

ARTIGO**Vergonha, o inabitável da neurose****Shamefulness, the uninvable habit of neurosis**

Stephanie Boechat

ABG Associação Brasileira de Gestalt-terapia

Resumo

A prática da psicologia é atrelada ao exercício da escuta, isto posto, o trabalho clínico vai além dos estereótipos sociais postos e propostos a ele, inclusive durante os cursos de formação. Nesse viés, surge a questão, como e o que temos escutado? Ou, o que não está tendo espaço durante meu encontro com o outro? Diante dessa problemática, que atravessa o setting terapêutico, construo esta pesquisa através de um ensaio teórico, baseado em pesquisa bibliográfica e minhas experiências clínicas, a fim de abordar sobre esse afeto recursivamente evitado, seja pelo terapeuta ou cliente: a vergonha. Tal projeto é uma aposta de aliança entre a Gestalt-terapia e seus conceitos primordiais, como funções do self e suas bases formadoras contraculturais, na tentativa de pensarmos a clínica da neurose e a potencialidade do contato com a vergonha.

Palavras-chave: Neurose, vergonha, gestalt-terapia.

Abstract

The practice of psychology is linked to the exercise of listening, that being said, clinical work goes beyond the social stereotypes posed and proposed to it, including during training courses. In this context, the question arises: how and what have we been listening to? Or, what is not being given space during my encounter with the other? Faced with this problem, which permeates the therapeutic setting, I construct this research through a theoretical essay, based on bibliographic research and my clinical experiences, in order to address this affection recursively avoided, whether by the therapist or the client: shame. This project is a bet on an alliance between Gestalt therapy and its primordial concepts, such as functions of the self and its countercultural formative bases, in an attempt to think about the clinic of neurosis and the potential of contact with shame.

Keywords: Neurosis, shame, gestalt-therapy.

O trabalho com a escuta é desafiador. Essa frase pode nos encaminhar para múltiplos universos, inclusive para os questionamentos: o que é escutar? e como temos escutado? Favero (2022) convida o leitor a se colocar diante das fragilidades da práxis psicoterapêutica. Neste momento não sou apenas uma leitora, mas coautora dessa prática universal e ao mesmo tempo tão singular, que é a escuta. Me vejo na cadeira de psicoterapeuta, no topo de um enorme ponto de interrogação: Como eu tenho escutado?

Somos uma sociedade com a escuta¹, atividade processual atenta, cada vez mais precária, precisamos falar e queremos ser ouvidos! Mas, a que custo? Nesse viés, é relevante nos indagarmos sobre a repercussão de uma psicologia massificada, que vem se popularizando nas mídias, redes sociais e literatura que atua na promoção e manutenção de discursos cristalizadores. A psicologia nesse estado difundido pode ser positiva ao levarmos em consideração, por exemplo, o nível de acessibilidade a esse conhecimento é cuidado. Por outro lado, vale salientar a indispensabilidade dos pressupostos éticos da prática psi, uma vez que estamos falando de um trabalho implicado ética e politicamente, tanto no espaço do setting clínico, quanto a nível social.

Dessa forma, cabe ressaltar a importância do cuidado com a escuta e transmissão de conceitos, nomenclaturas e ideias desse universo de conhecimento para que violências não sejam (re)produzidas. Como parte produtora dessa realidade é necessário nos responsabilizar perante aquilo que nos desvela: a ação. Diante disso, o trabalho do gestalt-terapeuta só é possível no encontro. Quando

¹ Neste ensaio a palavra escuta estará associada ao processo atento da atividade de escutar, portanto, há uma implicação no ato de escutar que se expande para além do sentido da audição (ouvir).

mergulhamos na experiência permitindo a expansão da escuta como forma de cuidado, acolhendo a relação do organismo - o corpo integral no mundo.

Nesse cenário, a escuta nos serve como atividade-ferramenta ética e prática para o estabelecimento da relação terapêutica, a qual não ocorre sem resistências; aí está o desafio do gestalt-terapeuta, que sendo também um corpo, possui igualmente resistências próprias diante da escuta deste outro que o encontra. De acordo com Ribeiro (2007a) “estar em contato é, portanto, um processo resistencial, no sentido de que o outro sempre me faz face” (p.74). Paralelamente, é importante que o conflito produzido pela resistência tanto do cliente quanto do terapeuta apareça no campo, a fim de que possa ser utilizado como ajuste criador para sua própria ruptura.

