



A ESCUTA FENOMENOLÓGICA EM GESTALT-TERAPIA¹

Phenomenological listening in gestalt therapy

Escucha fenomenológica en terapia gestalt

Claudia Lins Cardoso

Resumo: O presente trabalho tem como objetivo propiciar uma reflexão sobre a importância da escuta na psicoterapia à luz da Gestalt-terapia. Parte do princípio de que, por se tratar de uma teoria fundamentada nos pressupostos do Existencialismo e da Fenomenologia, cujo desenrolar do processo psicoterápico se dá através do diálogo, a práxis da Gestalt-terapia implica em uma escuta cuidadosa, instigante, esclarecedora e descontaminada por parte do gestalt-terapeuta. São feitas ponderações sobre algumas condições que transformam a escuta do gestalt-terapeuta numa escuta fenomenológica, entendida como fator facilitador da awareness do cliente. Também são considerados alguns elementos a que se tem acesso através dela: o sentido da fala do cliente, o tema central implícito na sua vivência, sua reação ao ato de falar, sua resposta emocional ao que é falado e a solicitação implícita nessa fala. Outras reflexões são realizadas sobre o que torna essa escuta tão difícil de ser exercida pelo psicoterapeuta. Finalmente, são levantadas algumas questões que visam auxiliar o gestalt-terapeuta a transformar sua escuta num instrumento que auxilie efetivamente o cliente no seu processo de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal, em especial, a reflexão crítica permanente sobre sua atuação ao longo do processo psicoterápico.

Palavras-chave: Gestalt-terapia; Psicoterapia; Escuta.

Abstract: This paper aims to provide a reflection on the importance of listening in psychotherapy in the light of Gestalt therapy. It starts from the premise that, as it is a theory based on the premisses of Existentialism and Phenomenology, with the psychotherapeutic process taking place through dialog, Gestalt therapy praxis implies careful, thought-provoking, enlightening and uncontaminated listening on the part of the Gestalt therapist. Considerations are given to some of the conditions that transform the Gestalt therapist's listening into phenomenological listening, understood as a factor that facilitates the client's awareness. Some of the elements that can be accessed through listening are also considered: the meaning of the client's speech, the central theme implicit in their experience, their reaction to the act of speaking, their emotional response to what is said and the request implicit in that speech. Further reflections are made on what makes listening so difficult for psychotherapists. Finally, some questions are raised that aim to help the Gestalt therapist transform their listening into an instrument that effectively helps the client in their process of self-knowledge and personal development, in particular, permanent critical reflection on their performance throughout the psychotherapeutic process.

Keywords: Gestalt Therapy; Psychotherapy; Listening.

Resumen: El objetivo de este trabajo es ofrecer una reflexión sobre la importancia de la escucha en psicoterapia a la luz de la terapia Gestalt. Se parte de la premisa de que, por tratarse de una teoría basada en los presupuestos del Existencialismo y de la Fenomenología, en la que el proceso psicoterapéutico tiene lugar a través del diálogo, la praxis de la terapia Gestalt implica una escucha atenta, reflexiva, esclarecedora y no contaminada por parte del terapeuta gestáltico. Se consideran algunas de las condiciones que transforman la escucha del terapeuta gestáltico en escucha fenomenológica, entendida como factor que facilita la toma de conciencia del cliente. También se consideran algunos de los elementos a los que se accede a través de esta escucha: el significado del discurso del cliente, el tema central implícito en su experiencia, su reacción al acto de hablar, su respuesta emocional a lo que

¹ Este artigo, aqui revisado, também se encontra na revista impressa: Cardoso, C. (2002). A escuta fenomenológica em psicoterapia. Revista do VIII Encontro Goiano da Abordagem Gestáltica, 8, 61-69.

se dice y la petición implícita en este discurso. A continuación, se reflexiona sobre los motivos que dificultan la escucha a los terapeutas gestálticos. Finalmente, se plantean algunas cuestiones que pretenden ayudar al psicoterapeuta a transformar su escucha en un instrumento que ayude eficazmente al cliente en su proceso de autoconocimiento y desarrollo personal, en particular, la reflexión crítica permanente sobre su actuación a lo largo del proceso psicoterapéutico.

Palabras clave: Terapia Gestalt; Psicoterapia; Escucha.

