

COM-TEXTOS EM GESTALT-TERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL IV

Estudos produzidos
no Curso de
Especialização em
Psicologia Clínica:
Gestalt-Terapia e
Análise Existencial

ORGANIZADORES:

José Paulo Giovanetti

Claudia Lins Cardoso

*Paulo Eduardo Rodrigues
Alves Evangelista*



CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO
EM PSICOLOGIA CLÍNICA:
*Gestalt-terapia e
Análise Existencial*



1ª EDIÇÃO

Belo Horizonte, 2022

COM-TEXTOS EM GESTALT-TERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL IV

Estudos produzidos no Curso de Especialização em Psicologia Clínica:
Gestalt-Terapia e Análise Existencial

ORGANIZADORES: *José Paulo Giovanetti,
Claudia Lins Cardoso e
Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista*

CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO
EM PSICOLOGIA CLÍNICA:
*Gestalt-terapia e
Análise Existencial*



FAFICH

Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas

UFMG

UNIVERSIDADE FEDERAL
DE MINAS GERAIS



BIBLIOTECA PROFESSOR ANTÔNIO LUIZ PAIXÃO - FAFICH

Tel.: (31) 3409-6318

FICHA CATALOGRÁFICA

C741

Com-textos em análise existencial 4 [recurso eletrônico]:

estudos produzidos no Curso de Especialização em Psicologia Clínica
Gestalt-terapia e Análise Existencial / José Paulo Giovanetti,
Claudia Lins Cardoso, Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista.
– Belo Horizonte: Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, 2022.

1 recurso online (336 p.): pdf

Inclui bibliografia.

ISBN 978-65-86989-12-0

1. Psicologia existencial. 2. Psicanálise. 3. Gestalt-terapia.
4. Psicologia clínica. I. Giovanetti, José Paulo. II. Cardoso, Claudia Lins.
III. Evangelista, Paulo Eduardo Rodrigues Alves.

CDD: 157.9

CDU: 159.98

EDIÇÃO

Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista

CAPA E DIAGRAMAÇÃO

MAM Editora



COMISSÃO EDITORIAL

Achilles Gonçalves Coelho Júnior (FipMOC)

Adelma do Socorro Gonçalves Pimentel (UFPA)

Adriano Furtado Holanda (UFPR)

André Luiz Freitas Dias (UFMG)

Carmen Lúcia Brito Tavares Barreto (UNICAP)

Caroline Garpelli Barbosa (UNIP)

Claudia Lins Cardoso (UFMG)

José Paulo Giovanetti (UFMG)

Laura Cristina de Toledo Quadros (UERJ)

Maria Beatriz Cytrynowicz (ABD)

Maria Madalena Magnabosco (FUMEC)

Myriam Hoffman (Sedes)

Ornella Raymundo Villalva (Universidad Científica del Sur - Peru)

Patrícia Valle de Albuquerque Lima (UFF)

Paulo Eduardo R. A. Evangelista (UFMG)

Pedro Vitor Barnabé Milanesi (UNUARARAS)

Saleth Salles Horta (CEPC-UFMG)

Silvia Raquel Santos de Moraes (UNIVASF)

Telma Fulgêncio C. da Cunha Melo (CEPC-UFMG)

Victor Tinoco Delgado (FSMA)

Vitor Amorim Rodrigues (ISPA - Portugal)

ÍNDICE

SOBRE OS AUTORES 7

APRESENTAÇÃO 13

Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista

ESTUDOS SOBRE A CONTEMPORANEIDADE 17

17

1. Adoecimento humano na era moderna a partir da perspectiva existencial

Mariana Michalick Vasconcelos Diniz e Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista

32

2. Energia elétrica como fator de crescimento existencial

Ana Lucia Dias Goddard Araújo e Maria Madalena Magnabosco

60

3. As relações de desamor no âmbito familiar e o seu impacto na constituição da autoestima

Joyce Esteves Garbazza e José Paulo Giovanetti

87

4. Sociedade Líquida, Relacionamentos Amorosos e Virtualidade: uma Reflexão Fenomenológico-Existencial

Luiza Cristina de Oliveira Guedes e Saleth Salles Horta

111

5. A contemporaneidade e o não saber de si mesmo

Adriana Diniz Meirelles e José Paulo Giovanetti

ESTUDOS SOBRE PSICOLOGIA CLÍNICA 148

148

6. Luto por Perdas Gestacionais e Neonatais: aspectos enfrentados pelo homem no sentido de ser pai

Renata Valério e Maria Madalena Magnabosco

174

7. Plantão psicológico: Possibilidade de intervenção para pessoas em vulnerabilidade social

Elizabet Cristina Rodrigues Meira e Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista

187

8. O nosso encontro: possibilidades de uma psicoterapia fenomenológico-existencial com casais

Marcelly Regina da Silva e Saleth Salles Horta

219

9. O Plantão Psicológico Gestáltico: uma proposta de assistência psicológica na Associação de Proteção e Assistência aos Condenados - APAC

Jéssica Gonçalves da Silva e Claudia Lins Cardoso

249

10. Saúde e Trabalho: Uma Compreensão Gestáltica acerca dos Processos de Saúde e Adoecimento da Pessoa

Rubens Ferreira Peixoto e Claudia Lins Cardoso

280

11. Saúde mental e atenção psicossocial de crianças e adolescentes: contribuições da Daseinsanalyse

Lívia Maria Maia Mendonça e Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista

310

12. Grupo terapêutico com mães em luto decorrente de perda perinatal: Uma abordagem gestáltica

Renata Rabelo Monteiro de Andrade e Claudia Lins Cardoso

SOBRE OS AUTORES

Adriana Diniz Meirelles

E-mail: amirelles67@gmail.com - Orcid: 0000-0001-5273-1401

Graduação em Psicologia pelo Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora – CES/JF em 2013/1. Especialização pelo Curso de Especialização em Psicologia Clínica Gestalt-terapia e Análise Existencial da UFMG. Artigo publicado: “Humanização e conhecimento técnico-científico do profissional da saúde: um caminhar junto.”, CES Revista, v. 29, n. 1 (2015). Graduação em Fonoaudiologia pela Universidade Veiga de Almeida – R.J., em 1994. Especialização em Linguagem pelo Instituto de Estudos Avançados da Audição, S.P., em 2009.

Ana Lucia Dias Goddard Araújo

E-mail: ana@goddard.com.br - Orcid: 0000-0002-8118-3763

Possui graduação em Matemática pela Faculdade de Filosofia Ciências e Letras de Belo Horizonte (1992). Pós-graduação em Marketing (2000) e Especialização em Estatística (2005), ambas pela UFMG. Graduada em Psicologia pela Universidade Fumec (2018). Especialista pelo Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-Terapia e Análise Existencial pela UFMG (2021). Trabalhou na Cemig no período de 1985 a 2016 e no presente atua como Psicóloga Clínica na abordagem Fenomenológica -Existencial.

Claudia Lins Cardoso

E-mail: clins.rj@gmail.com - Orcid: 0000-0003-0533-5398

Doutora em Psicologia Clínica pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Mestre em Psicologia Social pela Universidade Gama Filho. Professora Associada do Departamento de Psicologia da Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Coordenadora do Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-terapia e Análise Existencial (UFMG). Psicóloga Clínica. Gestalt-terapeuta. Supervisora. Membro do Comitê de Ética da Associação Brasileira de Gestalt-terapia. Autora de diversos capítulos e artigos sobre Gestalt-terapia, Psicologia Clínica, psicoterapia, Fenomenologia e Saúde Pública.

Elizabet Cristina Rodrigues Meira

E-mail: elizabctrmeira@ahoo.com.br - Orcid: 0000-0003-3276-1771

Especialista em Psicologia Clínica: Gestalt-Terapia e Análise Existencial (UFMG). Psicóloga graduada com ênfase clínica pela FUMEC. Curso de Formação em Gestalt-Terapia: Fundamentos e Técnicas pelo Instituto Mineiro de Gestalt-Terapia. Atua como Psicóloga Clínica - atendendo adultos, facilitadora de grupo psicoterapêutico e voluntária em Plantão Psicológico fundamentado na Fenomenologia Existencial.

Jéssica Gonçalves da Silva

E-mail: jessikae_@hotmail.com - Orcid: 0000-0002-9154-2053

Graduada em Psicologia pela Pontifícia Católica de Minas de Gerais. Especialista pelo Curso de Direitos Humanos e Cidadania (ISTA em parceria com o Instituto DH). Especialista pelo Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-terapia e Análise Existencial (UFMG). Membro da Comissão de Orientação em Psicologia e Relações Étnico-Raciais (CRP-MG).

José Paulo Giovanetti

E-mail: jpgiovanetti@terra.com.br

Possui graduação em Filosofia pela Faculdade de Filosofia Nossa Senhora Medianeira (1974), graduação em Psicologia pela Universidade Federal de Minas Gerais (1981), especialização em Filosofia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (1975), mestrado (1983), doutorado (1986) e pós-doutorado (1991) em Psicologia pela Université Catholique de Louvain. Professor aposentado da UFMG. Professor do curso de Especialização em Psicologia Clínica da UFMG. Autor de numerosos artigos em várias revistas especializadas e dos livros *Psicoterapia fenomenológico-existencial: Fundamentos filosófico-antropológicos* e *Psicoterapia antropológica. As contribuições de Binswanger e Gendlin*.

Joyce Esteves Garbazza

E-mail: psicologa@joycegarbazza.com ou joycegarbazza@gmail.com -

Orcid: 000-0003-4553-1668

Formada em Psicologia CRP-04/47890, pela Faculdade de Estudos Administrativos - FEAD-MG (2016) e Especialista pelo Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-Terapia e Análise Existencial (UFMG -2021). Atendo adultos, casais e também tenho experiência no atendimento com pessoas trans. Sigo a abordagem fenomenológico-existencial.

Lívia Maria Maia Mendonça

E-mail: liviamaiamendonca@hotmail.com - Orcid: 0000-0001-9763-7443

Psicóloga formada pela UFMG em 2014. Especialista em psicologia hospitalar e da saúde pela residência integrada multiprofissional em saúde cardiovascular do Hospital das Clínicas/UFMG. Especialista pelo Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-Terapia e Análise Existencial (UFMG). Atua como referência técnica em saúde mental infanto-juvenil no município de Itabirito (MG) e também com a clínica psicológica.

Luiza Cristina de Oliveira Guedes

E-mail: luizaguedes.psi@outlook.com - Orcid: 0000-0002-5411-050X

Graduada em Psicologia pela Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ) e especialista em Psicologia Clínica: Gestalt-Terapia e Análise Existencial pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Atua em Clínica Psicológica sob a perspectiva da Abordagem Fenomenológico-Existencial, tendo experiência anterior na Abordagem Psicanalítica e na área de Psicologia Hospitalar.

Marcelly Regina da Silva

E-mail: marcellysilvapsi@gmail.com - Orcid: 0000-0001-8742-1497

Psicóloga clínica pela FUNEDI-UEMG (2008). Especialista pelo Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-Terapia e Análise Existencial pela UFMG (2021). Atua como psicóloga clínica na perspectiva fenomenológico-existencial.

Maria Madalena Magnabosco

E-mail: madalena.magnabosco@gmail.com

Psicóloga clínica na perspectiva fenomenológica existencial pela UFMG. Mestrado e doutorado na interdisciplinaridade Psicologia- Literatura pela UFMG. PhD em Estudos Culturais pela UFRJ

Mariana Michalick Vasconcelos Diniz

E-mail: marianamvddiniz@hotmail.com - Orcid: 0000-0002-2917-5248

Graduada em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC-MG) e Especialista pelo Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-Terapia e Análise Existencial (UFMG). Atua como Psicóloga Clínica em Clínica de Psicologia Gerais, com enfoque em adolescentes e adultos a partir da perspectiva fenomenológica-existencial. Áreas de interesse: Psicologia Existencial, Psicologia Humanista, Filosofia e Ética.

Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista

E-mail: pauloevangelista@ufmg.br - Orcid: 0000-0001-9691-6141

Professor Adjunto no Departamento de Psicologia da Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Minas Gerais (FAFICH – UFMG). Doutor em Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano pela USP, Mestre em Filosofia e graduado em Psicologia pela PUC-SP. Sub-coordenador e Professor do Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-Terapia e Análise Existencial - UFMG. Coordenador do Grupo de Pesquisa CNPq “Psicologia, Fenomenologia Existencial e Contemporaneidade”. Publicou *Psicologia Fenomenológica Existencial: A Prática psicológica à luz de Heidegger* (Ed. Juruá, 2016) e artigos sobre Fenomenologia Existencial e Daseinsanalyse.

Renata Rabelo Monteiro de Andrade

E-mail: rerabelo.ma@gmail.com - Orcid: 0000-0001-7872-7793

Graduada em Psicologia pela Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG (2010). MBA em Gestão de Pessoas pela FGV/Rio de Janeiro (2014). Especialista em Psicologia Clínica: Gestalt-Terapia e Análise Existencial – UFMG (2020). Atuação orientada pela Gestalt-terapia, como psicóloga clínica e na condução de grupos terapêuticos.

Renata Valério

E-mail: renatavaleriopsi.q@outlook.com - Orcid: 0000-0002-5637-1674

Psicóloga clínica pela Faculdade (FUMEC). Atua em consultório particular atendendo adultos com ênfase em psicoterapia em mudanças e perdas. Especialista em Gestalt Terapia e Análise Existencial (UFMG). Pós-graduada em Teoria Psicanalítica pelo Núcleo de Estudos e Pesquisas Psicanalíticas.

Rubens Ferreira Peixoto

E-mail: psicorubens@outlook.com - Orcid: 0000-0003-2696-5102

Psicólogo pela Faculdade de Psicologia da PUC Minas, bacharelado e licenciatura, Especialista pelo Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-terapia e Análise Existencial da UFMG. Atuação em Psicologia Clínica, Saúde Mental e Políticas Públicas do SUS.

Saleth Salles Horta

E-mail: salsalles@yahoo.com.br

Psicóloga clínica pela PUC-MG (1978). Especialista em Psicologia Clínica Fenomenológica Existencial pela PUC-MG (1998). Professora do Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-terapia e Análise Existencial (UFMG). Atende em consultório particular desde 1978.

Telma Fulgencio Colares da Cunha Melo

E-mail: telmafulgencio@gmail.com

Graduada pela Universidade Católica de Minas Gerais (1978). Pós-Graduada em Psicologia Clínica Fenomenológico Existencial pela PUC-MG (1999). Professora do Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-terapia e Análise Existencial (UFMG). Psicoterapeuta em consultório particular desde 1980.

APRESENTAÇÃO

O ano de 2021 foi difícil para todos de muitas formas. A pandemia de covid provocou importantes mudanças na estrutura social e transformou radicalmente os modos de ensinar Psicologia e dos atendimentos psicológicos. Se até 2020 davam-se passos tímidos e receosos na direção dos encontros psicológicos online, esse ano marcou a entrada – aparentemente definitiva – na *webesfera* do atendimento psicológico. O mesmo se deu com o ensino: na falta de alternativas, os professores e alunos tiveram que se reinventar e descobrir juntos novos modos de realizar a atividade já consolidada do ensino-aprendizagem. Esse desafio foi ainda maior no campo da formação, mais especificamente *formação clínica*. Como preparar para a escuta e a compreensão do sofrimento de um ser humano diferente, que aparece parcialmente pela webcam?

O Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Análise Existencial e Gestalt-Terapia (CEPC) do Departamento de Psicologia (DPsi) da Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas (FAFICH) da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) iniciou o ano preparado para receber mais uma turma de especializandos, mas foi surpreendido pela pandemia. Aconteceu somente um encontro presencial. O restante, deu-se de modo remoto. As disciplinas foram reinventadas e adaptadas para fomentar a prática e a reflexão sobre o cuidado e a atenção psicológicos. No final do Curso, os alunos forneceram avaliações de que o objetivo foi cumprido. Mas ficou uma curiosidade de como teria sido se tivesse sido presencial.

Ah, o ser humano... o único ser que se relaciona com o que ele não foi nem poderá ser! Que se pergunta ‘e se...?’ e pode tanto crescer a ampliar sua experiência de vida quanto aprisionar-se na culpa e no remorso.

Com a turma do CEPC não foi diferente. E ainda que essa pergunta – e se fosse presencial? – tenha permanecido no ar e atravessado os encontros virtuais, trocas, descobertas e aprendizagens aconteceram. Um grupo formou-se – tanto no sentido de concluir a Especialização, quanto de ter sido criado. Atualmente, com o título de especialistas em Psicologia Clínica, seguem trocando experiências, informações e apoiando-se mutuamente.

O final da jornada no CEPC é a defesa da monografia de conclusão de curso. Desde o início, sua presença ronda como um fantasma ameaçador. De repente, de ameaça, torna-se potência; é a chance de investigar mais a fundo uma pergunta ou tema que surgiu como que do nada no percurso. E, quando o tempo de conclusão diminui, volta a parecer um fantasma: *Conseguirei? Estará bom o bastante? Se pudesse, faria de novo completamente diferente.*

Cada monografia é orientada por um professor do CEPC. O tema é de escolha do discente, mas é trabalhado com o professor para se estruturar como pesquisa. São escolhas e negociações ao longo do incerto percurso. Essa é a aventura de fazer pesquisa! E, como toda aventura, comporta riscos.

A banca pública de apresentação é parte desse ritual e invoca fantasias de julgamento. Por mais que seja dito que o objetivo é apresentar aos pares e à comunidade científica o resultado dos meses de pesquisa e escrita, a sensação dos estudantes é de avaliação. A banca é composta pelo professor orientador e por um convidado especialista no assunto, às vezes do CEPC, outras, de fora. Cada membro lê o trabalho e se põe em diálogo com ele, às vezes também indicando seus pontos fortes e a desenvolver. Isso porque a monografia não é um ponto final. É conclusão do Curso de Especialização, mas também um passo numa jornada acadêmica que, para alguns, está ainda começando.

Uma possibilidade que se abre na defesa da monografia é esta que as próximas páginas aguardam: tornar-se capítulo de livro. Há um importante trabalho – quiçá uma arte – na transformação de uma monografia em

capítulo de livro. Deve-se escolher um tema, um eixo ou um aspecto do conjunto presente na monografia. A banca, muitas vezes, colabora para essa escolha. Inclusive, aponta a relevância científica do trabalho e a necessidade de que seja disponibilizado à comunidade. Os trabalhos aqui presentes são esses que as bancas de defesa de monografia consideraram mais publicáveis.

É bem verdade que todas as monografias aprovadas ficam disponíveis no Repositório Institucional da UFMG¹. Lá, leitor e leitora, você encontrará a íntegra da qual estes capítulos são uma parte. Aqui, um tema é desdobrado com começo meio e fim, num espaço-tempo menor que a monografia.

Como já mencionado, o processo não termina com a defesa. Após a aprovação, os discentes são convidados a submeter os capítulos a um processo seletivo para a publicação. Aprovados pela comissão científica organizadora do livro, os capítulos foram encaminhados a um comitê editorial composto de especialistas em psicologia fenomenológico-existencial e gestalt-terapia que, sem saber quem eram os autores e orientadores, avaliaram os trabalhos, manifestaram a sugestão de publicação e recomendaram modificações. A versão que aqui se apresenta é aquela a que se chegou após percorrer essas etapas.

Assim, oferecemos a vocês pesquisas que têm a fenomenologia existencial e a Gestalt-terapia como fundamentação teórica. Os temas são os mais diversos e foram agrupados em dois tópicos: 1) Estudos sobre a Contemporaneidade e 2) Estudos sobre Psicologia Clínica. O primeiro grupo reúne textos que explicitam aspectos fundamentais sobre a contemporaneidade e fenômenos relacionados ao nosso momento histórico. O segundo traz como temas a prática psicológica clínica. Evidentemente, esta divisão é apenas um modo de organização da obra; a Psicologia Clínica acontece na contemporaneidade e esta traz sentidos e significados que surgiram naquela.

1 <https://repositorio.ufmg.br/>

Esperamos que as reflexões a seguir contribuam para a prática clínica e para um a leitura crítica de nosso cotidiano.

Belo Horizonte, 1 de junho de 2022.

1. ADOECIMENTO HUMANO NA ERA MODERNA A PARTIR DA PERSPECTIVA EXISTENCIAL

Mariana Michalick Vasconcelos Diniz

Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista

O presente artigo propõe uma reflexão acerca do adoecimento humano na era moderna, essencialmente marcada pelo cultivo da técnica e do consumo. Trata-se, portanto, de um estudo teórico bibliográfico que se inicia concebendo a modernidade como Era da Técnica, à luz do pensamento de Heidegger, para, em seguida, destrinchar seus impactos na vida humana. Ser humano na Era da Técnica é participar da Sociedade do Cansaço, como a nomeia Han (2015). Tal Sociedade é, então, descrita.

A sociedade moderna conquistou impensáveis patamares no que diz respeito ao desenvolvimento da ciência, da tecnologia, da linguagem e das mais diversas áreas de conhecimento. Constituiu polos econômicos, culturas e sociedades que criam ordem e sentido à experiência em comum que todos nós compartilhamos. Um longo caminho foi percorrido pelas sociedades até a época atual, tornando, constantemente, o mundo em sua morada (Heidegger, 1951/2001), modificando a realidade ao seu redor, encontrando limites e transpondo-os. O ser humano prosperou ao garantir a continuidade e o desenvolvimento da espécie como um todo em termos de sobrevivência, de organização e de possibilidades de realizações.

O que propomos agora é uma reflexão acerca da relação que o homem moderno vem estabelecendo com si mesmo e as implicações dessa relação com os outros seres e com o mundo. Desde os primórdios da sua existência, o

homem debruçou-se sobre o sentido de seu existir, fez uso da religião, da razão e da ciência em inúmeras tentativas de solucionar essa questão, de encontrar uma resposta para o enigma de seu existir.

Alinhamo-nos à compreensão existencial de que o homem é um ser-aí (Heidegger, 1927/2012), isto é, que nasce aberto para o mundo e a ele cabe arcar com a sua existência, sendo responsável pela construção do significado do seu existir. Exerce a todo momento o seu existir e ao ato de escolher, pois não escolher também é escolher. Vem ao mundo atravessado por um contexto singular e único. Afinal, o que define o homem como propriamente humano que não sua capacidade e habilidade de fazer-se humano? A expressão “ser humano” traz em si um verbo de ação, assim só se pode ser essencialmente humano, no momento que o homem se faz humano. No momento em que o homem toma o reconhecimento de si, do valor de si, do valor do outro que lhe é igual e exerce com autonomia suas responsabilidades de ser e estar aqui, esse homem alcança a liberdade que lhe foi dada. Ao mesmo tempo, devemos salientar que cada um nasce em uma determinada época, em uma determinada família e com um determinado nome. Antes mesmo de se reconhecer como agente no mundo, sua vida já está permeada pelo mundo social que todos habitam enquanto membros de sociedades altamente sofisticadas.

Os valores enquanto ordenadores de sentido e de ação do homem em sua vida podem ser entendidos como as leis máximas que guiam o seu pensamento e o seu modo de agir. Há em cada ser humano uma hierarquia de valores, uma ordem de valores na medida em que as coisas constituem uma determinada importância e que, muito embora a sociedade tente conduzir uma ordem a ser seguida, um movimento contrário ainda pode ser exercido.

Ansiedades são vivenciadas na sociedade moderna em diferentes dimensões pelos indivíduos. Elas têm se mostrado intimamente relacionadas com as mudanças estruturais da sociedade contemporânea, mudanças essas que introduziram valores como o individualismo, consumismo, primazia do

saber científico e técnico e alienação da esfera pública. A liberdade é vendida como um conjunto predeterminado de escolhas que interessam às instituições capitalistas, que retiram dos indivíduos a reflexão sobre o que é estar e ser no mundo. Sob esse viés, a liberdade não é moderada pela responsabilidade, mas, sim, pela necessidade de correspondência a critérios sociais ideais, criando, assim, subjetividades narcisistas, egoístas, egocêntricas e primordialmente esvaziadas de sentido. Esse campo mostra-se fértil para o desenvolvimento do adoecimento existencial.

A era da globalização une as fronteiras territoriais de todo o mundo e aparece como um importante marco dentro da era moderna. Há excesso de informação disponível e cada vez menos capacidade de uso crítico. As mídias encontram-se intimamente relacionadas com a sociedade imediatista de consumo e de prazer. A sociedade do espetáculo exige alegria, sucesso e glamour. A desejada felicidade é mais um produto anunciado como disponível para o consumo de todos. A sabedoria presente na ética cultivada pelos primeiros pensadores, as virtudes ensinadas pelas religiões ou a política praticada pelos antigos povos que tanto confluíram para o desenvolvimento máximo das sociedades contemporâneas está sendo descartada.

O cenário de adoecimento e da perda de sentido atual indica algo. A crise vivenciada pelo homem moderno exige que questões antes resolvidas voltem a ser levantadas e novamente pensadas. A vida contemporânea cultiva o próprio vazio, o adoecer.

Mais um aspecto preocupante diz respeito aos dispositivos modernos de silenciamento da dor, dor essa que, abafada e cruelmente negada, esvazia-se (Han, 2021). Na medida em que o homem perde o senso crítico de questionar o mundo tal como se apresenta, nega a si mesmo a possibilidade de transformação, condenando-se à repetição do mesmo. Enganados em fantasias ilusórias, o homem se perde em seu desespero de não se sentir.

Compreende-se, por fim que o estímulo e o exercício constante de conscientização e esclarecimento do homem moderno diante de sua vida o conduziram a um caminho, no mínimo, mais promissor, libertando-o de amarras criadas por ele mesmo. Na medida em que o homem elucida a si mesmo e as virtudes humanas como um norte a seguir, instaura-se nele a possibilidade de viver uma vida apropriando-se de um mundo com valores mais justos e mais humanos. Mas o que encontramos em larga escala é o acirramento de um mundo competitivo, individualista.

ANÁLISE DA CONTEMPORANEIDADE: ERA DA TÉCNICA

O homem enquanto um ser-no-mundo vai adquirindo ao longo da história o seu próprio modo-de-ser e de estar no mundo. A civilização ocidental, ainda em seus primórdios, cultivou a ideia de que o papel do homem no universo era o domínio do ente, o domínio de tudo aquilo o que diz respeito ao mundo e a todas as coisas que nele habitam, inclusive o próprio homem. Tal tipo de domínio tem o seu princípio a partir do trabalho do intelecto em definir o existente, estabilizando-o e tornando-o disponível (Critelli, 2002). O ente e a verdade do ser são tomados como objeto. Assim, são interpretados como meras coisas, como tudo aquilo que tem manifestação concreta, tangível, abstrata, incorpórea e virtual, sendo a compreensão de sua verdade correspondente à definição que o intelecto constrói a seu respeito, a partir da objetividade (Critelli, 2016). A mensuração e o cálculo do ente são o modo predominante de lidar, considerando-se estes o único meio de garantir e assegurar a sua manifestação. Observação, classificação, generalização, previsão e controle dos entes passam a ser aplicados enquanto obras do cálculo da Razão (Critelli, 2008).

A técnica antiga cultivava uma característica particular, a atitude de desvelamento de algo, trazendo à luz o que estivesse escondido. Tal saber pode ser encontrado em um artista, em um artesão ou em um pensador, na medida em que esses revelam algo. Com o advento das ciências modernas,

a técnica contemplada na atualidade sofre uma modificação estrutural, deixando de ser desvelamento para ser intervenção, produção. Com a mudança no modo de aparecer e ser do real, vem ao homem a possibilidade de o controle das forças presentes na natureza, assegurando-o uma certeza de que o seu processo de produzir poderá ser repetido e sustentado sempre que necessário. Adentra-se, assim, ao sentido da palavra técnica, que vem da palavra *téchne* e que designa o ato de possuir conhecimento na produção. Por sua vez o ato de produzir diz respeito à manifestação, ao acesso e à disponibilidade de algo, que, até então, não se encontrava presente (Heidegger, 1949/2001). A técnica fundamenta a possibilidade de surgimento de aparelhos e instrumentos para intervenção na realidade.

Com isso, a técnica expande-se para todos os territórios percorridos hoje pelo homem moderno, de modo a imprimir uma relação subordinada a ela em sua relação com o mundo e tudo que dele provem. A exemplo, pode-se pensar nas florestas, que perdem a sua condição primordial de serem florestas e passam a ser vistas como reservas de madeiras para a indústria, as plantas como reservas para a produção de remédios e os rios como reservas para o uso das hidroelétricas e produção de energia. É válido entender que tal força pertence de fato à natureza, no entanto, a manipulação de seu recurso é mais do que desvelada, é controlada e manipulada pelo homem segundo o seu interesse (Critelli, 2002).

Acede-se ao real como representação. Re-presentado, pode ser calculado e manipulado. A representação do ente tem acontecido na medida em que o homem lança o olhar para a lente que olha para o real e o requisita a partir dela. Ajusta-o à medida dessa lente e lança o real diante de si como objeto dessa provocação interpretativa de modo a controlar a possibilidade de manifestação do real. A tal poder de interpelação, todo o existir do homem passa a ser subordinado. O próprio humano passa a ser algo representado, calculável e controlável. E é justamente isso que configura a sociedade moderna, perpassando seu modo de pensar e caracterizando seu modo de ser (Critelli, 2002).

Há de se pensar que os objetos oriundos da técnica habitam o cotidiano, estando sempre disponíveis para seu uso. Na medida em que tais objetos são usados, o próprio processo que os gerou é colocado em andamento. Assim, ao utilizar produtos da técnica, atualiza-se e dá-se vida a ela. Assim, a existência descobre-se convocada e tragada pela Era da Técnica, deslumbrada com as potências ao alcance da mão. Na medida em que o homem se submete ao *modus* operante da técnica e de seus equipamentos, deixa-se dominar por ela e configura-se como dominador (Critelli, 2002).