Diante disso, levarei em consideração a resistência como prática não deliberada que circunda o tema da vergonha, uma vez que a culpa e a vergonha são como guardiões dos hábitos inibitórios (Robine, 2006). Assim, a resistência pode atuar como uma operária sempre vigilante, criando um movimento habitual neurótico (sempre em repetição), que tenta impedir o contato com os afetos, com objetivo de apaziguá-los, de acordo com Ribeiro (2007b) “o ser humano resiste, e ao resistir, ele se diferencia do mundo e a resistência se transforma num mecanismo que identifica nossa identidade por meio de nossa subjetividade”(p.75).

Nessa perspectiva, este trabalho é proposto como um ensaio teórico, reconhecendo essa estrutura metodológica como potencial disruptivo de produção de conhecimento acadêmico. Tal projeto é uma aposta diante do tema da vergonha, se apoiando nos conceitos da Gestalt-terapia, com objetivo de construir uma relação entre as bases formadoras contraculturais da Gestalt, utilizando como ponto

indispensável a teoria do self e suas funções e da perspectiva de uma clínica da neurose e sua relação com a vergonha.

Diante disso, vale salientar a importância da pesquisa sobre esse afeto tão denegado, a fim de dar espaço a esse reflexo da angústia que muitas vezes é apaziguado na tentativa de ser significado e/ou interpretado em terapia. A vergonha, assim como o sintoma, é expressão de algo ainda enigmático e faz parte do campo relacional psicoterapêutico. Assim, insisto na possibilidade anárquica desse afeto diante do sofrimento *neo-rótico*², não apenas em seu âmbito mantenedor da inibição, atuando em conjunto com a resistência, mas como agente *transforma-dor* e promotor de deslocamento.

PODERIA A VERGONHA SER RECURSO TRANSGRESSOR?

Ao propor o encaminhamento desta pesquisa através do olhar da Gestalt-terapia, acredito ser relevante tomar algum tempo na epistemologia da Gestalt. Afinal, o que seria *Gestalt*? Em uma aula promovida pelo Congresso de Gestalt-terapia do Rio de Janeiro (2024), um dos pioneiros em Gestalt-terapia no Brasil Jorge Ponciano Ribeiro, compartilhou que *Gestalt*, palavra alemã sem tradução fidedigna na língua portuguesa, significaria aproximadamente uma configuração, ou seja, qualquer coisa cujas partes estão organizadas, articuladas, indivisíveis à percepção.

Diante disso, a medida que uma pessoa se apresenta como uma *gestalt* e o terapeuta igualmente, a Gestalt-terapia acontece no encontro entre essas duas configurações, em suma, a Gestalt-terapia se faz na relação, no instante do

² Utilizo o neologismo neorótico para pensarmos na neurose constituída e constituinte no/do sistema neoliberal-capitalista. A neurose como o processo de fixação e engessamento que é mantido e valorizado pelo sistema econômico, social e político.

encontro - contato. Isto posto, toma a cena um dos principais pilares teórico-filosóficos dessa teoria, a fenomenologia. A partir do questionamento apresentado por Rehfeld (2013, p.30) “Como apreender um homem?”, podemos pensar no caráter ilusório do fenômeno, uma vez que nunca conseguiremos, mesmo na clínica, apreender o que é o outro por completo. Assim, é através da ferramenta da linguagem (palavra, corpo e afetos) que imerso no imediato da experiência, esse outro desvela o vivido.

Dessa forma, de acordo com a Professora da USP Ribeirão Deise Sabbag, o termo vergonha é tão amplo quanto o profundo, a palavra pode estar relacionada ao medo de se sentir desonrado, à conduta pessoal pudorosa e até mesmo como remetente a um ato desonesto. Nessa perspectiva, a etimologia da vergonha decorre da palavra em latim *verecundia*, que significa pudor, por sua vez derivada de *revereri*, cujo prefixo ‘re’ remete a retorno e ‘vereri’ respeitar. Sob essa ótica, a raiz da palavra vergonha se refere à um tipo de reverência, uma ideia de ‘voltar-se ao outro com respeito’, evidenciando o aspecto moral e ao mesmo tempo subjetivo desse afeto, desde sua concepção a vergonha já em si o próprio conflito entre o eu e o mundo.