GESTALT-TERAPIA: UMA ABORDAGEM DIALÓGICA

A Gestalt-terapia, apesar de sofrer influências de diversas correntes filosóficas e teóricas, é uma abordagem cujos alicerces se pautam, particularmente, no Existencialismo, na Fenomenologia e na teoria de campo, dentre outras. Sua fundamentação filosófica concebe o homem como um ser responsável, livre para escolher seu projeto de vida, sempre se fazendo, a cada momento. Este é concebido como um ser em constante interação com seu mundo próprio, possuidor de infinitas potencialidades e em constante relação consigo mesmo, com os outros e com o mundo. Com isso, o exercício clínico gestáltico não tem por objetivo propiciar mudanças no comportamento da pessoa, mas ampliar sua *awareness*², de modo que quanto mais *aware* ela esteja, mais condições terá de fazer escolhas responsáveis, autênticas e pertinentes com seu próprio referencial. Assim, entende-se ser a mudança de comportamento consequência da reestruturação de seu campo perceptual, promovendo, com isso, a ampliação da consciência de sua experiência em seu mundo próprio, com a diversidade de sentidos que a constituem.

Outra consideração sobre a Gestalt-terapia é a sua caracterização como uma abordagem dialógica. Por dialógico, entende-se a valorização da relação *entre* pessoa e pessoa, ou seja, o inter-humano. Hycner (1995), coerente com os pressupostos de Martin Buber sobre dialogicidade, define “entre” como referindo-se “à esfera da qual todos participamos quando estamos envolvidos e verdadeiramente interessados em outra pessoa: transcendemos o senso de identidade que normalmente conhecemos” (p. 25). Em trabalho posterior (1997), esse autor sustenta a Gestalt-terapia como uma abordagem dialógica na medida em que seus princípios básicos, incluindo as definições de contato e *awareness* conforme propostos por Perls, Hefferline & Goodman (1997), dão ênfase especial ao “entre”, concebendo o campo organismo-meio como uma totalidade indissociável.

Por sua vez, Perls, Hefferline & Goodman (1997) propõem a Gestalt-terapia como uma abordagem fundamentada na concepção de campo, sustentando que o ser humano só pode ser compreendido a partir de sua interação com seu ambiente, e não como uma mônada isolada.

² *Awareness* é um dos principais conceitos da Gestalt-terapia, e é definida por Yontef (1998) como “uma forma de experienciar. É o processo de estar em contato vigilante com o evento de maior importância no campo indivíduo/ambiente, com total suporte sensorimotor, emocional, cognitivo e energético.” (p. 215)

Assim, coerente com esta perspectiva, Francesetti (2015) concebe o campo como um fenômeno emergente, experienciado e presentificado no aqui e agora da situação, a partir da interação das partes que o compõem. Dessa forma, a escuta é um exercício vital tanto para o gestalt-terapeuta, quanto para o cliente, pois é através dela que se estabelecerá o campo co-criado no qual a relação dialógica, fundamental para o desenvolvimento da pessoa no processo psicoterapêutico, será estabelecida. E o campo da psicoterapia possui uma particularidade: ele só se estabelece porque alguém que experimenta algum tipo de *sofrimento* busca ajuda de alguém com conhecimento e habilidades específicos para fazê-lo.

Nesse sentido, Cardoso (2020) define sofrimento como referindo-se “a uma forma peculiar de ser afetado pelas situações difíceis, inerentes ao existir humano, que rompe o equilíbrio orgânico da pessoa de uma forma crítica. É uma experiência comum a todos nós.” (p.81). Por sua vez, Cardella (2017) ressalta o caráter relacional do sofrimento, em função da ausência de uma presença amorosa, promovendo a construção de defesas que visam ao preenchimento de vazios e à proteção diante da dor experimentada em uma dada situação. Com isso, a qualidade tanto da presença do gestalt-terapeuta, sustentada não apenas pela coerência de suas intervenções fundamentadas teoricamente, mas também por suas habilidades interpessoais, quanto da relação terapêutica estabelecida com seu cliente, se constituem em importantes recursos para cuidar dessa pessoa que sofre. E a escuta tem um papel essencial em todo esse processo.

ESCUA: A MATÉRIA-PRIMA DA RELAÇÃO

Muitas vezes, a pessoa chega à psicoterapia com a capacidade de escutar a si mesma comprometida. É como se ela tivesse perdido temporariamente a habilidade de perceber no mundo e de decodificar e compreender sua própria linguagem. Amatuzzi (1989) entende que isso se dá pelo fato de as pessoas terem crescido mais ensinadas a se deixarem dizer pelo outro do que a dizerem a si mesmas. Baseando-se nos pressupostos de Merleau-Ponty, sugere uma distinção entre língua e fala. A primeira, mais concreta, equivale ao sentido comum e relativamente fixo das palavras, encontrado nos dicionários, ou seja, o significado. A segunda possui um sentido particular, que só pode ser captado em função do contexto daquele que a pronuncia, sendo ela a via de acesso que permitirá a compreensão da pessoa que fala. Isto é, o sentido compreendido enquanto a tradução da experiência. Por exemplo: uma rosa é uma rosa, sua definição enquanto flor é única. Porém, ela adquire sentidos diferentes para um biólogo,

um poeta, um floricultor, uma mulher apaixonada que a ganhou de seu amado e... para um alérgico a flores.