Ela aparece no horizonte enquanto uma “armação” (*Gestell*), uma estrutura na qual o existir contemporâneo tem aparecido na medida em que por ela é requisitado. A técnica enquanto *ethos* do homem moderno faz com que ela acabe por se tornar a dimensão ontológica de nossa própria humanidade, possibilidade e limite. A condição ética da técnica aparece em seu próprio devir, interferindo, processando, calculando, assegurando e controlando o real (Critelli, 2002).

Oculto-se, assim, mais radicalmente o mistério. E o mistério do ser é o que inquieta a humanidade desde que se deu conta de si. O perigo que a técnica manifesta e nos ameaça é justamente o desatentar dos seus não ditos, e assim a possibilidade de o homem perder-se de seu ser mesmo, esquecendo-se do exercício fundamental do pensamento do sentido (Critelli, 2002).

A temporalidade é condição existencial. O existir humano acontece em três tempos, passado, presente e futuro; fomos, somos e seremos. Tal fato impele o nosso constante aprontamento diante da vida e de suas possibilidades, a nossa condição humana nos chama a todo o momento. Dessas três extases temporais, como Heidegger (1927/2012) as chama, o futuro tem destaque, pois é o que mobiliza, na medida em que ao entrarmos em contato com ele, emergem os apelos e os sentidos aos quais miramos o nosso fazer ao passo daquilo que queremos realizar.

O futuro, a partir de nossa vivência no presente, nos coloca, antes de tudo, em conexão imediata com o tempo do passado, pois é em conexão com este que as experiências realizadas e ou afastadas moldam-se. Para além disso, verificasse também algo referente ao modo de fazer, de pensar, de falar e de sentir, sendo esse resultado de um viver historicamente construído, no qual o hoje é a consolidação de respostas ao passado e anseios ao futuro. Esses modos de fazer constituem a nossa tradição. A história humana é uma resposta ao tempo (Critelli, 2008). Assim, as respostas que o homem deu aos anseios do futuro consolidaram no hoje a tradição concretizada em que vivemos, nosso modo e lugar em nossa existência, que hoje é o da Sociedade do Cansaço, como Han (2015) a nomeia.

O esquema da produção e do consumo postula apenas o crescimento para o próprio produtor ou detentor dos meios de produção, na medida em que o consumidor não constrói sua riqueza por via do consumo, embora esse pareça configurar-se para ele enquanto de tal conquista (Critelli, 2008). Nesse sentido, o consumo – e não a riqueza – aparece enquanto a finalidade para o consumidor, dominado pelos ideais postulados pela conhecida sociedade capitalista e vendido a preço de capital a todos os membros que dela padecem e que a ela desejam o pertencimento.

Outro aspecto da sociedade moderna é a massificação. Este aspecto tem como consequência inegável a produção da mesmidade. Espera-se que com um emprego, os indivíduos tornem-se equivalentes entre si, compartilhando dos mesmos valores, interpretações de vida, anseios, juízos, desejos, linguagem e atitudes. O que parece esperar-se, então, diz respeito a um mesmo modo de existir, a ser adotado por todos, mas por ninguém em particular.

Para corresponder a tal lógica instaurada, toda ação humana ou gesto que se configure em novas interpretações do ser, de modos de ser, é reprimido. E a repressão de tal ação assume o mesmo sentido do que a repressão da liberdade ontológica dos homens. Os apelos do futuro não devem ser ouvidos

e nem novas maneiras de corresponder a elas escolhidas. Assim, a sociedade de massas, disfarçada pela valorização da individualidade, é indiscutivelmente regida pelo controle do consumo, dos modos-de-ser, dos fins e dos processos gerais da existência (Critelli, 2008).

A formação de opinião tem se mostrado em nossa atualidade como um forte recurso de controle. Nesse contexto, a constituição da interação traçada pela mídia, pela burocracia e pela escola, emerge e age enquanto canais de circulação de informação e ferramentas básicas necessárias à modelagem da estrutura social e dos modos-de ser, supostamente individuais.

O consumo revela-se, assim, expressão da Era da Técnica. Dentro da lógica instaurada atentemo-nos ao fenômeno da saciedade, que aparece com outro nome: felicidade. A sociedade atual vivencia o mito da felicidade com o sentido de saciedade. A felicidade, no entanto, é uma experiência humana que não pode ser objetivada, medida ou catalogada. Mas a sociedade moderna a transforma em algo palpável e mensurável, e a saciedade se verifica enquanto fenômeno predominante. A verdade é que a saciedade como algo em si mesma diz respeito a um estado provisório e, portanto, passageiro, vislumbrando um meio que consiste no consumo de algo que sacie uma falta. Esse processo é interminável, na medida em que seu funcionamento se retroalimenta em um infinito de possibilidades enquanto um movimento da vida biológica.

Assim, enquanto um fenômeno inesgotável, o próprio consumo para saciar-se é aquele que gera novamente a mesma condição que promoveu o ato de consumir. Há, assim, nesse movimento, o estabelecimento de um ciclo eterno entre a saciedade e a falta. E é a estrutura presente no esquema social de produção e consumo que se beneficia dessa falta, produzindo a cada momento e cada vez maior a sensação de falta para provocar o consumo. Assim, a relação falta-saciedade vai alastrando-se para todas as outras áreas da vida humana, para além do que propriamente serviria à necessidade biológica de

satisfação. Dentro dessa lógica, tudo passar a ter de ser consumido, incluindo as relações pessoais (Critelli, 2008).

A vida contemporânea exige de cada um cada vez mais tempo de sua vida para consumir tudo aquilo que acredita precisar para ser alguém. As pessoas exaurem-se e sucumbem, sentindo-se fracassadas. Desse modo, os homens se mantêm submissos ao funcionamento desse consumo, e, portanto, alienados de si mesmos, na medida em que o seu agir não mais se encontra em um lugar transcendental de realização pessoal.

IMPACTO DA TÉCNICA NA CONTEMPORANEIDADE: A SOCIEDADE DO CANSAÇO

No início do ensaio *Sociedade do Cansaço*, Han (2015) aponta que a humanidade superou o medo de uma pandemia gripal, pois desenvolveu mecanismos de enfrentamento de vírus e sua disseminação. Com isso, o perigo deixa de ser um outro – o vírus – externo ao organismo, e migra para o próprio organismo. O perigo, ele aponta, é de uma pandemia de adoecimentos neuronais. Estes manifestam-se a partir de quadros como a depressão, transtorno de déficit de atenção e hiperatividade, distúrbios da personalidade e Síndrome de Burnout. Estas doenças neuronais não são causadas por infecções ou problemas imunológicos, mas, sim, são consequências dos valores cultivados pela sociedade moderna em que vivemos.

O século passado foi uma época marcada pelo cenário militar e de guerra, consolidando uma época marcada por divisões nítidas entre dentro e fora, amigo e inimigo, próprio e estranho. A ação imunológica surgiu como modo de ataque e defesa, no entanto, ultrapassou o aspecto biológico do campo e para além dele, inscrevendo-se e enraizando-se no âmbito social como uma proteção contra tudo o que o é estranho, de fora. A alteridade é o ponto fundamental da imunologia, já que qualquer reação imunológica é uma reação

a ela. O alter é incorporado como parte de um mesmo todo, transformado em diferença, e esta não provoca nenhuma reação imunológica. O diferente torna-se mais um produto consumível. Na pós-modernidade, há ausência de estranheza. Diferentemente dos ataques virais, a violência neuronal não é oriunda de um outro, mas, sim, do mesmo. (Han, 2015).

Concomitantemente a isso, os esforços da sociedade não são mais para disciplinar aqueles que são tidos como ‘outros’. Os hospitais, asilos, prédios, quartéis e fábricas, lugares de controle disciplinar, cederam lugar a academias fitness, escritórios, bancos, aeroportos, shoppings e laboratórios. Visa-se o aumento do desempenho, a eficácia, a máxima produtividade. A sociedade do século XXI deixou de ser uma sociedade disciplinar para se tornar uma sociedade do desempenho.

O controle disciplinar não é mais exercido por uma instância externa, pois é realizado por cada indivíduo. O projeto, a iniciativa e a motivação, ocupam o lugar da proibição, do mandamento ou da lei. A sociedade disciplinar, que resulta em loucos e delinquentes, dá lugar a sociedade do desempenho, que produz depressivos e fracassados. Ainda assim, o sujeito do desempenho continua disciplinado; ele é, inclusive, mais rápido e mais produtivo que o sujeito da obediência. Mas cobra-se livremente, isto é, por uma decisão própria, não porque algo ou alguém exigem dele. É ingênuo pensar que quanto mais ativo o ser se torna, mais livre ele é, pois, sem os limites, o agir tende a se deteriorar na reação inquieta e hiperativa, prolongando apenas aquilo que já existe. Dessa forma, propõe Han (2015) que a depressão por esgotamento e o Burnout não se dão pelo imperativo de obedecer apenas a si mesmo, mas, sim, pela pressão de desempenho.

O homem depressivo é alguém que, apoiado no entendimento que basta esforçar-se para transformar-se no que projeta ser, explora a si mesmo. Torna-se, assim, agressor e vítima de si mesmo. Fracassando no empreendimento do si mesmo de sucesso, o não-mais-poder-poder leva o sujeito a uma

autoacusação destrutiva e a uma autoagressão. Ou seja, tomando-se a si mesmo como reserva infinita de possibilidades, a existência sucumbe, exaurida, mas, ao invés de descobrir sua finitude, culpa-se pelo fracasso.

Assim, a Sociedade do Cansaço é uma sociedade ativa que funciona semelhante a uma sociedade do doping. Mas mesmo a expressão negativa “doping cerebral” é nela substituída pela expressão “neuro-enhancement”, que indica o melhoramento cognitivo, isto é, a melhora da performance. As existências consomem-se buscando o melhoramento contínuo, sem atingir um ponto final. Muitas exaurem-se e sentem-se fracassadas, culpando-se.

POSSIBILIDADES PARA A VIDA NA ERA DA TÉCNICA

Há um descompasso frente ao avanço das sociedades e o bem-estar que projetam para si mesmas. Os aspectos técnicos, científicos, políticos e sociais têm se sobressaltado frente ao indivíduo que, massacrado pelo funcionamento da era moderna, vê diante de si o desvalor de sua própria vida e de sua potência de vir a ser. Confrontados com a necessidade de sobrevivência, esses seres vem adequando sua própria existência aos moldes exigidos, performando modos de viver cada vez mais inautênticos, repetindo o mesmo, fechando-se à alteridade e à negatividade até o exaurimento.

A era da técnica possibilita o domínio do espaço e dos recursos que dele fazem parte, sendo, de fato, frutífera para a manutenção da vida atual, na medida em que ela se configura como facilitadora de nossas vidas e provedora de muitos avanços que garantem certa qualidade de vida aos indivíduos. No entanto, paga-se o preço da submissão a um modo de funcionar sustentado pelo próprio ser humano tornado algoz vigilante de si mesmo, apesar de crer-se livre.

Envoltos de suas certezas categóricas, o homem mina o seu próprio exercício de liberdade, de não saber e de não ser. Responde assim ao

imperativo de felicidade, adquirindo bens, cargos e status. Cada vez mais, os indivíduos querem e precisam de mais. O sistema de consumo e das sociedades de massas necessita do sentimento de insatisfação, que justifica mais consumo.

A era do desempenho moderno – a Sociedade do Cansaço – acaba por condenar o homem a ser ele mesmo, mas não é essa uma condenação que apresenta em si a liberdade de fazer-se, o homem é condenado a ser ele mesmo em um constante exercício de aprimoração visando, em primeiro lugar, a sua capacidade de gerar recursos que sejam minimamente atrativos para o desenvolvimento da sociedade. A competição instaurada entre os seres, que a todo momento instiga que devem uns superar aos outros, mina a potência de solidariedade, respeito e valorização das formas de diversidade tão fundamentais a vida humana.

Mas como encontrar uma saída para um cenário tão complexo como esse? Como encontrar novas perspectivas que levem ao homem a uma vida com mais sentido? Bom, uma reflexão e maior conscientização do cenário que vivemos parece um dos começos. Uma outra possibilidade se funda na potência contributiva da Psicologia enquanto uma ciência que visa o cuidado com o ser do homem como um todo, e em especial, para tal discussão, a visão proposta pelo olhar existencial e fenomenológico, que tanto valoriza um olhar mais humano.

É importante e válido pensarmos que se o funcionamento técnico se alastra para todo o cenário vivido pelo homem atual, ele também se alastra para todas as suas áreas de saber, incluindo a Psicologia. Assim, a partir da análise da contemporaneidade de Byung Chul Han, pensamos que cabe à Psicologia o cuidado de não ser uma agente da autocobrança por performance, mas, sim, cuidar para que cada um possa redescobrir a alteridade, os limites, a finitude e buscar novos modos de ser si mesmo não atrelados à performance de sucesso e felicidade.

É importante que o ser humano compreenda a Era da Técnica e seu desdobramento da sociedade do cansaço, a fim de poder viver nela sem ser totalmente subjugado por ela. Isto é, deixando a Técnica apenas enquanto meio facilitador ou orientador e não como único determinante do agir humano. Ao retomar novamente a necessidade de consciência frente ao cenário que se vive, elucida-se, assim, o fato de que muitos são os sujeitos que são privados da possibilidade de refletir acerca de seus modos de viver.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A relação que a sociedade imediatista tem estabelecido com o tempo torna-se demasiadamente preocupante. Estamos sempre acelerados, temos de competir e vencer e nesse movimento acabamos por nos esquecer de viver. O ser humano passa assim a ser um meio para um fim e não um fim em si mesmo. Repensar a caminhada é tão importante quanto escolher o destino. A vida, em sua complexidade, permeia sempre a imprevisibilidade, estamos sujeitos ao acaso e ao imprevisto e temos condição de reprojeter as rotas nas quais rumamos.

O tempo de repouso, de discussão, diálogo e reflexão possibilita a manifestação da criação de um mundo que nos seja mais humano, afinal, o homem se estrutura enquanto um ser que compartilha com outros seres a experiência de serem lançados à vida num mundo em que devem arcar com sua própria existência. O movimento de mudança da relação do homem com sua vida acontece a todo o momento, de pouco e pouco, é o tempo do exercício de um novo movimento que vislumbrará no horizonte um novo futuro.

O presente trabalho buscou, apoiado na análise da Sociedade do Cansaço como aquela que corresponde à Era da Técnica, uma reflexão acerca do cenário em que vivemos, ressaltando a necessidade de contribuição da Psicologia e dos profissionais da área de saúde, na medida em que o conceito de

saúde é amplo e diz respeito a uma totalidade. Para iniciar o movimento de pensar a saúde mental de cada indivíduo da sociedade é fundamental começar a compreender os mecanismos operantes nessa sociedade na medida em que o homem é parte de todo esse sistema social.