Nesse viés, a vergonha pode ser percebida como expressão de um afeto. Insisto na vergonha enquanto expressão, uma vez que ao longo do texto tenho me referido à vergonha, como afeto e não como emoção. Isto posto, proponho uma visão da vergonha como uma representação, um nome, uma tentativa de trazer à consciência um conteúdo indigesto, aquele que não conseguimos significar, que ainda se encontra na fronteira (eu-outro). Esse afeto tão arrebatador faz parte da

topografia da nossa subjetividade, toma lugar na linguagem, comunica. A vergonha agride.³

FUNÇÕES DE SELF E NEUROSE

Nessa perspectiva, se evidencia a importância das bases estruturais da Gestalt-terapia, a fenomenologia e o existencialismo que insistem na elaboração de uma ética da relação, em oposição ao desenvolvimento de uma teoria da personalidade. Nesse cenário, é inegociável a importância do conceito de contato, como realidade simples e primeira (Perls, Hefferline, & Goodman, 1997), uma vez que sem este não há possibilidade de relação “quando a figura é opaca, confusa, desprovida de graça e energia, [...] podemos estar certos de que há falta de contato, algo do ambiente não está sendo levado em conta, alguma necessidade não está sendo expressa; a pessoa não está “toda aí”. (PHG, 1951, II, 1, 6 citado por Robine, 1997, p.60)

Diante disso, a primazia do contato nos leva ao conceito de self e suas funções em gestalt-terapia na tentativa de responder como contatamos. Desse modo, o self não é uma concepção análoga à ideia de sujeito ou subjetividade, mas é a força integradora na fronteira (Boechat, 2022) ou seja, faz parte do fundo, da ação e do horizonte na relação do organismo com o ambiente. Diante desse cenário, segundo Távora (2014a) o self não é equivalente ao eu individual intrapsíquico, é um acontecimento que não pertence ao organismo ou ao ambiente, mas ao campo, portanto podemos dizer que o self está presente no instante.

³ referência ao termo agressão utilizado por Perls (1947) cujo conceito não está atrelado a violência ou confronto, mas a um processo anárquico, destruidor e potente. Uma agressividade que destrói para construir - potência do que é conflituoso.

Nessa esfera, a teoria do self é uma tentativa de integrar o mundo - sociedade organizada, cultura, história, moral - nos processos de subjetivação - corpo composto por carne e processos psicoafetivos - (Távora, 2014b), de nomear a volatilidade da experiência e trazer à luz um outro ponto de vista para darmos contorno às vulnerabilidades da função ego (Belmino, 2020a). Ainda de acordo com Távora (2014c), podemos pensar no self diretamente relacionado à noção de devir, campo de possibilidade para a busca e movimentação. Em resumo, o self não é uma estrutura, mas como um sistema de potenciais. Self é gerúndio e não se encaixa dentro ou fora do sujeito, mas entrecruza a experiência.

Diante disso, as funções do Self nomeadas de id, ego e personalidade, aparecem como formas abstratas diante da diversidade das experiências, sendo indissociáveis e ao mesmo tempo se sobrepondo no campo em um movimento próprio de fronteira (figura-fundo). Nesse viés, o desenvolvimento dessas funções - apostando em uma teoria menos estrutural - , tem por finalidade possibilitar uma prática fenomenológica crítica, a qual propõe um descolamento frente a um cenário no qual os diagnósticos e as patologias registradas são tidos como evidências da realidade. Assim, as funções do self fazem parte da forma, mas não são o sujeito. A título de exemplo, retomemos ao início do texto quando exponho a necessidade do cuidado com o uso da psicologia e da escuta como conteúdo midiático e a prática diagnóstica de massa. Ambas são estruturadas por uma perspectiva positivista classificatória e encaram o corpo e os afetos como avessos à racionalidade, que por sua vez é valorizada à medida que acredita-se que traduza a realidade, sendo compreendida como semelhante à normalidade⁴ - a verdadeira verdade.