No campo das psicoterapias alicerçadas no Existencialismo e na Fenomenologia, tudo aquilo que é expresso precisa ser compreendido pelo referencial de quem fala, e não de quem escuta. Assim, uma das tarefas do gestalt-terapeuta é trazer à luz os sentidos explícitos e implícitos na fala do cliente, tornando sua escuta um recurso de fundamental importância. Mas o que é escutar ou ouvir, nessa perspectiva enfatizada no presente trabalho?

Amatuzzi (1990) define o ouvir como “um abrir-se para o outro, pré-verbal, experiencial. É a vivência desse nível pré-verbal que instaura a relação, o contato e a necessidade de resposta” (p. 96). Entende que ao escutar profundamente uma pessoa, escutamos não apenas as palavras, mas também os pensamentos, sentimentos, significados pessoais, podendo ser traduzido como estar em relação, tornar-se presente.

Para Romero (1999), escutar é “deixar que o outro se expresse colocando-nos numa atitude de receptividade cordial; significa também saber omitir-se para não interferir na livre fluência da outra pessoa” (p. 55). Esta concepção é muito mais ampla do que a mera captação da mensagem. Para escutar de modo profundo, o ouvinte precisa silenciar (inclusive a mente) para captar o valor essencial da palavra de quem fala.

Alves (1999) é coerente com essa concepção de escuta e sugere que para ser um bom ouvinte, não basta ter ouvidos; é preciso parar de ter boca. “A gente ama não é a pessoa que fala bonito. É a pessoa que escuta bonito. A fala só é bonita quando ela nasce de uma longa e silenciosa escuta. É na escuta que o amor começa. E é na não-escuta que ele termina” (p. 73)

Assim, a escuta é a chave que abre a possibilidade da interação humana. Ao escutar genuinamente o outro, confirmo-o como ser e escuto a mim mesma, através da repercussão desta na minha pessoa. Partindo-se dessa perspectiva, é de responsabilidade do psicoterapeuta auxiliar a pessoa a recuperar a capacidade de ouvir a si própria, propiciando um ambiente favorável ao estabelecimento de uma relação autêntica entre ambos. Isso se dá muito mais a partir da sua própria escuta atenta do que mediante sugestões ou propostas específicas. Além disso, escutar profundamente implica numa curiosidade autêntica e amorosa sobre o ser-no-mundo do outro, confirmando-o. Essa postura do profissional costuma contaminar a pessoa, aumentando seu interesse por sua própria experiência. Nesse sentido, o psicoterapeuta funciona como um “interlocutor competente”, tal como define Romero (1999):

(...) aquele mediante cuja locução a própria palavra do sujeito-cliente permite encontrar seu sentido. *Ser interlocutor competente significa possibilitar no outro a audição de seu*

próprio dizer, pois uma coisa é falar sem que ninguém ouça – nem sequer o falante – e outra coisa é falar para uma pessoa atenta, que na atenção prestada à nossa fala permite escutar a nós mesmos o sentido do dito e do não dito. Interlocutor competente não é alguém que nos persuade ou dissuade; *é aquele que nos permite escutar*. Esse é o paradoxo do diálogo verdadeiro. (p. 35)

Isso pode ser ilustrado pelo depoimento de uma pessoa que acompanhei, cuja história de vida levou-a a desenvolver a capacidade de manter muitos segredos, os quais demandavam, por vezes, um grande esforço de sua parte para permanecerem ocultos. No início de seu processo psicoterapêutico, ela se mostrava muito contida, chegando a verbalizar o quanto era difícil falar e expor experiências até então nunca reveladas. Um dia, após algum tempo decorrido desde o início do processo, ela começou a falar o quanto a psicoterapia a estava auxiliando a se colocar firmemente diante das mais diversas situações (antes, suas principais reações diante das adversidades eram chorar e calar). Quando perguntei sobre a contribuição da psicoterapia nessa mudança, afirmou estar aprendendo a se escutar, pois, ao falar, ela revelava, não apenas para mim, enquanto psicoterapeuta, mas principalmente para si mesma, as diversas experiências guardadas por tanto tempo. Então, ao ser questionada sobre como isso repercutia em sua vida, ela prontamente respondeu: “deixei de ser coadjuvante da história dos outros e passei a ser protagonista da minha própria história”. Suas palavras me mobilizaram muito, e pude compreender a importância de minha escuta nesse processo de desvelamento e contato com sua própria autenticidade, a qual ficou cada vez mais presente através da descoberta de novas formas de se relacionar.