REFERÊNCIAS

- CRITELLI, D. M. (2002). Martin Heidegger e a essência da técnica. *Margem*, 16, p. 83-89. Recuperado de <http://www4.pucsp.br/margem/pdf/ml6dc.pdf>.
- CRITELLI, D. M. (2008). Consumo e obediência: a desarticulação da liberdade. *Psicologia USP*, 19(4). p. 477-485. <https://doi.org/10.1590/S0103-65642008000400006>
- CRITELLI, D. M. (2016). A Técnica no Pensamento de Martin Heidegger. *Política*, 4(2), p. 25-35. <https://doi.org/10.23925/pol%C3%A9tica.v4i2.31420>
- DULCI, P. L. (2014). Do universo da precisão à serenidade do desvelamento: Heidegger e a questão da técnica. *Griot: Revista de Filosofia*, 9(1), p. 282-305, 2014. <https://doi.org/10.31977/grirfi.v9il.576>
- HAN, B. (2015). *Sociedade do cansaço*. (Giachini, E. P., trad.). Petrópolis, RJ: Vozes.
- HAN, B. (2021). *Sociedade paliativa*. (Machado, L., trad.). Petrópolis, RJ: Vozes.
- HEIDEGGER, M. (1927/2021). *Ser e Tempo*. (Castilho, F. trad.). Petrópolis, RJ: Vozes.
- HEIDEGGER, M. (1949/2001). A questão da técnica. *Ensaios e Conferências*. (Leão, E. C., Fogel, G., Schuback, M. S. C., trads.) Petrópolis: Vozes, p. 11-38.

HEIDEGGER, M. (1951/2001). Construir, habitar, pensar. *Ensaio e Conferências*. (Leão, E. C., Fogel, G., Schuback, M. S. C., trads.) Petrópolis: Vozes, p. 125-142.

2. ENERGIA ELÉTRICA COMO FATOR DE CRESCIMENTO EXISTENCIAL

Ana Lucia Dias Goddard Araújo

Maria Madalena Magnabosco

A Declaração Universal de Direitos Humanos (1948) e a Constituição Federal (1988) definem que os indivíduos têm os direitos à moradia, à educação, à saúde e segurança, entre outros, para que possam viver com qualidade e realizar seu projeto de vida.

A Constituição Federal de 1988, em seu artigo 6º, institui o direito dos indivíduos conforme descrito abaixo:

Art. 6º São direitos sociais a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o transporte, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta Constituição.

A Declaração Universal de Direitos Humanos de 1948, em seu artigo 25, determina que:

Artigo 25º 1. Toda a pessoa tem direito a um nível de vida suficiente para lhe assegurar e à sua família a saúde e o bem-estar, principalmente quanto à alimentação, ao vestuário, ao alojamento, à assistência médica e ainda quanto aos serviços sociais necessários, e tem direito à segurança no desemprego, na doença, na invalidez, na viuvez, na velhice ou noutros casos de perda de meios de subsistência por circunstâncias independentes da sua vontade.

2. Energia elétrica como fator de crescimento existencial

Ana Lucia Dias Goddard Araújo e Maria Madalena Magnabosco

Ambos os instrumentos defendem condições para que os indivíduos possam viver com dignidade e realizar seu projeto de vida, uma existência digna.

É necessária uma infraestrutura que permita, no mínimo, acesso à água, esgoto e energia elétrica, como insumos básicos para atender a esses direitos. Entre esses insumos, a energia elétrica tem destaque pelo seu uso em praticamente todas as atividades sociais, inclusive para o fornecimento de água e saneamento básico. A falta desses insumos reduz a qualidade de vida dos indivíduos, comprometendo a dignidade de existir e a perspectiva de crescimento existencial. Dessa forma, pode-se dizer que a vida e, por consequência, a ampliação da possibilidade de crescimento existencial, está associada à disponibilidade de energia elétrica.

Heidegger, em seu texto *Construir, Habitar, Pensar* fala do vínculo entre o local em que o homem vive e sua influência na qualidade de vida e nas possibilidades de existência. A experiência pessoal adquirida em trabalho realizado na Companhia Energética de Minas Gerais - Cemig, observando as mudanças que ocorriam nas regiões que passavam a receber o acesso à energia elétrica permitiu perceber a contribuição desse insumo para a melhoria da vida das pessoas. A análise de comparativo de lugares sem energia elétrica disponível com outros em que havia acesso a esse recurso e, os efeitos decorrentes disso na vida das pessoas, evidenciou que energia elétrica e qualidade da existência humana estão intimamente ligadas. Neste sentido percebemos a importância entre os dizeres de Heidegger e as experiências pessoais em trabalho na Cemig, onde o local com energia elétrica influencia a qualidade e possibilidades de vida das pessoas.

Pensar em associar conceitos da Psicologia e da Engenharia causou certa estranheza pois as teorias que embasam cada uma dessas áreas são aparentemente isoladas, ao mesmo tempo, tornou-se um desafio interessante porque a energia elétrica está profundamente incorporada em nosso dia a

2. Energia elétrica como fator de crescimento existencial

Ana Lucia Dias Goddard Araújo e Maria Madalena Magnabosco

dia, sustentando nosso modo de vida, a ponto de que só atentamos para a sua presença quando ela falta. Desse modo podemos perceber como a articulação entre as especificidades teóricas e as dimensões do mundo humano que expressam é quem permite o habitar.

A Engenharia, como uma ciência natural, busca entender essa relação energia elétrica e qualidade de vida observando os benefícios que ela propicia. A psicologia quer ir além e de acordo com Giovanetti (2017):

A fenomenologia apresenta-se como um método de abordagem da realidade diferente do método das ciências naturais, que visam a entender o seu objeto por meio de explicações formais. Aqui, a novidade está em que o fenomenólogo busca compreender as razões que suscitam determinada atitude. (Giovanetti, 2017, p. 34)

A intenção de compreender como energia elétrica e existência humana se relacionam direcionou a escolha do olhar fenomenológico, no sentido de observar o fenômeno como ele acontece, como o caminho utilizado para agregar esses conceitos.

O embasamento teórico buscou identificar, os conceitos de habitar, existir e ser, para evidenciar o vínculo entre o local em que o homem vive com a qualidade de vida e as possibilidades de existência e, posteriormente, associando os conceitos de existência, qualidade de existência e espaço existencial aos conceitos anteriores, buscou-se evidenciar o impacto do lugar na qualidade da existência. Em seguida, realizou-se análise comparando lugares sem energia elétrica com outros em que havia acesso a esse recurso e os efeitos decorrentes desses fatores na vida das pessoas. Para evidenciar os impactos do acesso à energia elétrica na qualidade de vida foi avaliado o resultado do Programa Luz para Todos, iniciativa do Governo Federal lançado em 2003, com o objetivo de universalizar a disponibilidade de energia elétrica em todo o território nacional, principalmente, em áreas rurais.

Cardoso (2013), Matosinhos (2017) e Matosinhos et al (2019), entre outros, realizaram estudos comprovando que a disponibilização de energia elétrica contribuiu para o desenvolvimento dos municípios atendidos, impactando todas as classes sociais, indicando a disponibilidade de energia elétrica como fator de melhoria da qualidade de vida e o consequente aumento da possibilidade de crescimento existencial dos indivíduos.

Assim, evidenciando que lugares que tem disponibilidade de energia elétrica proporcionam melhor qualidade de vida e vinculando a qualidade existencial ao lugar que o indivíduo habita é possível fazer um elo entre energia elétrica, habitação e existência, tendo o lugar como sustentação desse fenômeno.

HABITAR E SUAS IMPLICAÇÕES

Habitar, construir, ser

“Parece que só é possível habitar o que se constrói.” É com essa frase que Heidegger (1954) inicia seu texto “Construir, habitar, pensar,” elaborado como uma tentativa de pensar o que significa habitar e construir. Partindo do princípio de que a construção tem como meta a habitação, isto é, só é possível habitar o que se constrói, Heidegger amplia o conceito de habitar para além da casa, espaço que o indivíduo efetivamente ocupa. Essa casa está localizada em um bairro, cidade, rodeada por construções que não são necessariamente “habitadas”, tais como estradas, represas, subestações, campos, praças, mas que fazem parte da “casa” que o homem habita.

Dessa forma, o conceito de “habitar” pode ser entendido de forma mais restrita, quando representa um local específico que o indivíduo possui e reside e, de forma mais ampla, compreendendo espaços pelos quais o indivíduo atua e existe, mas não necessariamente reside, tais como praças, um local de trabalho, o mercado.

Evoluindo na tentativa de pensar o significado de habitar e construir, Heidegger aprofunda na linguagem, buscando, nas raízes dessas palavras, o entendimento para dar sentido a cada uma delas. Nessa linha, o verbo “construir” e todas as suas conjugações no antigo alemão significa “habitar, as estâncias e circunstâncias” do próprio habitar. E destaca:

Ouvindo, porém, o que a linguagem diz na palavra *bauen* (construir), podemos perceber três coisas:

1. *Bauen*, construir é propriamente habitar.
2. *Wohnen*, habitar é o modo como os mortais são e estão sobre a terra.
3. No sentido de habitar, construir desdobra-se em duas acepções: construir, entendido como cultivo e o crescimento, e construir no sentido de edificar construções. (Heidegger, 1954, pag. 3)

Nessa elaboração, Heidegger (1954) afirma que “o homem é à medida que habita”, isto é, a existência do indivíduo está associada, ou melhor, dimensionada pela qualidade do habitar, pela construção que ele experiencia e executa em sua vida, “não habitamos porque construímos. Construímos e chegamos a construir à medida que habitamos, ou seja, à medida que somos como aqueles que habitam.” (Heidegger, 1954, pag. 3)

Extrapolando o conceito de habitar para além de construir, Heidegger associa a essência desse habitar a um abrigo, a um pertencimento, a um resguardo:

Habitar, ser trazido à paz de um abrigo, diz: permanecer pacificado na liberdade de um pertencimento, resguardar cada coisa em sua essência. O traço fundamental do habitar é esse resguardo. O resguardo perpassa o habitar em toda a sua amplitude. Mostra-se tão logo nos dispomos a pensar que ser homem consiste em habitar e,



isso, no sentido de um “de-morar-se” dos mortais sobre essa terra.
(Heidegger, 1954, pag. 3)

A partir desse texto de Heidegger, vários autores se dedicaram a observar a relação do homem no mundo em seus aspectos e interpretação dos espaços habitados. Reis (2017), em seu texto “Lugar de Sentido”, traz a partir dos estudos de Norberg-Schulz, a constituição de sentido nos espaços habitados. Reis (2017) destaca que Norberg-Schulz deve a Heidegger o conceito de habitar, destacando que base existencial e habitar são sinônimos, e habitar em um sentido existencial, é

O homem habita quando pode orientar-se dentro e identificar-se com um ambiente, ou, simplificando, quando experimenta significativamente o ambiente. Habitar, dessa forma, implica em algo mais do que abrigar. Implica que os espaços onde ocorre a vida são lugares, no verdadeiro sentido da palavra. Um lugar é um espaço com uma característica distinta. Desde os tempos arcaicos, o *genius loci*, ou “espírito do lugar”, tem sido reconhecido como a realidade concreta que o homem deve encarar e aceitar em sua vida diária. (Reis, 2017, p. 113)

Lugar onde o indivíduo habita, onde ele organiza seus pertences, símbolos, de forma que se sinta representado é chamado de casa. Uma casa materializa o conceito que Heidegger e a filosofia existencial expressam como o homem é um “ser-no-mundo”, pois a casa de uma pessoa reflete o seu modo de levar a vida e é, ao mesmo tempo, o seu mundo mais próximo. Uma casa, um lugar, possui um determinado tamanho que marca o espaço próprio de cada indivíduo e, ao mesmo tempo, é uma referência de seu pertencimento a uma comunidade, uma cidade, um estado ou um país. É um elemento de orientação e permite ao indivíduo saber onde está, seu lugar no mundo.

Considerando que base existencial e habitar são sinônimos, Reis (2017) destaca que dotar a vida humana de significado existencial está associado ao

lugar que o indivíduo habita, isto é, o espaço do qual ele se apropria, feito dele mediante seu uso, que faz parte do vivido.

O indivíduo, em sua dimensão existencial, para além de saber onde está, é importante que reconheça como está, e essa dimensão está associada à sua identificação com o lugar onde se encontra, com as vivências experimentadas no ambiente, com as possibilidades que ele apresenta, pois elas determinam para o indivíduo o mundo que é acessível, o seu “ser-no-mundo”.

Habitar e Existir

Associar habitar e existir é possível ao considerarmos que a existência do homem acontece em sua trajetória de vida, que ocorre no espaço que ele ocupa ao longo dessa trajetória, como descrito por REIS (2017). Os autores Braga, Goto e Monteiro (2017), buscando associar o conceito de fenomenologia ao ensino de arquitetura e apoiados no texto de Heidegger, destacam a importância da existência enquanto uma experiência direta com tudo o que nos cerca, em uma relação objetiva e concreta com as coisas: em um corpo, em uma espacialidade, em uma temporalidade e ressaltando o que já foi mencionado anteriormente, “não construímos para habitar, mas construímos na medida em que habitamos” (Braga et al., 2017, p. 27). Eles evoluem em sua elaboração e afirmam que “Assim, habitar e construir são, ambos, dimensões do modo humano da existência.” (Braga et al., 2017, p. 28)

Os autores destacam que essa existência, construída à medida que o homem habita, está condicionada à forma de o homem se relacionar com as coisas, dando a elas horizonte de sentido e a facticidade do mundo, a saber:

No habitar o mundo que é condição de nosso existir, nos relacionamos com a facticidade do mundo, com sua dimensão concreta, entrelaçada pela tradição cultural, social e de pensamento que posiciona a perspectiva pela qual entramos em contato

com o mundo fático. Na dimensão da tradição, encontra-se a temporalidade: a experiência no espaço concreto se dá no horizonte do tempo vivido, de nossa percepção da permanência das coisas e do próprio ato de perceber o mundo e relacionar-se com ele enquanto acontecimento. Entrelaçado à facticidade e à tradição, está o horizonte de desconhecimento de um mundo que se nos descortina sempre em perspectiva. Entremeadas a tais dimensões, encontra-se nossa própria finitude, que se remete à dimensão de nossa trajetória existencial a partir da qual retomamos o mundo para nós. (Braga et al., 2017, p. 28)

Braga et al. (2017) também se apoiam em Norberg-Schulz ao destacar que “todo local tem um espírito que mantém um elo com o sagrado, criando um lugar no qual a humanidade deve habitar.” (Braga et al., 2017, p. 29) e vão além, ressaltando que “o destino das pessoas está intimamente relacionado com o lugar.” (Braga et al., 2017, p. 30)

Braga et al. (2017) estavam interessados na importância, por parte do arquiteto, de perceber o lugar e a relação que as pessoas desenvolvem com ele, para a sugestão de intervenções. Suas afirmações quanto à relação entre habitar e existir e a qualidade dessa existência estar relacionada ao lugar permanecem e podem ser estendidas para outros espaços, pois eles falam em um lugar enquanto espaço habitado pelo homem.