⁴ Norma como conceito de estrutura, seguimento cristalizado. A normalidade é apresentada como proposta de um movimento de expansão de um funcionamento engessado e conservador (aquilo que a todo custo tenta se conservar) - universalização da regra, da lei.

Em vista disso, vale ressaltar o conceito de hábito elaborado por Menelau-Ponty em sua obra “Fenomenologia da Percepção”, o qual não reside apenas no pensamento ou na carne, mas na mediação do corpo no mundo (Ponty, 1999a), não necessariamente de modo automático, uma vez que está ligado à percepção, mas se referindo a um processo autômato. Em resumo, neste ensaio, o hábito está intrinsecamente relacionado à experiência da neurose em Gestalt-terapia, uma vez que é desenvolvida como ajustamento conservativo a ponto de inibirmos tão constantemente que nos esquecemos de como propriamente o fazemos “é como se o hábito sempre passasse em nossa frente.(...) Assim não é que suprimimos algo específico, mas o próprio hábito de evitar o contato com a novidade se torna constante”. (Belmino, 2020b p.251-252).

Dessa forma, me refiro à neurose como esse funcionamento de autoconservação⁵, que por conseguinte opera mediando o controle dos afetos e propondo a inibição das excitações e do contato com a novidade, a fim de apaziguar o corpo e cristalizar a experiência. Vale salientar, que neste ensaio a neurose não será abordada em um cenário de juízos de valor, uma vez que ao se caracterizar como um ajuste criador, passa a ser uma chave leitura, não necessariamente patológica, para o processo terapêutico do sujeito.

Nessa perspectiva, o afeto ‘vergonha’ admite uma posição paradoxal: por ser afeto, como proposto anteriormente, já evidencia uma excitação, algo que escapa às redes do ‘autocontrole’, em contrapartida, ao se manifestar insistimos na tentativa de elucidá-lo, o vestimos com um nome e acabamos por diluí-lo. Antes de estarmos aware da vergonha, podemos facilmente confundi-la com culpa, raiva, nojo, entre

⁵ Utilizo aqui a perspectiva de autoconservação que pretende uma homeostase, um equilíbrio orgânico visando a pressuposição da possível manutenção de um estado. Não prezo por juízo de valor ao conceito, mas procuro aproximar a vivência da pessoa ao proposto por Fritz quando retoma a teoria da homeorhesis, palavra propõe um retorno à trajetória (Boechat, 2022), não necessariamente a um estado original, evidenciando a fluidez da experiência, se aproximando com a perspectiva gestáltica de fenomenologia e da filosofia do devir.

outras emoções, correndo o risco de mantê-la como fundo, escamoteando-a, impedindo que se torne figura, a ponto de sentirmos vergonha de sentir vergonha.

Diante disso, evidencia-se a dualidade experiencial de um “corpo grotesco” versus corpo racionalizado (Breton, 2011a), este com seus contornos definidos não somente pela carne mas também pela cultura e aquele que é “formado de relevos, que transborda vitalidade, insatisfeito com os limites que não cessa de transgredir” (Breton, 2011b). Partindo do conceito de gestalt como dito anteriormente, somos corpo inteiro de partes indivisíveis e dessa forma, a dualidade do “versus” pode ser considerada como ilustração da dinâmica neurótica em contrapartida ao conceito de polaridade proposto pela Gestalt-terapia, o qual rompe com a oposição dual e investe na dialogicidade do encontro, da integração das diferentes partes. Nesse cenário, somos corpos gestálticos tanto grotescos quanto racionalizados.

Tomando como ponto de partida tal dualidade clivada, é pertinente resgatarmos como foi desenvolvido o conceito de neurose em gestalt-terapia tendo como base a fenomenologia, se diferenciando de propostas de produção de conhecimento estruturais e positivistas. Assim, a história da neurose se inicia em meados do século XX, quando essa nomenclatura é reconhecida como um acometimento da mente em contraposição ao corpo, ou seja, distinto em aspectos etiológicos e nosológicos, mas de similar necessidade interventiva (Belmino, 2022). Tal perspectiva se modifica a partir do giro epistemológico regido por Freud com a criação da psicanálise.