A ESCUTA FENOMENOLÓGICA

Neste trabalho, coerente com a Gestalt-terapia, proponho a concepção de “escuta fenomenológica” como aquela que reconhece e prioriza os elementos e significados presentes na fala da pessoa, desprovida dos juízos de valor por parte do psicoterapeuta. A perspectiva deste deve servir para compartilhar com o cliente o que foi apreendido da sua fala, tanto no nível verbal quanto não-verbal, mas sob a forma de um questionamento reflexivo, convidando-o a se perceber, a se escutar e a se reconhecer na sua própria fala, tanto no que é dito, quanto no que é ocultado. Ela permite o des-velar do mundo das vivências e sentidos do cliente, tal qual *ele* as experimenta, sem a interferência dos valores pessoais do gestalt-terapeuta. O

desdobramento da fala do cliente não deve, portanto, ser uma afirmação, que o confine àquilo que o gestalt-terapeuta (supostamente) entendeu do discurso ouvido.

Esse tipo de escuta se constitui num importante fator promotor da *awareness*. À medida que o gestalt-terapeuta se dispõe a conhecer o mundo do cliente partindo da perspectiva deste, numa postura acolhedora, buscando ouvi-lo de forma genuína e interessada, descontaminada dos *a priori*s, valorizando o cliente naquilo que ele está sendo (incluindo suas impossibilidades), a despeito de diferenças e divergências entre ambos, cria-se uma atmosfera permissiva no campo co-criado entre ambos que facilita a revelação da pessoa do cliente na sua autenticidade. Há também o fortalecimento da relação terapêutica, diminuindo a necessidade das defesas em vigor. Dessa forma, gradativamente, ela vai ousando mostrar-se cada vez mais em sua essência, permitindo o emergir daqueles aspectos alienados, desintegrados, os quais, por essa condição, necessitam de elaboração e de assimilação.

Ao escutar profundamente o cliente, o gestalt-terapeuta mergulha no seu universo de sentidos, permitindo o contato de ambos com aquilo que a pessoa possui de mais íntimo: sua essência. E isso, por si só, já é terapêutico, sendo, muitas vezes, mais eficaz que qualquer outro tipo de intervenção da qual o gestalt-terapeuta possa lançar mão. Nesse exercício, é imprescindível a postura de aceitação do que está sendo revelado, sem julgamento, críticas ou desqualificações por parte do profissional, apesar de inevitáveis discordâncias. Sem essa postura, corre-se o risco de comprometer o processo terapêutico, mediante atitudes da pessoa tais como a omissão ou a distorção do relato de certas experiências visando evitar a desaprovação do psicoterapeuta. Isso pode parecer óbvio, mas deve ser um cuidado constante, pois essa interferência das vivências pessoais do psicoterapeuta pode ocorrer de modo sutil, como, por exemplo, numa proposta de relaxamento a fim de “retirar” o cliente daquele momento de tensão ou sofrimento no qual se encontra. Além disso, sua postura de acolhimento e aceitação acaba contaminando o cliente e estimulando-o a experimentá-la em relação a si.

A ESCUTA COMO CAMINHO PARA A INTEGRAÇÃO

Amatuzzi (1990) propõe que ao ouvir genuinamente, o ouvinte toca o centro íntimo da pessoa. Assim, ao escutar profundamente alguém, entro em contato com seu mundo de sentidos e estabeleço um diálogo verdadeiro com ela.

No contexto psicoterapêutico, a escuta fenomenológica permite ao gestalt-terapeuta estabelecer uma relação dialógica com a pessoa, entendida como aquela que reconhece e valoriza a alteridade do outro, mediante uma abertura para com os elementos do “entre” que

permeiam aquele encontro. Ela proporciona também o acesso à subjetividade do cliente naquilo que for mais significativo para ele. Nesse ponto, destaco algumas perspectivas possíveis, as quais podem ser explicitadas, para fins didáticos, da seguinte forma: o sentido do que é dito, o tema central da sua vivência, sua reação externa, a resposta emocional ao que é falado e aquilo que o cliente solicita através dessa fala.

Como ilustração, tomemos a seguinte situação: um homem de 40 anos, casado, funcionário de uma empresa multinacional, busca psicoterapia por apresentar algumas dúvidas em relação a uma promoção em seu trabalho. Ao explorar um pouco mais sua queixa, ele revela que a promoção implicaria numa maior exposição diante dos demais colegas e autoridades, pois ele necessitaria realizar diversas apresentações, dentro e fora da empresa. Nesse momento, ele mostra o *sentido* de ser promovido, ou seja, o modo como a experiência da promoção se constitui num fenômeno (ou numa figura) para ele: o medo de falar em público, sendo essa a sua tradução vivencial, trazendo, implicitamente, diversos conteúdos emocionais.