Sendo assim, pode-se inferir que as residências construídas em espaços rurais com restrições estruturais que implicam em redução de qualidade na habitação interferem na qualidade da existência humana.

Outro autor que se dedicou ao tema habitar e construir é Millen (2019), que, a partir de uma releitura do texto de Heidegger, propõe a associação entre os conceitos de habitar, construir e pensar. Ele destaca que habitar contempla a relação entre o homem e o espaço em que se insere, e essa relação influencia



na constituição de ser e homem, portanto “ser-homem”, o que torna o habitar uma relação subjetiva entre o homem, o espaço que ele ocupa e a forma como ocupa esse espaço.

Essa ocupação do espaço está associada territorialmente, pela flexibilidade, à medida que o homem se desloca geograficamente, em sua trajetória de vida. Dessa forma, Millen (2019) destaca:

Por conseguinte, a dualidade da vida do homem é marcada, territorialmente, pela flexibilidade, à medida que, em seu deslocamento na trajetória da vida, está, de forma permanente, habitando diversas categorias de alojamento. Então, a amplitude do termo “habitar” é proporcional à trajetória de vida. (Millen, 2019, p. 125)

Millen (2019) faz uma distinção importante, destacando que Heidegger aponta a equivalência entre construir e habitar, à medida que construímos para habitar. O autor ressalta que o “conceito de “habitar” é muito mais subjetivo, enquanto o de “construir” é mais concreto.” (Millen, 2019, p. 125)

Buscando associar os conceitos de “habitar” e “construir” ao “pensamento” e à “existência humana”, Millen (2019) busca na arquitetura e na teoria psicanalítica de Freud, uma forma de associar o espaço habitado pelo homem à sua personalidade e as possibilidades de existência que esse espaço proporciona. Millen (2019) escreve:

Grosso modo, nesta etapa de investigação, já compreendemos que há moradores de egos inferiorizados destinados a ocuparem as ruas ou as precariedades de moradias. Nessa perspectiva, entendemos como precários os sanatórios, os lares, os abrigos e os hospitais destinados à população excluída, pois os modelos habitacionais disponíveis são proporcionais ao pertencimento egóico e social de cada indivíduo. (Millen, 2019, p. 129)

Millen (2019) também destaca os efeitos do capitalismo enquanto modelo social que amplia a exclusão de indivíduos: “Muitas foram as vozes que se manifestaram contra as baixarias que se apresentariam nas sociedades pós-industriais por conta do favorecimento financeiro em detrimento da qualidade de vida do homem.” (Millen, 2019, p. 133)

Esse mesmo autor se refere especificamente aos espaços como sanatórios, ou habitações pequenas, de “tetos baixos”, feitas com matérias de baixa qualidade, em lugares impróprios para moradia, destinados aos homens que a sociedade não queria em seu meio, os loucos, os pobres, os diferentes.

O século XIX, por sinal, é caracterizado pela profusão de críticas acirradas aos novos valores que seriam estabelecidos, pois, para se desvendar a intenção e a nocividade da sociedade capitalista, haveriam de se considerar o que os homens intencionavam ao projetar espaços arquitetônicos destinados à exclusão de seres humanos. (Millen, 2019, p. 134)

Millen (2019) não fala, em seu texto, sobre a população rural, que mora longe das cidades, em habitações simples, sem água ou energia elétrica, mas eles se enquadram no conceito de excluídos socialmente. O autor termina seu texto destacando a necessidade da reconstituição da dignidade dos sujeitos, como essencial na tarefa de uma sociedade mais justa. Sendo assim, é importante pensarmos o conceito de existência como este ser-no-mundo que se constrói continuamente diante das condições e de possibilidades que podem reconstituir dignidades humanas.

CONDIÇÕES DO EXISTIR

Existência e qualidade de Existência

O que é a existência humana? Giovanetti (2018), em seu livro “Psicoterapia Antropológica”, traz algumas características do que é existir como ser humano.

O autor começa pelo “ex” do ex-istir, ressaltando que, além de indicar uma exterioridade, pode também ser entendido como transcendência, isto é, como um movimento em direção ao mundo exterior e aos outros entes, vivenciando, nessa relação com os outros, sua flexão existencial de forma integrativa ou desorganizada.

Ele destaca que “existir é ser você mesmo” (Giovanetti, 2018, p. 165), estando aberto a novas possibilidades, num movimento contínuo de transcendência. E afirma:

Nessa perspectiva é que entendemos a saúde existencial como a abertura do ser na concretização de suas possibilidades. E a doença deve ser entendida como o fechamento dessas possibilidades e, como também, uma tentativa de possibilitação de si mesmo, mas com uma modificação deficitária da existência. (Giovanetti, 2018, p. 165)

O que seria a qualidade da existência? Pensando o ser humano como um ser de infinitas possibilidades, e baseados na definição de existência de Giovanetti(2018), apresentada anteriormente, podemos dizer que uma existência de qualidade é aquela que permite ao ser humano estar sempre em movimento direcionado a realizar essas possibilidades em função de suas escolhas e, classificamos existência de boa qualidade àquela em que existe a abertura do ser na concretização de suas possibilidades e existência de má qualidade àquela em que ocorre a redução ou o fechamento dessas possibilidades.

Pensando nesse adoecimento existencial como redução de possibilidades de existência, ou numa perda de qualidade da existência, podemos observar outro texto de Giovanetti. Em seu texto *O adoecimento existencial no século XXI*, Giovanetti (2019) associa esse adoecer ao fato de o homem de hoje ser responsável por definir a sua existência sob a pressão de uma sociedade organizada em função do consumo, destacando três tipos de adoecimento: o vazio, o tédio e a apatia.

O primeiro tipo de adoecimento existencial é o vazio. Esse vazio vem quando o homem confronta a si mesmo com a realidade e percebe a falta de perspectiva de vida.

A segunda forma de adoecimento existencial é o tédio. A sociedade capitalista privilegia o consumo e transforma as pessoas em mercadoria, pois as pessoas só são reconhecidas enquanto forem consumidores e se tornarem consumíveis.

A terceira forma de adoecimento existencial é a apatia. No caso da apatia, são as emoções desagradáveis que se evidenciam indicando desinteresse, frieza, insensibilidade emocional, falta de ânimo, de energia. Reflete a falta de investimento emocional no que se faz, no que se engaja.

O adoecimento existencial reflete diretamente na qualidade da existência, e suas consequências serão diretamente proporcionais à intensidade desse adoecimento.

Espaço existencial e a qualidade da existência

A associação entre a qualidade do habitar e o lugar que habita foi descrita anteriormente, destacando-se que o destino da pessoa é influenciado pelo lugar que ela habita. Para entender melhor essa relação, vamos esclarecer os conceitos de lugar, espaço existencial e existência, para avaliar a relação entre esses componentes e a influência deles na qualidade da existência das pessoas.

Pires (2011) em sua tese “O espaço existencial e a arquitetura: contribuições de Norberg-Schulz”, traz as contribuições desse autor para o ensino da arquitetura. Ela afirma que os lugares da arquitetura são fenômenos concretos e afetam o ser e o corpo humano em sua totalidade. Citando Norberg-Schulz, a autora considera que cada lugar da terra tem um espírito e um sentido próprio, e que o espaço tem uma dimensão existencial. Nessa definição, a autora dá ao lugar uma concretude, isto é, uma localização geográfica,



em que o ser humano e o seu corpo são afetados. Associa também ao lugar uma dimensão subjetiva, vinculada a um sentido próprio e agrega ao espaço (geográfico) uma dimensão existencial. A autora diferencia lugares e espaços, classificando o espaço em que a vida ocorre como lugar.

A referência relacional entre o homem e o espaço acaba por surgir partindo da relação entre lugares e espaços e entre espaço e espaço. Na relação entre o homem e o espaço, o espaço é usufruído pelo homem, pelo seu deambular por entre as suas passagens de um lado para o outro. (Pires, 2011. p. 49)

Ainda sobre o conceito de lugar, a autora, baseando-se, ainda, em Norberg-Schulz, atribui a ele também uma característica personalizada, individualizada, associando com as vivências particulares do indivíduo:

O lugar é, segundo o autor, parte integrante da existência humana.

O termo lugar é claramente mais que uma localização abstrata. As sensações das texturas, formas substâncias, modos construtivos, cores, são determinantes para a definição de um carácter envolvente, e acaba por ser a essência do lugar...Nesta ordem de ideias, todas as cidades e as casas constituem um conjunto de lugares particulares.

(Pires, 2011. p. 51)

Associando essas definições, a autora reafirma a espacialidade da existência que se desenvolve em um espaço humano, condicionado pelo habitar, "...a existência é espacial –, e o carácter existencial do espaço humano – habitar é a propriedade essencial da existência." (Pires, 2011. p. 56)

A autora inicia a definição de um conceito de espaço existencial baseando-se em Heidegger, a saber: "O significado do espaço existencial tem raízes mais fundas, sendo elas determinadas por estruturas do nosso ser-no-mundo, tal como analisado por Heidegger no seu trabalho sobre Ser e Tempo, de 1926." (Pires, 2011. p. 50)

Outros autores são utilizados por Pires (2011) para compor o conceito de espaço existencial, entre eles Merleau Ponty:

Dissemos que o espaço é existencial; poderíamos dizer da mesma maneira que a existência é espacial, quer dizer, que por uma necessidade interior ela se abre a um “fora”, a tal ponto que se pode falar de um espaço mental e de um mundo de significações e dos objetos de pensamento que nelas se constituem. (Pires, 2011. p. 55)

E, ainda, Bollnow:

O espaço existencial foi definido pelo autor como um sistema (...) estável de esquemas perceptivos ou imagens do ambiente envolvente. Diz que o espaço existencial tem um “carácter objetivo”. ...é durante a infância que a ideia de mundo é estruturada, e que se desenvolvem noções de espaço. (Pires, 2011, p. 56)

Todos esses conceitos têm em comum a característica do espaço existencial associado à relação que o homem estabelece com o mundo e ao seu deslocamento (abrir-se para fora) por esse mundo, seja mental ou fisicamente, tendo uma componente subjetiva, pois está submetido às percepções e significações de cada indivíduo.

Associando os conceitos de espaço existencial e lugar Pires (2011) afirma que “Um lugar implica que haja um interior e um exterior, e o espaço existencial é composto por diversos lugares.” (Pires, 2011. p. 58)

Ampliando suas associações, a autora ainda traz o conceito de região como uma tentativa de delimitar o espaço existencial: “As regiões podem ser definidas por um terreno sem ser estruturado, onde aparecem de forma destacada os caminhos e os lugares. É uma espécie de unificação do espaço existencial.” (Pires, 2011. p. 59)

E assim como em habitar, a autora associa o conceito de espaço

existencial à relação do homem com o espaço em que vive, como resultado da sua interação ou influência recíproca com este ambiente, subordinado aos significados que ele confere a cada um dos elementos desse espaço e, ao mesmo tempo, sujeito às características desse ambiente “que deve compreender e aceitar.” (Pires, 2011. p. 61)

Condições de habitar e Crescimento existencial

Conforme dito anteriormente, “habitar” é a propriedade essencial da existência, sendo influenciado pelas condições socioeconômicas que podem interferir na realização ou autorrealização de algumas das estruturas existenciais e ao fato de que o destino das pessoas está intimamente relacionado com o lugar que habita. Considerando que uma existência de qualidade é aquela que permite ao ser humano estar sempre em movimento, direcionado a realizar essas possibilidades em função de suas escolhas, pode-se inferir que a qualidade da existência está associada diretamente às condições que o local habitado oferece a essa existência.

Relembrando de Giovanetti (2018) as características de uma existência de qualidade e do adoecimento existencial, vamos avaliar as condições de uma existência em um local sem disponibilidade de energia elétrica. Esses lugares são zonas rurais, de difícil acesso, como mencionado por Cavalcante (2013)

Entretanto, ainda existem muitas localidades brasileiras, principalmente no meio rural, onde não existe o fornecimento desse tipo de energia, dificultando, assim, o acesso a diversos bens e serviços, segregando os indivíduos, sobretudo, com base em suas desigualdades. (Cavalcante, 2013, p.63)

É importante ressaltar que a vida da população nesses locais é marcada pela pobreza conforme ressalta Matosinhos et al. (2019)

“Quanto à redução da pobreza, considerando-a como o baixo alcance de

condições sociais básicas (como nutrição, educação e saúde), Kanagawa e Nakata (2008) consideram o acesso à energia como uma das muitas maneiras de se promover oportunidades de atingir um patamar básico de condições essenciais.” (Matosinhos et al, 2019, p. 607).

Viver sem energia elétrica é literalmente viver sem luz. A dificuldade de acesso a serviços essenciais e a energia elétrica dificulta também a percepção de existência dessas pessoas, assemelhando-as à classe de seres virtuais, descritas por Lapoujade, considerando o histórico de serem ignorados socialmente como ressalta Cavalcante (2013)

“Por meio da atuação na dinâmica da universalização do acesso à energia elétrica, o Poder Público tem por escopo promover o processo de construção da cidadania e o fim da exclusão social.” (Cavalcante, 2013, p. 82)

A seguir apresenta-se uma descrição sucinta das condições de vida em uma localidade rural, sem acesso a energia elétrica e outros serviços. Essas condições poderiam ser identificadas em municípios da região Norte do Brasil ou em Brás Pires, na zona da Mata Mineira. Neste sentido, oferecer condições de inclusão pela presença da energia elétrica é habitar o mundo e literal e metaforicamente minimizar uma vida no escuro.

Uma Vida no Escuro

A casa é pequena, feita de barro ou até de alvenaria. São poucos cômodos, um quarto, sala, cozinha. O banheiro é do lado de fora, sistema de fossa. Água encanada não existe – em algumas situações, precisa ser trazida de longe, em vasilhames equilibrados na cabeça, ou empilhados em carrinho de mão. Alguns casebres contam com uma bomba d’água movida a diesel, mas é luxo com que poucos podem arcar. O sustento da família vem da agricultura de subsistência, que fica prejudicada pelo acesso dificultado à água.

2. Energia elétrica como fator de crescimento existencial

Ana Lucia Dias Goddard Araújo e Maria Madalena Magnabosco

O acesso à educação também é restrito, a escola só funciona durante o dia e não possui equipamentos eletrônicos. A noite chega, e o cheiro de que-rosene, álcool e, em alguns casos, diesel, inunda o local, quando são acesos os lâmpões para iluminar o ambiente. A fumaça incomoda e dificulta a visão das faces e expressões das pessoas. Não existe geladeira, não é possível armazenar alimentos. Não existe televisão, nem telefone, nem celular, as informações não chegam a esses lugares. Os serviços de casa são feitos somente durante o dia, para aproveitar a luz solar. Os filhos, quando crescem, vão embora em busca de emprego. Existem poucas oportunidades de emprego e estas são de baixa qualidade. A maioria dessas famílias depende de ajuda governamental para alimentação e sobrevivência. E a qualidade dessa existência?