A partir desse momento a neurose se torna estrutura, forma de organização subjetiva diante dos sofrimentos psíquicos; converte-se em possibilidade de vida, um retorno à normalidade moral requerida e valorizada socialmente de maneira oposta aos caminhos da pulsão (perigosa e animalesca). Nesse viés, é

imprescindível regressarmos a um dos mestres de Perls, Wilhelm Reich, pai da psicologia corporal (Belmino, 2022), cuja opinião acerca da neurose tinha suas bases exatamente nos aspectos político-econômicos e culturais da sociedade ocidental, imersa em sua moral repressora a qual condenava a exploração dos afetos. Diante disso, a neurose em Gestalt-terapia, se aproxima da proposta de Reich ao se atentar aos aspectos do ‘como’, enquanto forma de experienciar ou então, de resistir à necessidade da experiência (courage e aumento de tensão). Assim, a neurose se caracteriza como a forma repetitiva e enrijecida de reprimirmos em contrapartida à sua associação com o conteúdo reprimido. De acordo com Belmino (2020c) Goodman, em seus estudos, insiste na construção da neurose enquanto uma inibição da agressão, configurando uma constante tensão e impedimento da satisfação de necessidades.

Em vista disso, enfatiza-se a relação organismo-ambiente com a construção de um modo de funcionamento neurótico, uma vez que insistindo no poder da relação do sujeito com seu entorno esse será embebido pela cultura e sistemas políticos-econômicos cujas leis influenciarão seus processos criadores. Levando em consideração o sistema capitalista neoliberal atualmente dominante, o desenvolvimento de sujeitos que se ajustam de forma neurótica parece fazer sentido, uma vez que produz corpos regradados, úteis e alienados em seus enquadramentos.

Dessa forma, a proposição de um ajuste neurótico é precisamente como forma de levarmos em consideração o campo cocriado e experienciado em conjunto, não necessariamente como contraposição à visão gestáltica até aqui referenciada, mas como uma visão para além, trazendo a luz o questionamento acerca do conflito existente na relação entre organismo e ambiente, “o esforço

organísmico para manter o habitual e a própria condição de campo que exige a produção de ações novas” (Belmino, 2020 p.244d). Em suma, tendo como pressuposto um sistema político-econômico (ambiente) que tem preferência por determinadas formas de funcionamento e que trabalha para a manutenção do status quo⁶ funcional e útil, parece atraente o investimento em ajustes habituais, suprimindo o poder criativo dos afetos e valorizando a conservação e enrijecimento (Belmino, 2020e):

“Em uma sociedade regular, controlada e previsível, tornamos a sexualidade, o encontro genuíno com outro, a afetividade e a criatividade inimigos mortais do bem-estar social, e como efeito disso, precisamos abrir mão do relaxamento para manter uma constante atitude de prontidão e tensão.”
(p.251)

VERGONHA, O INABITÁVEL DA NEUROSE

Diante do cenário exposto acima, a necessidade de fazer contato com os afetos, permitindo que tomem a cena, é a principal função do trabalho psicoterapêutico. Como defendido por Ponty (1999b), somos corpos que não têm acesso visível a si mesmos, apenas às suas representações. Dessa forma, a percepção se dá principalmente pela via da senciência e concomitantemente de suas significações. Diante disso, nos esforçamos para manter a ambivalência entre

⁶ retornar à ideia de psicologia das massas proposto no início do texto.

criatividade e hábito, bem como da inibição e da satisfação cada vez mais escondida, até nos acostumarmos com sua existência implícita, que na tentativa de não ser desvelada se destaca.

Diante da confluência, a qual não necessariamente funciona como um ajuste indesejado, relacionado ao risco de extinção da individualidade, mas como uma peça do movimento figura/fundo, Robine (2006a) relata que a confluência se inicia no momento de dissolução da fronteira, nunca reforçando uma segmentação (figura // fundo) mas sua simultaneidade. Assim, a confluência funciona como a liga que une as gestalten em uma continuidade.