Aprofundando um pouco mais essa vivência, ao focalizar sua experiência, emerge um *tema*, revelando um núcleo fragilizado dessa pessoa. Este poderia ser a crítica, gerando o medo de ser abandonado e rejeitado. Ou a impossibilidade de saber o que a plateia vai falar ou perguntar, apontando para uma necessidade de controle. Ou ainda o medo de que os outros descubram que ele não tem nada de importante a dizer, aumentando o sentimento de desqualificação de si e a possibilidade de humilhação por parte do outro. O tema é mais central na vida da pessoa em comparação ao sentido específico. Vários sentidos atribuídos a situações diversas podem levar a um mesmo tema. Assim, a crítica, o controle e o sentimento de desqualificação representariam possibilidades de temas distintos de uma mesma experiência: falar em público.

Ao chegar nesse ponto do processo, uma intervenção possível seria convidá-lo a prestar atenção sobre o modo como ele se mobiliza ao referir-se àquele tema no momento da sessão. Seria a ampliação da *resposta emocional* do cliente àquilo que ele fala, equivalente à fala falante (plena de sentidos) proposta por Merleau-Ponty, em oposição à fala falada (fala sobre falas) (Amatuzzi, 1989). Essa resposta emocional, correspondente ao sentimento emergente no ato de falar, poderia ser “eu me sinto como uma criança desprotegida”, ou “eu sinto muita vergonha”, ou ainda “eu sinto muita raiva por ser um frouxo!”. Cada uma dessas possibilidades abriria leques distintos de conduta terapêutica.

O gestalt-terapeuta deve estar atento também à *reação externa* da pessoa ao que é dito e vivenciado: ele pode ter enxaqueca ou outra manifestação somática, chorar, ou manter uma expressão tão tensa até o ponto em que não consiga mais falar.

Outra perspectiva que o gestalt-terapeuta pode vislumbrar é a *solicitação do cliente* em relação a ele. Por exemplo, este pode buscar um julgamento, ou uma ajuda no sentido de vencer seus medos, ou ainda “a confirmação de sua incompetência”, por mais estranho que isso possa parecer.

É importante ressaltar que essas perspectivas apresentadas não se tratam de um modelo a ser seguido. Cada um desses aspectos permite o acesso a inúmeras vivências do cliente. Cabe ao gestalt-terapeuta ter sensibilidade e reflexão crítica para avaliar junto à pessoa qual a melhor forma de intervenção ou caminho a ser percorrido. A qualidade da escuta é um dos fatores facilitadores nesse sentido. Somente uma escuta atenta, que busca compreender (e não interpretar, entendido como a atribuição de um sentido externo ao vivido), permitirá ao gestalt-terapeuta des-cobrir a rede de sentidos intrínsecos à experiência do cliente. Qualquer deslize de sua parte pode gerar uma ação terapêutica indevida, ineficaz ou até desastrosa, comprometendo esse processo de recuperação da alteridade do cliente.

ALGUNS OBSTÁCULOS NO EXERCÍCIO DA ESCUTA

Neste ponto, emerge a seguinte questão: se é fácil concordar com a importância da escuta fenomenológica do gestalt-terapeuta, será que se encontra a mesma facilidade ao colocá-la em prática? A experiência clínica e de supervisão de alunos e profissionais demonstra que, ao contrário, muitas vezes trata-se de um exercício bastante difícil. Ao refletir sobre os obstáculos comprometedores dessa escuta genuinamente fenomenológica, reconheço com mais frequência alguns, sobre os quais farei algumas considerações.

1. A ausência de reflexão sobre a qualidade de sua escuta por parte do psicoterapeuta.

Martins (2000) é enfático quando afirma que na psicoterapia, “é preciso rompermos com o modelo médico de saber-poder, onde o saber instaura o que examinar, como examinar; estabelece o diagnóstico, determina a terapêutica e faz prognóstico, tudo isso em um exercício de poder, às vezes, absoluto.” (p. 22) Acrescento a isso que, muitas vezes, essa postura decorre de uma percepção precária e uma escuta parcial do psicoterapeuta em relação ao seu cliente.

Um dos entraves mais comuns na díade psicoterapeuta-cliente é o fato do primeiro achar tão óbvia a importância do escutar em seu ofício, que não pára para refletir sobre a qualidade da sua escuta. Em outras palavras, ele crê estar genuinamente ouvindo a pessoa, quando, na realidade, está “ouvindo” suas próprias impressões sobre aquilo que pensa ter percebido dela. Ao fazer isso, a pessoa se torna fundo para o psicoterapeuta, pois sua figura não é mais a

vivência ou desvelamento desta, mas suas elocubrações a respeito daquilo que foi capaz de apreender. Vale mencionar ainda a possível distância entre a mensagem do cliente e aquela entendida pelo gestalt-terapeuta.