Pensando nos tipos de adoecimento existencial descritos por Giovanetti (2018), temos:

O vazio. A casa localizada em meio rural, em que não há disponibilidade de energia elétrica, é um ambiente em que as necessidades básicas não são atendidas adequadamente. Não é possível armazenar alimentos, o acesso à água é dificultado ou restrito, e o acesso a informações é quase inexistente, pois não há TV, nem rádio, nem celular. A escola tem poucos recursos, e o acesso a comércio e hospitais é dificultado pela distância e pela baixa condição financeira. As infinitas possibilidades (quantidade) de existência ficam reduzidas, afetadas pelas condições, ou a falta delas, que o local oferece. Talvez seja mais justo falar em possibilidades infinitas (qualidade), pois a existência é possível, até duradoura, em condições mínimas, e a falta de perspectivas, de mudanças, está presente. As pessoas não conhecem seus direitos, nem outras formas de vida, têm dificuldade de sonhar, de pensar em uma existência melhor.

O tédio. As condições descritas acima colocam essas pessoas à margem da sociedade. Elas não têm recursos para consumir e não são reconhecidas como consumidores. Por não participarem dessa dinâmica, não são consumíveis, não são vistos. O tédio, nesse contexto, aparece não somente

pela invisibilidade, mas também pela vida repetitiva, no sentido de que a falta de perspectiva leva à repetição da possibilidade de vida. O tédio também aparece pela falta de contato com o mundo exterior, sem acesso a rádio, TV, telefone.

A apatia. Ainda considerando as condições descritas acima, a falta de perspectivas a elas associadas, seja pela condição financeira restrita e, mais ainda, pela falta de informação e conhecimento de direitos ou recursos disponíveis, reduzem o envolvimento emocional das pessoas, contribuindo para uma condição de aceitação dessa forma de vida como única possibilidade. A busca pela sobrevivência é a motivação e, ao mesmo tempo, o limitador, pois reduz o horizonte de possibilidades de existência de maior qualidade.

Crescimento Existencial

Em seu livro “As Existências Mínimas”, David Lapoujade (2017) retrata os diferentes modos de existência presentes no mundo, identificados pelo filósofo Étienne Souriau, destacando a classe dos seres virtuais. Ainda segundo Lapoujade (2017) os virtuais têm uma maneira própria de existir, mas carecem de realidade, isto é, eles precisam encontrar o seu lugar no mundo real, lugar aqui entendido como espaço que permite um habitar:

Tudo se resume a isso: tornar-se real. E tornar-se real é tornar-se legítimo, e ver sua existência corroborada, consolidada, sustentada no próprio ser. Sabemos que a melhor maneira de solapar uma existência é fazer de conta que ela não tem nenhuma realidade. Nem mesmo se dar ao trabalho de negar, apenas ignorar. Nesse sentido, fazer existir é sempre fazer existir contra uma ignorância ou um desprezo. (Lapoujade, 2017, p. 91)

Lapoujade defende que sejamos “advogados”, isto é, alguém que defenda as existências virtuais para fazer com que existam mais, que tenham mais

realidade, tenham o direito de existirem com mais intensidade, de ocuparem legitimamente um lugar neste mundo.

Conforme dito anteriormente, pensando na existência das pessoas que vivem em áreas isoladas, sem acesso à energia elétrica, é possível associá-las à classe dos seres virtuais, indicada por Lapoujade, pois elas têm sido mais que negadas, literalmente, ignoradas. Quantos de nós pensamos nessa existência? Dessa forma, é possível inferir que a qualidade dessa existência é prejudicada, e a falta da energia elétrica dificulta ainda mais trazer essa existência para a realidade. E ampliando esse raciocínio, pode-se indicar a energia elétrica como fator de fundamentação para essa existência. Segundo Lapoujade (2017):

Fundamentar é reconduzir todos os seres para uma fonte preexistente, doadora de verdade ou de inteligibilidade, assim como o sol é fonte de luz. Em si mesmo, um fundamento não é nem verdadeiro nem inteligível, é mais do que isso, visto que é a fonte de toda verdade e de toda inteligibilidade. Sob esse aspecto, é inseparável de uma forma imposta aquilo que ele fundamenta. Ter fundamento é submeter seu pensamento, seu julgamento, seus enunciados à forma do verdadeiro ou do inteligível. (Lapoujade, 2017, p. 87)

A escolha de associar a disponibilidade de energia elétrica para essas existências como “fundamento” é intencional. Explico: A oferta de energia elétrica tem condições pré-existentes para ser disponibilizada, condições técnicas, legislação específica, classificações pré-definidas de padrões de fornecimento e de consumo. Ela tem condições pré-existentes para ser disponibilizada, e o indivíduo deve aceitar e se submeter a essas condições para receber esse serviço. Ele deve submeter seu pensamento, seu julgamento, seus enunciados à forma do verdadeiro ou do inteligível, preexistente no fundamento, isto é, predefinidos para ter acesso à energia elétrica. Não por acaso, os indivíduos que têm acesso à energia elétrica são chamados de “consumidores”, e consumir é condição exigida para fazer parte da sociedade.

A partir do momento em que a energia elétrica é disponibilizada, e a existência fundamentada, é que é possível construir a instauração de uma nova existência. De acordo com Lapoujade (2017):

Em que instaurar se distingue de fundamentar? O fundamento preexiste de direito ao ato que, no entanto, o coloca; ele é exterior ou superior àquilo que fundamenta, enquanto a instauração é imanente àquilo que instaura. *A instauração só se sustenta com seu próprio gesto, nada preexiste a ela* – daí a filosofia dos “gestos” de Souriau. Ou seja, fundamentar é fazer preexistir, enquanto instaurar é fazer existir, mas fazer existir de certa maneira – a cada vez (re)inventada. (Lapoujade, 2017, p.87)

PROGRAMA LUZ PARA TODOS

O texto do título “Uma Vida no Escuro” descreveu, de acordo com o censo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, no ano 2000, cerca de dois milhões de domicílios rurais sem acesso à energia elétrica. Aproximadamente, dez milhões de brasileiros (6% da população) viviam no meio rural, sem acesso a esse serviço público, e cerca de 90% dessas famílias possuíam renda mensal inferior a três salários-mínimos. Eram existências adoecidas, habitando espaços que comprometiam a sua possibilidade de crescimento existencial, necessitando de fundamentação para que pudessem se instaurar e ampliar esse espaço existencial e a qualidade da existência. Foi com esse cenário que o governo brasileiro decidiu lançar o Programa Luz Para Todos - PLT.

O Programa Luz para Todos teve início em 2003 e foi concebido como instrumento de desenvolvimento e inclusão social. O PLT, de acordo com dados de abril de 2018, atendeu a 3.405.169 famílias, cerca de 16,2 milhões de moradores rurais de todo o Brasil. Em 2020, os investimentos totalizaram R\$ 28,51 bilhões, ampliando o resultado para mais de 3,5 milhões de

2. Energia elétrica como fator de crescimento existencial

Ana Lucia Dias Goddard Araújo e Maria Madalena Magnabosco

ligações no âmbito do programa, beneficiando 16,9 milhões de pessoas no meio rural brasileiro. Visando o atendimento com energia elétrica à parcela restante da população do meio rural, que ainda não foi contemplada, esse programa foi prorrogado até o final de 2022. A energia elétrica é fundamental para a melhoria da qualidade de vida das comunidades e, ainda, atua como vetor de desenvolvimento social e econômico, conforme destacado no site da Eletrobrás:

Além de levar energia elétrica à população que ainda não tem acesso a esse serviço público fundamental para a melhoria da qualidade de vida das comunidades, o Programa Luz para Todos (LPT) oferece soluções para a sua utilização como vetor de desenvolvimento social e econômico:

- Contribui para a redução da pobreza e o aumento da renda familiar;
- Facilita a integração aos serviços públicos e aos programas sociais do governo federal;
- Permite a melhoria do abastecimento de água, do saneamento básico, da saúde e da educação, fortalecendo o capital social das comunidades;
- Possibilita a aquisição de eletrodomésticos e outros equipamentos elétricos para uso no meio rural pelas famílias;
- Gera empregos, com o uso de mão de obra local e aplicação de materiais e equipamentos nacionais; e
- Favorece a permanência das pessoas no campo, com a melhoria da qualidade de vida. (Eletrobrás, 2021)

É importante ressaltar que os benefícios imediatos da eletrificação rural são percebidos no conforto, comunicação e facilidade dos afazeres domésticos, conforme ressalta Matosinhos (2017) em seu estudo referente à percepção de

famílias rurais sobre os efeitos do Programa Luz para Todos, realizado em municípios de Minas Gerais.

Percebeu-se claramente na fala dos moradores, uníssonos ao responderem que a existência de energia elétrica influenciava nos afazeres domésticos de seus domicílios, a importância da iluminação elétrica e do uso destes aparelhos para a promoção de conforto, facilidade nas tarefas diárias e na comunicação com tudo o que se encontra além do rural. (Matosinhos, 2017, p. 61)

E ainda, em seu outro estudo:

Sobre o desenvolvimento socioeconômico, pode-se concluir que ele foi percebido por todos os entrevistados após o Programa Luz para Todos ter possibilitado o acesso à energia elétrica. Em seus relatos, habitantes dos três municípios destacaram melhorias percebidas em suas vidas, relacionando-as a questões sociais e/ou econômicas. (Matosinhos et al., 2019, p. 621)

Cardoso, Oliveira e Silva (2013), em seu estudo *Eletrificação Rural e Desenvolvimento Local – Uma Análise do Programa Luz Para Todos* também corroboram os resultados apresentados por Matosinhos et al. (2019):

Este resultado pode ser compreendido como sendo o reflexo de umas das metas do Programa Luz Para Todos, que é perceber a energia elétrica como um fator indutor para que a população tenha acesso aos outros benefícios, como: emprego, saúde, educação, segurança, moradia etc. (Cardoso et al., 2013, p. 131)

A geração de empregos, a melhoria da condição financeira para aquisição de bens e equipamentos elétricos, além da disponibilização dos serviços públicos de educação, abastecimento de água e saúde necessitam de uma temporalidade maior para ocorrerem, pois dependem de outros investimentos.

Uma forma de antecipar essa possibilidade é associar outros programas governamentais ao Programa Luz para todos, conforme defendido por Cardoso, Oliveira e Silva (2013):

Como nem todos os problemas regionais encontram-se isolados, e sim por meio de uma constelação de forças que agem de algum modo para que as regiões continuem estagnadas, os achados da investigação nos levam a concluir que é necessária a integração entre o Programa Luz Para Todos e outros programas sociais – por exemplo, o Bolsa Família, o Tarifa Social de Energia Elétrica e o Programa Nacional de Fortalecimento da Agricultura Familiar (Pronaf), uma vez que essa poderia ser uma alternativa para assegurar que o acesso à eletrificação rural de fato representasse uma melhoria significativa na qualidade de vida das famílias beneficiadas. (Cardoso et al., 2013, p. 136).

Matosinhos et al. (2019) também defende a ideia de associar o PLT a outros programas sociais do Governo Federal, dizendo: “Ressalta-se, porém, que os resultados observados poderiam ser potencializados caso outras políticas governamentais atuassem de forma complementar à eletrificação rural.” (Matosinhos et al., 2019, p. 622).

Independentemente da temporalidade, todos esses aspectos contribuem para a melhoria da qualidade de vida dessas pessoas, conforme afirma Matosinhos et al.(2019):

Como principais contribuições dos resultados aqui encontrados, têm-se a indicação de que para as famílias beneficiárias analisadas, o acesso à energia elétrica – via PLT – contribuiu, de fato, para a melhoria de suas condições de vida, indo ao encontro do objetivo traçado pelo Governo quando da elaboração do Programa. (Matosinhos et al., 2019, p. 621)

Outro aspecto importante é destacado por Cavalcante (2013) em seu artigo *O acesso à energia elétrica no Brasil sob a ótica do desenvolvimento como liberdade*, em que afirma:

A fundamentalidade do acesso à energia elétrica conecta-se também a elementos importantes, tais como a dignidade humana, a liberdade e a concretização de direitos fundamentais variados, tais como o direito à educação, à saúde, à moradia e ao lazer. As possibilidades que se abrem a partir do amplo acesso à energia elétrica permitem aos indivíduos o exercício de uma vida mais digna, ao mesmo tempo em que a liberdade de escolha que deriva do mencionado acesso é o caminho para o alcance da dignidade e do desenvolvimento. (Cavalcante, 2013, p. 58)

Considerando as evidências apresentadas anteriormente, referendadas pelos autores Cavalcante (2013), Matosinhos (2017), Matosinhos et al (2019) e Cardoso et al (2013) pode-se afirmar que a disponibilidade de energia elétrica interfere na qualidade de vida das pessoas de forma positiva, ampliando o acesso à educação, à saúde, à informação, além de proporcionar maior conforto na moradia, ampliar possibilidades de lazer e que, dessa forma, o habitar se torna mais real, pode-se inferir que a disponibilização desse recurso contribui de forma sistemática para ampliar a qualidade da existência e aumentar a possibilidade de crescimento existencial dos indivíduos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A nossa forma de ser-no-mundo define as relações e significados que damos a esse mundo, ao mesmo tempo, impactando e sendo impactado por ele. Habitar esse mundo indica a necessidade de um lugar para que a vida ocorra. O homem, ao longo de sua vida, tem a possibilidade de habitar vários lugares, à medida que se desloca geograficamente no mundo. Esse deslocamento amplia o espaço existencial.

A qualidade dessa existência está diretamente associada às características que o lugar oferece, que, dependendo dos recursos, pode proporcionar uma existência de boa ou má qualidade, impactando no crescimento existencial de cada indivíduo.

Um dos principais insumos que influenciam na qualidade da existência é a energia elétrica. Ela é primordial para que o acesso à educação, saúde, segurança, saneamento básico, entre outros, seja disponibilizado à população. “Pode-se duvidar da realidade de certas existências, mas não dos fatos, pois eles têm uma eficácia, eles mudam algo no modo de existência dos seres.” (Pelbart, 2013, p. 252)

O programa Luz para Todos evidencia, com seus resultados, que a disponibilidade de energia elétrica impacta diretamente na qualidade de vida das pessoas, ampliando as suas possibilidades de existência, contribuindo para o crescimento existencial. É importante ressaltar que a associação da disponibilidade de energia elétrica com outros programas governamentais ou ações que permitam ampliar a renda da população proporcionam impactos ainda mais positivos na qualidade de vida das pessoas. Lapoujade (2017) defende a necessidade de sermos “advogados” para fazer com que as classes virtuais existam mais, que tenham “mais” realidade, pelo direito de existirem com “mais” intensidade, entendendo que todos nós podemos exercer essa função à medida que contribuímos para que as populações marginais e excluídas tenham acesso a recursos que aumentem a qualidade de vida e ampliem as possibilidades de crescimento existencial.