Assumindo seu papel como ausência de fronteira, a confluência contudo não faz referência ao inconsciente freudiano, ou ao fundo da experiência como um id da situação, mas está sempre relacionada ao organismo, “aquilo que foi assimilado, talvez esquecido, e que, portanto, é agora parte integrante do indivíduo” (Robine, 2006b p.104). Assim, a confluência, como esse estado habitual no qual os conteúdos são assimilados e dissipados no fundo, influencia a fixidez do organismo bem como é afirmado por Robine (2006c p.105) “uma confluência acompanha toda neurose”.

Outrossim, tal estado pode ultrapassar os limites da sua função, impedindo o contato com a novidade, logo, podemos inferir que a confluência ao perverter sua ação alia-se à neurose em seu movimento conservativo e, influenciando na satisfação de necessidades do organismo “a confluência impede a emergência de uma nova excitação (...), assim nenhum desejo é sentido” (Robine, 2006d p.105).

Partindo dessa premissa, a função identificatória e portanto enrijecida das posições/papéis (estereótipos) assumidas ou introjetadas aos sujeitos, podem ser vistas como uma maneira escamoteada de emergência da vergonha, portanto, os

estereótipos assumem aspecto introjetivo. Somos sujeitos de introjetos, polarizados entre o eu (real) e o eu ideal, o qual tem por referência sempre o outro, aquele constituído pelas expectativas do ambiente. Ma observação de Yontef (1993), toda vergonha tem uma base introjetiva que nos remete aos primeiros contatos da experiência infantil⁷: “a função do estereótipo é sobretudo nos proteger do conhecimento do outro. Preferimos nos esconder por trás de esquemas típicos que permitem que ocultemos de nós mesmos nossa monstruosidade” (Gros, 2023).

Na esteira dessa discussão, ao propor a vergonha como o inabitável da neurose, refiro-me a possibilidade também defendida por Robine (2006e) de retornarmos à vergonha enquanto afeto que irrompe a confluência. Nesse viés, a vergonha desvela o hábito neurótico, sua fixação e repetição, como uma agulha no tecido que para costurar ainda precisa furá-lo. Assim como a agulha escondida que aparece ao iniciar a costura, a vergonha emerge sendo “esse mediador indispensável entre eu e mim-mesmo: sinto vergonha de mim pelo modo em que mostro ao outro” (Sartre, 1943 p.266 citado em Robine, 2006f p.157).

Dessa maneira, a vergonha se relaciona diretamente com a ideia de identidade, uma vez que ao contrário da culpa a vergonha coloca em evidência aquilo que somos. A vergonha irrompe a confluência no momento da percepção da exposição, da ausência de fronteira que agora está evidenciada, ela abre brechas para invasão do ‘não eu’ e sua absurda⁸ diferença (Perls, 1947).

Em seu livro “O Self Desdobrado”, Robine retoma o mito de Adão e Eva para salientar a primazia da vergonha. No mito, ao consumirem o fruto proibido (do conhecimento), Adão e Eva consequentemente passam a perceber os próprios

⁷ reiterando o cerne pré-verbal da vergonha.

⁸ retorno à filosofia do absurdo desenvolvida por Camus diante da possibilidade de utilizá-la em conjunto à Gestalt-terapia e sua perspectiva anárquica, entendendo que são teorias de alguma forma distantes, mas que se aproximam uma vez que na filosofia de Camus é naquilo que se predispõe como mais comum que se encontra o absurdo, e a partir dessa aceção que se faz possível atribuir sentido à existência - o que há de mais humano na experiência humana.

corpos, o outro existe. A diferenciação individual e subjetiva torna-se imperiosa, reconhecem a si mesmos e ao outro nus, assim a fronteira da moral se instaura.

Desse modo, podemos pensar na vergonha como intrínseca à noção de identidade, ela está na linguagem, na cultura e assim faz parte da constituição dos sujeitos e da noção de diferença. Como escrito por Gros (2023, p.128) “não se trata nem mesmo de dizer: como nasce a vergonha, mas: como a vergonha nos faz nascer”. Portanto, fica evidente o paradoxo entre o ideal de sujeito e a experiência que aponta para o conflito, cujo significado literal retoma a ausência de equilíbrio. A vergonha se associa com a angústia como possibilidade de experimentação e elaboração daqueles que margeiam a moral.

