIRO, J. P. **Gestalt-Terapia: O Processo Grupal: uma Abordagem Fenomenológica da Teoria do Campo e Holística**. – São Paulo: Summus, 1994.

RIBEIRO, J. P. **Vade-mécum de Gestalt-terapia : Conceitos básicos**. – 2ª ed. – São Paulo: Summus, 2006. P. 162/165.

SILVEIRA, T. M. **A Gestalt No Contexto da Psicoterapia: Teoria e Metodologia Aplicadas a um Caso Clínico** (p.07-27). In: Presença Revista Vita de Gestalt-terapia, 1997 – ano 3 – Número 4

TELLEGEN, T. A. **Gestalt e grupos – Uma perspectiva sistêmica.** – São Paulo: Summus, 1984. (coleção Novas buscas em psicoterapia; v.22)

VINOGRADOV, S.; YALOM, I. D. I. **O que é a Psicoterapia de Grupo?**. In: Psicoterapia de Grupo: um manual prático. Porto Alegre: Artes Médicas, 1992.

YONTEF, G. M. **Processo, diálogo, awareness.** São Paulo: Summus, 1998.

ZINKER, J. C. **A Busca da Elegância em Psicoterapia: Uma Abordagem Gestáltica Com Casais, Famílias e Sistemas Íntimos** - São Paulo: Summus, 2001.

NOTAS

Edilza Wanderleia da Silva Queiroz: Psicóloga graduada pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro, (UERJ); Pós-graduada em Gestão de Recursos Humanos pela Universidade Cândido Mendes; Formada em Gestalt-Terapia pelo Centro de Produção da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (CEPUERJ); Especialista em Psicologia Clínica - Gestalt-Terapia pelo Instituto de Gestalt-Terapia e Atendimento Familiar.

Endereço para correspondência

Edilza Wanderleia da Silva Queiroz
E-mail: edi.wanderleia@gmail.com

Recebido em 27/02/2017

Aprovado em 27/02/2017