REFERÊNCIAS

BRAGA, Tatiana Benevides Magalhães, Goto, Tommy Akira, & Monteiro, Luiz Paulo Cobra. (2017). Ambiente enquanto fenômeno: ensino de arquitetura na perspectiva fenomenológica. *Revista do*

2. Energia elétrica como fator de crescimento existencial

Ana Lucia Dias Goddard Araújo e Maria Madalena Magnabosco

NUFEN, 9(2), 24-41. Recuperado em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912017000200003&lng=pt&tlng=pt em 20 de janeiro de 2021.

CARDOSO, B. F., Oliveira, T. J. A. de, & Silva, M. A. da R. (2013). Eletrificação Rural e Desenvolvimento Regional: uma Análise do Programa Luz para Todos. *Desenvolvimento Em Questão*, 11(22), 117–138. <https://doi.org/10.21527/2237-6453.2013.22.117-138>

CAVALCANTE, H. P. Marinho (2013). O acesso à energia elétrica no Brasil sob a ótica do desenvolvimento como liberdade. *Revista de Direito Econômico e Socioambiental*, 4(2), 58-86. doi:<https://doi.org/10.7213/rev.dir.econ.socioambienta.04.002.AO04>

GIOVANETTI, José Paulo (2017). *Psicoterapia fenomenológico-existencial*, Rio de Janeiro: Via Verita.

GIOVANETTI, José Paulo (2018). *Psicoterapia Antropológica*, Belo Horizonte: SPES Editora.

GIOVANETTI, José Paulo (2019). O adoecimento existencial no século XXI. In: Cardoso, C. L. e Giovanetti, J. P. (orgs.). *Sofrimento humano e cuidado terapêutico*. (pp. 47-74) Belo Horizonte: Artesã Editora.

HEIDEGGER, Martin. (1954). [Bauen, Wohnen, Denken] (1951) conferência pronunciada por ocasião da “Segunda Reunião de Darmstadt”, publicada em *Vortäge und Aufsätze*, G. Neske, Pfullingen, 1954. Tradução de Marcia Sá Cavalcante Schuback. Recuperado em <https://filosofiaepatrimonio.files.wordpress.com/2017/03/martin-heidegger-construir-habitar-pensar.pdf> em 20 de janeiro de 2021.

LAPOUJADE, David (2017). *As existências mínimas*. São Paulo: n-1 Edições.

2. Energia elétrica como fator de crescimento existencial

Ana Lucia Dias Goddard Araújo e Maria Madalena Magnabosco

MATOSINHOS, Livia Aladim (2017). *Universalização do acesso à energia elétrica: uma análise em municípios mineiros*. (85 f.) Dissertação (Mestrado em Extensão Rural) - Universidade Federal de Viçosa, Viçosa.

MATOSINHOS, L. A., Ferreira, M. A. M., Campos, A. P. T. de, & Lavorato, M. P. (2019). A percepção de famílias rurais sobre os efeitos do Programa Luz para Todos. *DRd - Desenvolvimento Regional Em Debate*, 9, 604–624. <https://doi.org/10.24302/drd.v9i0.2210>

MILLEN, João Bosco de Camargo (2019). *Construir, Habitar, Pensar: Uma Proposta de (re)Leitura*. (pp. 119-142) São Paulo: Poliética., v. 7, nº. 2. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.23925/2318-3160.2019v7i2a7> em 25 de janeiro de 2021.

PELBART, P. P. (2019). Por uma arte de instaurar Modos de Existência. In: PELBART, P. P. *O avesso do Nihilismo: cartografias do esgotamento*. (pp 391-419) São Paulo: n-1 Edições.

PIRES, Sara Nunes (2011). *O espaço existencial e a arquitectura – contribuições de Norberg-Schulz*. Dissertação apresentada à Universidade da Beira Interior para a obtenção do grau de mestre em Arquitectura. (87 f.) Portugal: Covilhã. <http://hdl.handle.net/10400.6/2340>

REIS, Elisabete Rodrigues dos (2017). *Lugar do Sentido*. (pp.109-123) Belém, 9(2), mai. – ago.

CONSTITUIÇÃO da república federativa do brasil de 1988, Recuperado de: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm em 25 de fevereiro de 2021.

DECLARAÇÃO universal dos direitos humanos de 1948, Recuperado de: <https://brasil.un.org/pt-br/91601-declaracao-universal-dos-direitos-humanos> em 25 de fevereiro de 2021

2. Energia elétrica como fator de crescimento existencial

Ana Lucia Dias Goddard Araújo e Maria Madalena Magnabosco

PROGRAMA de Eletrificação Rural, Recuperado de: https://www.mme.gov.br/luzparatodos/Asp/o_programa.asp em 06 de julho de 2021.

ELETROBRÁS – Programa Luz para Todos, Recuperado de: <https://eletrobras.com/pt/Paginas/Luz-para-Todos.aspx> em 20 de julho de 2021.

3. AS RELAÇÕES DE DESAMOR NO ÂMBITO FAMILIAR E O SEU IMPACTO NA CONSTITUIÇÃO DA AUTOESTIMA

Joyce Esteves Garbazza

José Paulo Giovanetti

Observando que várias pessoas que iniciavam o processo terapêutico comigo relataram experiências de baixa autoestima, ansiedade, frustração em relacionamentos amorosos e conflitos familiares, eu fiquei me perguntando como essas queixas se relacionavam e se as relações familiares poderiam impactar na autoestima e contribuir para vivências de baixa autoestima, desamor consigo e envolvimento em relacionamentos esvaziados de sentido e com grande dependência emocional. Buscando uma compreensão fenomenológica existencial sobre as dúvidas que me atravessavam, recorri a autores que já falaram sobre os temas que percebi no consultório. Por meio da revisão bibliográfica, “que tem como objetivo iluminar o caminho a ser seguido pelo pesquisador, desde a definição do problema, até a interpretação dos resultados” (ALVES-MAZZOTTI, 1992, P. 54), ajudando o pesquisador a definir melhor o seu objeto de estudo e possibilitando escolher os caminhos que vão embasar a sua pesquisa (ALVES-MAZZOTTI, 1992), foi possível começar a construir uma correlação entre as dúvidas que eu tinha e o que já havia sido estudado por outros autores. O objetivo deste trabalho foi entender como percebemos a autoestima e como construímos a percepção que temos de nós mesmos e, a partir disso, se com uma autoestima consolidada, é possível estabelecer vivência de relações mais saudáveis consigo e com os outros.

Na fenomenologia existencial, percebemos o ser humano como um ser dotado de várias possibilidades. Quando esse se lança para possibilidades de aberturas e reflexões sobre as próprias experiências, acessa novos sentidos e significados. Quanto mais esse ser compreende o que tem no mundo, mais ele percebe a si próprio. Miller (1997) reforça a importância de conhecer a nossa própria história, pois somente assim podemos perceber as nossas responsabilidades e como lidamos com as nossas culpas. Para ela, ninguém é uma coisa só, nem só vilão e nem só vítima, “mas não saberemos disso enquanto estivermos confusos e não experimentarmos nossos sentimentos, enquanto não conhecermos exatamente a nossa história” (MILLER, 1997, P. 27-28). Quando olhamos para a nossa história, mesmo as partes dolorosas em que lidamos com vergonha e culpa, é possível perceber nossas ilusões e que muitas vezes assumimos para nós responsabilidades que nem sempre nos cabem. Segundo Moraes e Morato (2011), quando pensamos no ser humano a partir da fenomenologia existencial, percebemos que ele não é uma interioridade fechada em si mesmo, mas um ser que habita e se relaciona com o mundo. É a partir do seu modo de ir sendo no mundo, que cada pessoa vai se responsabilizando por sua existência e pelas suas relações no mundo-com-outros. Ser-no-mundo significa relacionar-se com o mundo e com as coisas dele, afetando e sendo afetadas por elas. É nessa relação entre o ser, o mundo e os outros seres daqui que vamos construindo o sentido do existir.

Scodelario (2002) aponta que as nossas primeiras experiências afetivas geralmente se constituem nas nossas estruturas familiares e lembra que nem sempre as famílias experimentaram trocas afetivas em suas relações, como por exemplo, o carinho, o amor e a intimidade, que hoje são naturais em algumas famílias. Atualmente, percebemos a importância de que as famílias mantenham um espaço saudável para a demonstração de sentimentos, não apenas os que são entendidos de maneira positiva, como por exemplo os sentimentos de carinho e amor, mas também os que podem ser entendidos como negativos, como por exemplo a raiva e o medo, pois quando a família trabalha

bem os seus sentimentos, vivenciam mais possibilidades de integração. Scodelario (2002) lembra que Freud já considerava a importância da família, principalmente da relação mãe-filho, para o desenvolvimento físico, emocional e social da criança. Defendendo a importância da integração familiar, a autora esclarece que os afetos fazem parte da dinâmica familiar e unem as pessoas, mas quando não são bem trabalhados, podem ser o ponto de partida de diversos conflitos familiares. Quanto mais os membros da família têm as suas necessidades emocionais, físicas e intelectuais bem estabelecidas e realizadas, mais saudável tende ser a relação familiar (SCODELARIO, 2002). Quando isso não acontece, a percepção que cada um tem de si mesmo e também das relações pode se comprometer, afetando a maneira que essa pessoa se relaciona consigo, com o mundo e com as outras pessoas.

O mundo contemporâneo nos faz questionar a qualidade das nossas relações e a força dos nossos vínculos, uma vez que o ser humano vem atuando no mundo de maneira individualista e superficial. Percebemos que as pessoas não conseguem assumir a responsabilidade com as próprias frustrações, buscando culpados, quando as suas vontades e desejos não são realizados. De acordo com May (1991), o problema do homem moderno é o vazio. “Com isso quero dizer não só que muita gente ignora o que quer, mas também que frequentemente não tem uma ideia nítida do que sente” (MAY, 1991, p.14). Quando as pessoas conseguem falar das suas dificuldades em tomar decisões, revelam que não têm clareza dos seus próprios desejos e necessidades. Desta forma, elas se sentem vazias e sem lugar e buscam, então, em seus companheiros, o preenchimento dessa falta, desse vazio íntimo. Porém, quando os cônjuges não conseguem satisfazer as suas expectativas, as pessoas ficam ansiosas, frustradas e zangadas, como uma tentativa de aliviar o incômodo que esses sentimentos provocam. Nesse caso, elas tendem a buscar um culpado, geralmente a pessoa que não correspondeu à expectativa criada.



A IMPORTÂNCIA DA FAMÍLIA NA ORGANIZAÇÃO DA VIDA HUMANA

Quando falamos em família, Szymanski (2000) chama a atenção para a maneira que a psicologia tem pensado as famílias ao longo dos anos, uma vez que acaba reforçando a ideia de um modelo de família ideal. A autora aponta que temos a tendência, quando consideramos uma família, de pensarmos na família nuclear burguesa, que segue um modelo familiar heteronormativo composto por pai, mãe e filhos vivendo em uma mesma casa e construindo trocas de aprendizado e afeto. As famílias que não seguem esse padrão acabam sendo consideradas incompletas e desestruturadas e ainda carregam o estigma de serem responsáveis “por problemas emocionais, desvios de comportamento do tipo delinquencial e fracasso escolar” (SZYMANSKI, 2000, p. 24). Para a autora, infelizmente a psicologia ainda vem contribuindo para o reforço dessas ideias e diz que é importante rompermos com elas.

O modelo da família nuclear burguesa começou a ser construído em meados do século XVIII. Até então, as famílias não se relacionavam com a mesma intimidade e os vínculos de afetos que aprendemos a naturalizar. Com o passar dos anos e com a consolidação desse modelo mais íntimo familiar, passamos também a naturalizar a autoridade masculina, uma relação hierárquica nas famílias e, por consequência, “o mundo externo como um espaço masculino e a casa como feminino” (SZYMANSKI, 2000, p. 24). Essa é uma estrutura que já não engloba todos os modelos familiares. Escolher um único padrão como o jeito certo de ser família, considerando apenas a estrutura e desconsiderando a qualidade das inter-relações, contribui para o comprometimento da percepção que as pessoas que compõem famílias que não seguem o padrão nuclear burguês têm de si, prejudicando a autoestima das famílias e alimentando sentimentos de menos-valia dos seus membros (SZYMANSKI, 2000). Isso também provoca outros problemas sociais que o modelo patriarcal, machista e autoritário traz para toda sociedade, como a

violência doméstica, familiar, psicológica e financeira, que não serão temas desse trabalho, mas é importante citar para que a reflexão não se encerre.

Na atualidade, a maioria das famílias não se formam e nem se mantêm unidas pelas mesmas razões que se formavam e se uniam há 50 anos. Isso acontece tanto por um enfraquecimento de uma idealização do matrimônio (a ideia de que ele não pode se dissolver) quanto pelo fato de que, hoje, a maioria dos casamentos não ocupam unicamente uma função econômica e de procriação (MORAES; MORATO, 2011). Os autores reforçam que as famílias vêm passando por uma

mobilidade de organização (termo que, ao contrário de mudança, não se refere a crise), uma vez que não existiram “quebras” definitivas nesta, mas ajustamentos, tentativas e experiências de reconfiguração mais coerentes com a realidade intra e extra-familiar” (MORAES; MORATO, 2011, p. 80).

Com isso, não temos mais um único modelo de família e as famílias possuem diversas formações. Elas já não são formadas apenas por pai, mãe e irmãos e as relações familiares não seguem mais exclusivamente um padrão heteronormativo, proporcionando uma pluralidade do que é ser família.

Em muitas famílias, além dos membros que fazem parte do núcleo familiar, outras pessoas se inserem na rotina desse grupo, especialmente na rotina das crianças. A exemplo disso, temos os avós, as babás e as instituições de cuidado e educação. Esses novos membros podem acabar interferindo na formação e educação das crianças. Melo (2018) aponta que “essa nova dinâmica familiar pode trazer desconforto para pais e filhos, pois se perde um pouco da intimidade e familiaridade construída na convivência do dia a dia” (MELO, 2018, p.81). Além disso, é possível que a criança fique sem parâmetro sobre a qual adulto recorrer, já que muitos acabam ocupando um lugar de referência, tanto de cuidado, quanto de autoridade.

Uma criança que cresce em um ambiente negligente ou superprotetor tende a ter mais dificuldade de desenvolver habilidades emocionais que servirão de apoio para a expressão dos seus sentimentos. Ajudar a criança na percepção de limites é importante para o desenvolvimento dessas habilidades e eles devem ser claros e bem colocados, mas sem os impor de forma autoritária. A criança está descobrindo o mundo e, uma vez que estamos todos em constante desenvolvimento, os adultos também estão, então é possível partilhar a experiência de descoberta e aprendizado, mesmo que adultos e crianças vejam o mundo por perspectivas diferentes (MELO, 2018).