Ao citar o mito de Adão e Eva, podemos perceber que há um imbricamento entre vergonha, angústia e sexualidade. Dessa forma, vamos muito além da neurose enquanto fixação e funcionamento enrijecido, mas podemos partir para uma leitura de certa modelagem de fundo, como um sistema político-cultural neorótico. Segundo Yontef (1998a), a vergonha funciona nos bastidores da consciência, ou seja, sua influência não se dá de forma deliberada, mas está engendradora em nossa constituição desde as primeiras relações na infância. Assim, a vergonha existencial e grupal, nomenclaturas defendidas por Yontef (1998b) parecem sempre concomitantes, haja vista a relação inseparável pessoa-ambiente e seu sistema recíproco de influência. Nessa perspectiva, a vergonha traz consigo a sensação sempre presente de inadequação e possibilidade de expatriação, de solidão e abandono.

Isto posto, não é a finalidade deste ensaio propor qual a causalidade da vergonha, ou sua ordem nos processos existenciais, mas diante dos conceitos de vergonha existencial (ligada à identidade) e grupal (cultura, classe, etnia) insistir em

sua integração. Dessa forma, parece possível entendermos que a vergonha enquanto forma de expressão de uma afetação pré-verbal, é efeito da relação que ocorre no campo, influenciando a constituição do self e de suas funções - ressaltando a função Id que é sempre da situação.

Diante disso, de acordo com Bataille (1987), aquilo que transgride não nega a proibição, mas em suma a mantém e completa. Em relação ao exposto acima, sentimos vergonha quando nos deparamos com nossa capacidade de ir além da regra, chegar ao outro lado da moral, agirmos, sentirmos do avesso da pele. Assim, o modo com que nos colocamos na sociedade, no discurso e a própria construção da possibilidade de satisfação das necessidades, está relacionado com sentimento de vergonha, uma vez que contém e está contida na formação do campo. A vergonha ao passo que traz à figura a regra, também é um sinal de um cenário de transgressão.

Nesse viés, é no tempo e espaço de um trabalho terapêutico ético que o sujeito pode contatar esses afetos, até então ocultos. Dessa forma, as técnicas em gestalt-terapia, sempre análogas a alguma perspectiva artística, podem ser grandes aliadas ao proporem em sua literalidade o deslocamento da pessoa diante de seus sofrimentos. Em relação à vergonha é comum que a fala não seja o bastante, ou esteja inacessível diante de suas influências e consequências. À vista disso, a arteterapia, o teatro, as técnicas de mindfulness e conscientização corporal e exercícios de personificação das emoções, são alguns exemplos de experimentos e exercícios que podem servir de aparatos para o processo de elaboração e awareness.

Nesse sentido, gostaria de chamar atenção a técnica do Clown terapêutico que propõe um retorno ao brincar. Assim, a utilização da arte da palhaçaria em

conjunto com uma escuta terapêutica fundamentada pode ser uma forma de retornar, por exemplo, à vergonha de forma menos insidiosa e frustrante, até que se possa encará-la de frente e transformá-la em terreno fértil. O Clown terapêutico e sua evidenciação do ridículo, - podendo aliá-la à filosofia do absurdo citada anteriormente - da piada, da graça e da inocência da brincadeira, desloca o sujeito, de uma posição enrijecida em seus papéis pré determinados e habituais, para um caminho desviante, de criação perante a necessidade.

De acordo com Tsallis (2009a, p.2):

“a ideia central para o surgimento do palhaço é estabelecer um fluxo contínuo de contato com as dimensões frágeis (...) exige um confronto direto com aquilo que permanece apartado da consciência e uma vez que essas questões se configuram, precisam ser exploradas por sua potência e não por seu aniquilamento”.