Para evitar essas discrepâncias, proponho ser fundamental o gestalt-terapeuta abandonar essa “postura de certeza sobre seu cliente” e assumir aquela de questionamento, buscando atualizar sempre *com a pessoa* o seu “está-sendo”. Com isso, além de possibilitar uma maior pertinência com a vivência do cliente, o gestalt-terapeuta o convida também a confirmá-la para si mesmo. Em outras palavras, ao adotar essa postura mais reflexiva, não sobre a fala do cliente, mas sobre sua própria escuta, o terapeuta atua como um facilitador efetivo do resgate do ser do cliente na sua própria autenticidade

2. A inabilidade do psicoterapeuta para lidar com o diferente.

Outro obstáculo, mais complexo, refere-se à dificuldade do psicoterapeuta ao se deparar, na fala do cliente, com uma postura, vivência ou escolha diferente de seus próprios valores, desejos e expectativas. Essa é uma das grandes dificuldades do ser humano: se deparar com a diferença. Quantas guerras tiveram e ainda têm seu início devido a divergências políticas, econômicas e religiosas? Quantos conflitos familiares se estabelecem em função de disparidades, dos mais variados tipos, entre seus membros? Distinções de perspectivas, de opinião, de partido político, de crença religiosa, de time de futebol, de limites, de estilo de vida, de jeito de ser e de lidar com situações diárias... Quantos impasses, sofrimento, brigas, rompimentos se dão simplesmente pela falta de habilidade das pessoas em conviver com a diferença do/no outro. É óbvio que em muitas situações há divergências incompatíveis. Porém, em outras, a convivência se torna inviável apenas e tão somente pelo fato das pessoas resumirem a relação naquilo que é distinto e, em função da sua dificuldade de aceitá-lo, começa um movimento no sentido de mudar, convencer, condicionar, impor, seduzir o outro a adotar sua própria perspectiva. Dependendo do grau de mobilização despertado na pessoa por essa diferença, o movimento pode ser até de aniquilação do outro em função do ser diferente (não apenas em termos de vida/morte, mas também social, emocional, etc.).

Essa dificuldade do psicoterapeuta ao se deparar com perspectivas distintas tem repercussão direta no contexto da psicoterapia, pois trata-se de um exercício que implica na lida constante com a diferença. É sua função trabalhar junto ao seu cliente, ajudando-o a despertar seu potencial de crescimento, *respeitando sua alteridade*. Perl, Hefferline & Goodman (1997) ratificam essa proposta ao afirmarem que “(...) a psicoterapia é um método não de correção,

mas de crescimento” (p. 51). O ofício do gestalt-terapeuta não condiz, absolutamente, com a proposta de eliminação do diferente no cliente, tornando-o aquilo que aquele julga ser o melhor para o último, por mais que esteja imbuído de boas intenções. Isso parece óbvio, mas, ao mesmo tempo, tenho conhecimento de diversas situações (e não são poucas) nas quais o gestalt-terapeuta atuou junto ao seu cliente no sentido de convencê-lo, dissuadi-lo e até mesmo de impor, sua própria perspectiva. Tal atitude gera consequências graves, ainda que o profissional tenha as melhores intenções.

Um dos grandes problemas é o fato do gestalt-terapeuta nem sempre perceber sua própria dificuldade ao se deparar com divergências. Em outras palavras, se ele não aceita opções e perspectivas diferentes em sua vida, provavelmente não o fará nas situações de sua prática clínica. Com isso, ele pode desenvolver, por exemplo, uma escuta seletiva, a qual só permitirá o acesso às vivências do cliente que se encontram dentro de sua capacidade de contato. Isso pode ser compreendido com base na perspectiva de Perls et al. (1997), os quais afirmam que só haverá abertura para o alheio se houver um mínimo de confiança no benefício desse contato e na crença tanto de que o meio (ou seja, o diferente) não será demasiadamente ameaçador, como também no próprio suporte para lidar com esse elemento desconhecido, de modo a assimilá-lo.

3. A fragilidade emocional do psicoterapeuta.

Há situações nas quais a escuta do psicoterapeuta fica comprometida não pela sua inabilidade com a diferença de um modo geral, mas apenas numa situação específica, a qual remete a uma mobilização ou fragilidade pessoal. Estou me referindo às próprias fragilidades existenciais do psicoterapeuta. Ao supervisionar uma aluna no atendimento a uma pessoa que manifestava um comportamento de intensa submissão ao marido, percebi sua relutância em captar a fala desta de modo descontaminado, a parcialidade de sua compreensão e a intolerância diante da escolha de sua cliente. Ao propor algumas reflexões tanto no que se refere às intervenções quanto sobre sua própria vivência da relação terapêutica, em determinado momento, a supervisionanda mostrou-se visivelmente emocionada com o grau de submissão da sua cliente e revelou o quanto este era um tema difícil e doloroso em sua vida pessoal.