Nesse contexto, o palhaço se revela para que seu público possa tomar a cena, subvertendo a lógica habitual e se vinculando com a plateia a partir de sua humana posição de não saber. O papel do palhaço compartilhado em setting terapêutico, traz à luz a possibilidade de recomeçarmos e de reavaliarmos nossas experiências, de vivermos sua potencialidade no aqui e agora. Tanto para o terapeuta quanto para o cliente, o clown é a perspectiva de representação da capacidade de criar a partir da singularidade da relação. Portanto, incorporar esse símbolo é uma aposta na possibilidade do aparecimento dos afetos e das fragilidades antes escondidos. Investindo nestes esperança de uma desobediência

revolucionária “Essa é a menor máscara do mundo, a que menos te esconde e a que mais te revela. Coloquem o nariz e se olhem” (Tsallis, 2009b p.6). A vergonha é uma palhaça de nascença.

Por fim, este ensaio é uma tentativa insistente de deslocar a vergonha através da aliança com a Gestalt-terapia - teoria e prática - propondo uma subversão do conceito comumente conhecido de vergonha e sua insuportabilidade diante da consciência. Arelada a um viés negativo das emoções, e portanto encoberta, a vergonha toma a cena não mais como antagonista, mas com seu espaço garantido no picadeiro - campo - da psicoterapia. Assim, é necessário compreender que nem sempre o horizonte terapêutico será o fim da vergonha ou sua integração prevendo o processo de homeostase, mas que seu fim pode se dar no próprio retorno a uma trajetória - lá e então é sempre aqui e agora. Isto posto, é a partir do conflito posto em cena pelos afetos, enfatizando a vergonha, que é possível inventar novas condições de existência a partir das próprias vivências do sujeito e suas repercussões.

REFERÊNCIAS:

- Bataille G. (1987). *O erotismo*. Belo Horizonte: Autêntica.
- Belmino, M. C. B. (2020). *Gestalt-terapia e experiência de campo: dos fundamentos à prática clínica*. São Paulo: Paco.
- Boechat, S. O. (2022). Polaridades em Gestalt-terapia: das controvérsias do eu ao self integrador. *Revista de Gestalt*, 24(n), p.9-16.
- Costa, V. E. S. M., Schillings, A., Cardella, B. H. P., Andrade, C. C., Távora, C. B., D'Acr, G., & Tsallis, A. C. (2014). *Gestalt-terapia: conceitos fundamentais* (Vol. 2). Summus Editorial.
- Favero, S. (2022). *Psicologia Suja*. Bahia: Devires.
- Frazão, L. M., & Fukumitsu, K. O. (2021). *Recursos criativos em Gestalt-terapia* (Vol. 8). Summus Editorial.
- Gros, F. (2023). *A vergonha é um sentimento revolucionário*. Ubu.
- Perls, F. S., Hefferline, R., & Goodman, P. (1997). *Gestalt-Terapia*. São Paulo: Summus.
- Perls, F. S. (1947). *Ego, fome e agressão*. São Paulo: Summus.

Ribeiro, J. P. (2007). A resistência olha a resistência. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 23(especial), 73-78.

Ribeiro, J. P. (2024). Epistemologia da Gestalt Terapia. Congresso Estadual de Gestalt-terapia do Rio de Janeiro. <https://congressogestalttrj.com.br/>

Robine, J. M. (2006). *O Self desdobrado*. São Paulo: Summus.

Sabbag, D. M. A. (2021, 27 de setembro). Vergonha foi usada até por Pero Vaz de Caminha na famosa carta que escreveu ao rei de Portugal. Jornal da USP. <https://jornal.usp.br/podcast/palavra-da-semana-20-vergonha-foi-usada-ate-por-pero-vaz-de-caminha-na-famosa-carta-que-escreveu-ao-rei-de-portugal/>

Silva, A. R. (2016). Uma contextualização filosófica sobre a filosofia do absurdo de Albert Camus e sua contribuição para a literatura. *Enciclopédia* 5(n), p.101-122.

Veras, R. P., Lima, P., Mendonça, M. M., Rodrigues, H. E., Cardoso, C. L., & Rehfeld, A. (2013). *Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas* (Vol. 1). Summus Editorial.

Yontef, G. (1993). Awareness, dialogue, and process: Essays on Gestalt therapy. Highland, NY: Gestalt Journal Press.