Assim, se relacionar é muito mais do que comunicar ao outro perspectivas diferentes; é se permitir ser tocado por estas, nem que seja para confirmar (ou não) sua opção pessoal. É encontrar o outro naquilo que ele está sendo, independente do que eu gostaria que ele fosse.

4. A ânsia do psicoterapeuta por resolver as dificuldades do cliente ou por dar respostas.

Isso é muito comum nos psicoterapeutas iniciantes (e, às vezes, também em outros nem tão iniciantes assim). É possível que, sensibilizado com o sofrimento do cliente e sua solicitação de ajuda na superação de suas dificuldades, o profissional comece a dar feedbacks, revelando sua própria perspectiva da situação, sem perceber que, com isso, corta o fluxo de autorrevelação do cliente. Sua escuta fica comprometida pela sua necessidade de falar, refletindo sua urgência de expressão pessoal mediante a oferta de alternativas e estratégias para modificar a situação do cliente. Isso pode decorrer da compreensão equivocada de sua tarefa como sendo diminuir ou eliminar o sofrimento da pessoa, direcionando, então, o processo psicoterapêutico para a busca de solução de conflitos ou para tentativas de mudar seu comportamento. Ao fazer isso, ele abdica da proposta de trabalho da Gestalt-terapia, de ampliar a *awareness* da pessoa e atua como se a psicoterapia fosse uma proposta de “oficina existencial” (Cardoso, 2005).

Na atualidade, imersos em uma sociedade contemporânea caracterizada pela primazia do consumo, das aparências e da superficialidade, bem como pelo esvaziamento das relações interpessoais, conforme descrito por Giovanetti (2018), faz-se importante que o gestalt-terapeuta se atente ao processo de vir-a-ser da pessoa do cliente, investindo no cuidado e na relação terapêutica. As eventuais mudanças devem ser consideradas a consequência de todo o processo terapêutico, e não os objetivos a serem alcançados.

REFLEXÕES SOBRE A QUALIDADE DA ESCUTA

Como convite à reflexão sobre a qualidade da escuta do gestalt-terapeuta, proponho a seguir alguns questionamentos iniciais, ressaltando que das respostas que surgirem outras perguntas podem se fazer necessárias.

- No diálogo terapêutico, sou capaz de diferenciar *o que a pessoa está dizendo* do *que eu penso sobre ela está dizendo*?
- Qual a minha capacidade de respeitar o tempo do(a) cliente?
- Na interação terapêutica, estou em contato com a minha corporeidade, de tal forma que consigo captar em mim as ressonâncias que emergem da relação com o cliente (ou só consigo atuar com base nas minhas funções cognitivas)?

- Consigo sintonizar-me com os vários níveis de expressão do(a) cliente (intelectual, afetivo, corporal, comportamental) para que se sinta compreendido(a) ou só atuo com base no que escuto com meus ouvidos?
- Sou capaz de ouvir e de dialogar com o(a) cliente sobre temas que me são sensíveis?
- Qual a minha capacidade para lidar com as diferenças do(a) cliente (escolhas, orientações na vida, etc.)?
- Enquanto gestalt-terapeuta, sou capaz de ajudar o(a) cliente a se desenvolver como pessoa apesar de discordar de suas escolhas?
- Até que ponto consigo esvaziar minha mente de pensamentos externos ao aqui e agora do encontro terapêutico para me deixar preencher por aquilo que a pessoa está falando, na busca por compreender seu sofrimento, os sentidos e as experiências a partir da perspectiva dela? E se não consigo fazer isso, o que me dificulta neste processo?

NA TENTATIVA DE FECHAR ESSA GESTALT...

A condição primordial para que o vínculo terapêutico se inicie e o processo terapêutico possa se desenrolar refere-se à adoção de uma postura acolhedora por parte do gestalt-terapeuta, a fim de que se instaure um clima propício ao desvendamento do ser do cliente. Na escuta fenomenológica, está implícito o reconhecimento da sabedoria da pessoa do cliente, legitimando-a como a única detentora do conhecimento sobre si mesma. Ao retomar a autoconfiança, a pessoa fortalece seu autoapoio e se mostra mais inteira nas suas relações com os outros e com o mundo.

O gestalt-terapeuta possui um papel primordial nesse processo. A reflexão sobre a prática da psicoterapia à luz da Gestalt-terapia confirma as perspectivas propostas pelos autores citados neste trabalho quanto à existência de algumas condições essenciais para que o psicoterapeuta possa escutar genuinamente o seu cliente: a qualidade de sua presença, numa postura de abertura ao ser do outro, disponível, interessada, permitindo o fluxo natural da expressão da pessoa do cliente; o acolhimento e o respeito às suas escolhas e limitações; a disponibilidade para se engajar numa relação interpessoal com o cliente (respeitando os objetivos terapêuticos). Com isso, o cliente pode começar a se sentir à vontade para mostrar ao gestalt-terapeuta e a si mesmo, aquilo que ele tem de mais sagrado: a sua própria intimidade, pois há coisas que o cliente revela na relação terapêutica, as quais ele não revelaria em nenhum outro lugar e nem mesmo para nenhuma outra pessoa (às vezes, nem para ele mesmo).

Além disso, é indispensável que o gestalt-terapeuta exercite uma *reflexão constante* sobre seu trabalho junto a cada cliente: a compreensão do processo terapêutico, a pertinência e qualidade de suas intervenções e a sua postura na relação. Também é importante estender essas reflexões às suas vivências pessoais: por exemplo, como ele foi mobilizado pelo encontro terapêutico, qual o tema daquela sessão para ele e qual sua resposta emocional, etc. Enfim, faz-se necessário que o gestalt-terapeuta se deixe impregnar por esse questionamento contínuo a fim de atualizar suas vivências e checar a qualidade do serviço prestado às pessoas com quem trabalha. Isso confere à sua prática clínica a natureza científica condizente com os referenciais filosóficos e teóricos da Gestalt-terapia.

Finalmente, propomos também a ponderação sobre a necessidade de, em determinadas situações, o psicoterapeuta recorrer à psicoterapia pessoal e à supervisão, como caminhos para trabalhar consigo mesmo os impasses que comprometem sua atuação terapêutica. O ofício da psicoterapia nos leva a um contato muito próximo com as fragilidades, os medos, as angústias das pessoas, as quais fazem parte da condição humana. E o profissional precisa se dar conta de que, por maior que seja sua competência, ele não está imune a essas vivências intrínsecas à existência humana.

REFERÊNCIAS

- Alves, R. (1999). Se Eu Fosse Você... Em: *O Amor que Acende a Lua*, Campinas: Papyrus.
- Amatuzzi, M. M. (1989). *O Resgate da Fala Autêntica: Filosofia da Psicoterapia e da Educação* Campinas: Papyrus.
- Amatuzzi, M. M. (1990). O Que É Ouvir. *Estudos de Psicologia*, 7 (2); 86-97.
- Cardella, B. H. P. (2017). *De volta para casa: Ética e poética na clínica gestáltica contemporânea*. Amparo: Gráfica Foca.
- Cardoso, C. L. (2005). A psicoterapia na contemporaneidade: Encontro existencial ou “oficina existencial”? A importância do processo na clínica gestáltica. *Revista do XI Encontro Goiano da Abordagem Gestáltica*, 1, 23-34.
- Cardoso, C. L. (2019). Sobre as dores do existir: uma introdução à psicopatologia em Gestalt-terapia. In: Cardoso, C. L. & Giovanetti, J. P. (Org.). *Sufrimento Humano e Cuidado Terapêutico*. 1ªed. Belo Horizonte: Artesã, 2, 75-110.
- Francesetti, G. (2015). From individual symptoms to psychopathological fields. Towards a field perspective on clinical human suffering, *British Gestalt Journal*, England, v. 24, n. 1, 5-19. Disponível em: <https://www.ipsig.it/wp-content/uploads/2020/03/Francesetti-The-psychopathological-fields.pdf>

- Francesetti, G. (2021). *Fundamentos da psicopatologia fenomenológico-gestáltica: Uma introdução leve*. Belo Horizonte: Artesã.
- Giovanetti, J. P. (2018). O adoecimento existencial no século XXI. In: Cardoso, C. L.; Giovanetti, J. P. (orgs.) *Sufrimento Humano e Cuidado Terapêutico*. Belo Horizonte: Artesã, 47-74.
- Hycner, R. (1995). *De Pessoa a Pessoa: Uma Psicoterapia Dialógica*. São Paulo: Summus.
- Hycner, R. (1997). A Base Dialógica. Em: Richard Hycner & Lynne Jacobs, *Relação e Cura em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus, 29-49.
- Martins, A. E. O. (2000). Notas para um Mini-Manual de Gestalt-terapia. *Revista do VI Encontro Goiano da Abordagem Gestáltica*, 6, 15-23.
- Ribeiro, W. (1998). *Existência >> Essência*. São Paulo: Summus.
- Romero E. (1999). *Neogênese: O Desenvolvimento Pessoal Mediante Psicoterapia*. São José dos Campos: Novos Horizontes Editora.
- Perls, F.; Hefferline, R. & Goodman, P. (1997) *Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus.
- Yontef, G. (1998). *Processo, Diálogo e Awareness: Ensaio em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus.

Claudia Lins Cardoso: Doutora em Psicologia Clínica (PUC-Rio). Professora Associada do Departamento de Psicologia da Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas – Universidade Federal de Minas Gerais. Gestalt-terapeuta.
E-mail: clins.rj@gmail.com

Recebido em 20/09/2023

Aceito em 30/10/2023