Alimentamos as esperanças de que os adultos (principalmente enquanto família e cuidadores), auxiliem as crianças no processo de descoberta do mundo. Para que esse processo siga de maneira saudável, o ideal é que seja uma construção conjunta, em que o adulto escuta e acompanha os movimentos demonstrados pela criança, orientando e apresentando suporte e outras possibilidades, quando necessário. Caso contrário, ao invés de apoio, o adulto acaba sendo uma pessoa que impõe a sua visão de mundo, de humanidade e suas expectativas sobre a criança que está cuidando. Ao discorrer sobre as relações, Laing (1977) apresenta como as expectativas que os pais têm sobre os filhos podem se tornar um peso e comprometer a percepção que esses filhos vão ter sobre si mesmos. O autor propõe que, muitas vezes, a impressão que temos sobre sermos pessoas boas ou más, que merecem ou não ser amadas, vem da relação que inicialmente construímos com os nossos pais. De acordo com ele, os pais acreditam que cabem a eles a missão de mostrar aos filhos “o caminho bom”, mas esse caminho é baseado nas crenças e valores que eles próprios acreditam. Se os filhos, porventura, não seguem as suas orientações, os pais tendem a se questionar e se perguntam o que fizeram de errado no processo de educar, gerando frustração e culpa tanto nos próprios pais quanto nos filhos. Os genitores se sentem culpados por não conseguirem direcionar os filhos para aquele que eles acreditam ser o bom caminho e, por isso, sentem que fracassaram no seu dever. Já os filhos, ao perceberem a culpa dos pais,

sentem-se culpados por gerar angústia e frustração, por terem feito escolhas que vão na contramão das expectativas que os pais inicialmente depositaram neles. As inseguranças e fragilidades na percepção de si mesmo formadas nessas primeiras relações, segundo Laing, podem acompanhar o indivíduo até a sua vida adulta e comprometer a qualidade das relações que podem vir a estabelecer.

Os pais tendem a se preocupar excessivamente com o futuro dos filhos e, infelizmente, as escolas podem alimentar ainda mais as preocupações, questionando sobre quem a criança será no futuro, se cumprirá as expectativas sociais e se serão capazes de cuidarem de si mesmas e formarem uma nova família. Segundo Melo (2018), “as escolas da atualidade brasileira se estruturam como empresas onde a competitividade fala mais alto” (MELO, 2018, p.79). Essa excessiva preocupação com o futuro compromete o presente e a criança começa a viver uma vida cheia de normas e regras, com tudo muito rígido e estabelecido sobre o que se espera dela, “com tantos afazeres que não sobra tempo para o “ócio criativo”” (MELO, 2018, p.79). Melo (2018), quando fala da infância, aponta a dificuldade que a criança tem para encontrar um espaço para ser ela mesma, uma vez que tudo já foi determinado. O que é ainda alimentado por diversos estudos sobre o desenvolvimento infantil se caracterizam por perceberem as crianças como um ser incompleto, incapazes de compreender, escolher e se responsabilizar. Dessa forma, cabe aos adultos fazerem escolhas, até que a criança cresça, se torne adulta e possa, enfim, fazer as próprias escolhas. O problema dessa percepção sobre as crianças é que elas, ao irem crescendo, tendem a encontrar dificuldade de reconhecerem quem são e quem querem ser, já que precisam que os outros confirmem isso para ela. O olhar que se dirige para uma criança é sobre o que ela pode ser e, para isso, ela deve deixar de ser quem já é. Dessa forma:

A criança teria que se modificar para se transformar em alguém – pessoa, ser humano, adulto –, segundo o modelo já constituído. Em

torno de tal ideal, a criança é compreendida pelo que **ainda não é** ou **terá que deixar de ser**, ressaltando-se o que nela ainda não se pode ver (CYTRYNOWICZ, 2018 [recurso eletrônico]).

Convidando a olhar para criança de outra maneira, Cytrynowicz (2018) recorre a Boss (1971) para falar da incompletude como condição humana. Assim, a criança vivencia o seu “ainda não”. O ser humano nasce, cresce, envelhece e morre sem saber tudo; chega em um mundo que já existia e morre deixando um mundo que continua após a sua morte. Dessa forma, para a autora, “o adulto não é mais completo do que a criança. Assim também, a condição fundamental do morrer humano está tão próxima do adulto como da criança” (CYTRYNOWICZ, 2018). Sobre os pais, recai o dever de proteger os filhos, para que eles não sejam consumidos por esse mundo que já existia, e também o dever de proteger o mundo desse ser que chega. Esse duplo cuidado permite que a criança aprenda a respeitar os próprios limites e o dos outros, bem como entender que ela é responsável pela continuidade do mundo (CYTRYNOWICZ, 2018). A partir disso, podemos perceber que é na vivência familiar que a criança vai aprender sobre si mesma e sobre o mundo, por isso é tão importante observar a qualidade dessas relações, uma vez que podem afetar toda a vida do indivíduo.

A AFETIVIDADE E AS RELAÇÕES DE DESAMOR

Os afetos, de acordo com Giovanetti (2015), são responsáveis por trazer uma experiência diferenciada para nossa vida. É a partir deles que podemos apreciar a vida. Nossas ações, segundo ele, não são, em grande maioria, orientadas pela razão, mas por afetos que se destacam e muitas vezes nos dominam. “A afetividade tem um papel determinante na estruturação do psíquico da vida humana” (GIOVANETTI, 2015, p.3). É a partir da interação do ser humano com o mundo e com os outros seres humanos e da “vivência do aspecto de transcendência, seja ela religiosa ou não” (GIOVANETTI, 2015, p.3), que

vamos desenvolver a nossa estrutura psíquica. As nossas primeiras experiências afetivas geralmente se constituem nas nossas estruturas familiares e, por isso, as famílias acabam ocupando, no imaginário social, um lugar de cuidado, proteção e pertencimento. Existe uma expectativa social de que a família será um espaço que proverá segurança, alimentação, cuidados físicos e emocionais, além de apresentar às crianças que compõem o núcleo familiar normas sociais e culturais. No entanto, não podemos esquecer, conforme afirmou Carvalho (2000), que “estas expectativas são possibilidades e não garantias. A família vive num dado contexto que pode ser fortalecedor ou esfacelador de suas possibilidades e potencialidades” (CARVALHO, 2000, p.13). Seguindo essa perspectiva, Alice Miller (1997) discorre sobre como a família pode ocupar um lugar prejudicial na formação da criança, através de atitudes que às vezes são naturalizadas no convívio social, mas que podem ter uma ressonância avassaladora na criança e que podem gerar marcas por toda vida.

Toda experiência, seja ela positiva ou negativa, vai gerar uma ressonância. A ressonância pode ser explicada como o impacto que a vivência de uma experiência causa em cada pessoa. É como absorvermos a realidade externa e o impacto que a absorção dessa experiência tem internamente. Então, diante de uma mesma situação, cada um vai assimilar de uma maneira (GIOVANETTI, 2015). Partindo dessa ideia, podemos concluir que é por isso que mesmo irmãos gêmeos percebem de modo diferente aspectos da sua infância. Eles podem ser afetados de formas diferentes, mesmo que vivam a mesma situação simultaneamente, ou seja, apesar de ser a mesma experiência, há uma ressonância diferente em cada um deles. Ao citar Lima Vaz (1991), Giovanetti (2015) explica que a captação dessa realidade externa e a maneira que sentimos no nosso interior (ressonância) “se edificam sobre dois grandes eixos: o imaginário e afetivo ou o eixo da representação e o eixo da pulsão” (LIMA VAZ, 1991, p.188 apud GIOVANETTI, 2015, p.3). Então, segundo Giovanetti, “a representação é como nós captamos o mundo sem analisá-lo. É pela percepção que entramos em contato com a realidade. Essa realidade provoca

em nós uma ressonância: o impacto subjetivo” (GIOVANETTI, 2015, p.4), a ressonância é a nossa capacidade de sermos afetados por algo ou alguém. A articulação entre o real e subjetivo é importante para a nossa saúde psicológica.

É através dos afetos que vamos desenhando os sentidos para vida. Giovanetti (2015) defende que a afetividade pode ser expressa, principalmente, por quatro formas: “as vivências de prazer e desprazer, as emoções, os sentimentos e os estados de ânimos” (GIOVANETTI, 2015, p.7). Não há uma hierarquia de importância sobre como registramos a afetividade, mas cada registro carrega a sua complexidade e características. O prazer é importante para o ser humano como uma maneira de aproveitar a vida. No entanto, como as pessoas vêm construindo uma vida cada vez mais individualista, com vivências de prazer superficiais, elas acabam construindo relações frágeis que contribuem para a objetificação do outro e o isolamento de si mesmo. Dessa forma, os outros ficam completamente desprovidos de valor e sentido. A única preocupação é consigo e as relações, por serem superficiais, só se mantêm por prazer, que geralmente são sexuais (GIOVANETTI, 2019). Quando pensamos no prazer como uma maneira de registrar a afetividade, é fundamental considerar que há outras formas de vivenciar o prazer para além do sensorial e sexual. Um exemplo disso é o prazer de ajudar alguém. Pessoas que ajudam com distribuição de comidas à população em situação de rua, por exemplo, vivenciam a experiência de doar o seu tempo e atenção e podem sentir prazer por saberem que contribuíram positivamente na vida de alguém.

A emoção é outra maneira de registro da afetividade. Destaca-se por ser menos duradoura, principalmente se comparada aos sentimentos. As emoções vão se apresentar no nível biológico, “surge precisamente quando não há distanciamento entre a percepção-representação do objeto e o objeto mesmo desejado ou temido” (RUDIO, Alfonso Garcia 1993, p.46 apud GIOVANETTI, 2015, p.8). Os sentimentos já são mais duradouros e não se modificam conforme interagimos com o ambiente/situação, como é o caso das emoções,

ou seja, vão existir sentimentos, mesmo que não estejamos diante do objeto que os desperta. É importante ressaltar que essa é uma comparação didática, ainda que a façamos, pois tanto as emoções quanto os sentimentos são registros da afetividade. Portanto, eles não ocupam um lugar de maior ou menor importância. O que os diferenciam é o impacto da ressonância que cada um deles tem em nós.

Os estados de ânimo é o quarto registro da afetividade. Eles dizem da forma que nos relacionamos e somos seres-no-mundo. Os estados de ânimo podem influenciar na intensidade que expressamos os sentimentos e emoções. “Queremos destacar que os estados de ânimo são os estados afetivos, por isso são estruturados a partir das reações diante dos acontecimentos e das pessoas” (GIOVANETTI, 2015, p.10). Apesar de nem todos os autores concordarem, Giovanetti (2015) defende que existe diferença entre os estados de ânimo e os humores. Os humores são o que Heidegger, em *Ser e Tempo*, descreve como tonalidade afetiva: “as tonalidades afetivas possuem uma característica própria que não decorre do contato com o ambiente. É a sintonia do homem com o seu mundo. Ela mostra o modo de ser no mundo, a afinação do homem com a realidade” (GIOVANETTI, 2015, p.10). Para explicar e exemplificar a diferença entre estados de ânimo e tonalidades afetivas (humores), Giovanetti recorre a Lersch (1974), que “distingue quatro tipos fundamentais de tonalidades afetivas básicas: jovialidade (o ânimo alegre), o ânimo festivo, o humor triste (melancolia) e o humor amargo. O humor triste pode gerar um estado de ânimo que nomeamos tristeza” (LERSCH, Philipp 1974, p.270-276 apud GIOVANETTI, 2015, p.11). Então, podemos entender que o humor é uma característica afetiva da pessoa (tonalidade afetiva) e os estados de ânimo a forma com a qual ela expressa no mundo essa característica. É importante ressaltar que os humores dizem sobre a forma que a pessoa sente o mundo, mas ela pode ter um determinado humor e, ainda assim, expressar diversos sentimentos e estados de ânimo.

É por meio da afetividade que temos a oportunidade de experimentar a vida de maneira diferenciada. Se não houvesse esse impacto diferente da ressonância em cada um de nós, a vida seria igual para todos. Além disso, é por meio da afetividade que fomos capazes de nos conectar com as coisas e pessoas. Dessa forma, ela também é responsável pela construção de vínculos. “Como seres humanos, nos estruturamos a partir de nossas tendências, das vivências de nossas emoções e sentimentos” (GIOVANETTI, 2015, p.14). Podemos ter emoções e sentimentos tanto positivos quanto negativos e a forma que lidamos com cada um deles tem impacto na nossa vida e nas nossas relações. É importante compreender que o fato de ser lido como uma emoção ou sentimento negativo não significa que eles não tenham importância para nossa saúde emocional, como exemplificado por Giovanetti (2015). A expressão da raiva, por exemplo, pode ser uma forma saudável de estabelecer que o outro não atravesse limites que poderiam nos ferir. “A vida afetiva se constitui a partir de como lidamos com todas essas vivências. Uma vida afetiva rica é aquela que tem uma grande variedade de afetos com as mais diversas pessoas” (GIOVANETTI, 2015, p.14). Aos pais e educadores primários, além da educação social e cognitiva, cabe também o auxílio da educação afetiva das crianças, no sentido de que é com eles que os filhos aprendem a reconhecer e expressar os seus sentimentos. Geralmente, é nesse ambiente que as crianças começam a se expressar afetivamente. Por isso, é muito importante que os adultos que cercam essas crianças tomem cuidado para não invalidar ou minimizar o que a criança está expressando (GIOVANETTI, 2015). É importante entender como vivemos e nos expressamos afetivamente para entender como construímos e vivemos as nossas relações.

De acordo com Miller (1997), as crianças são dependentes dos pais e temem que os pais possam abandoná-las e por isso sentem a necessidade de fazer de tudo para não os perderem. Quando os pais são carentes, podem vir a construir uma relação de possessividade. Como não entendem a dependência que sentem dos filhos e temem os perder, podem construir relações

3. As relações de desamor no âmbito familiar e o seu impacto na constituição da autoestima

Joyce Esteves Garbazza e José Paulo Giovanetti

autoritárias como um alívio da ansiedade causada pelo medo da perda. Crianças que crescem em relações assim acabam, com o tempo, ficando cada vez mais atentas às demandas dos pais e sentem que cabem a elas a tarefa de suprir as expectativas deles. Em alguns casos, as crianças acabam reprimindo os seus próprios sentimentos para que a autoestima dos pais não seja ferida. Quando se tornam adultos, em processos terapêuticos, essas pessoas podem ter a oportunidade de revisitar sentimentos de abandono, carência e vários outros que foram reprimidos ao longo da sua história, o que é fundamental para que possam buscar alternativas saudáveis de lidar com impactos que eles têm na vida. É importante ressaltar que, como muitos adultos não tiveram a oportunidade de vivenciarem e amadurecerem os seus sentimentos com medo de ferir e perder os pais, eles acabam não aprendendo a expressá-los e tendem a continuarem se sentindo responsáveis pelas demandas emocionais dos outros e buscando a aprovação de si mesmos em outras relações (românticas, trabalho, amizades...) (MILLER, 1997).

Pessoas que experimentaram na sua infância sentimentos de abandono e solidão podem, quando adultas, perceberem a infância de maneira fantasiosa, criando a ilusão de que eram felizes nessa fase da vida. Se esses sentimentos não forem bem trabalhados, quando se tornarem pais, esses sujeitos podem depositar em seus filhos o desejo de suprir, através das suas crianças, a falta que veio na verdade da relação com os próprios pais (MILLER, 1997). Seguindo a mesma direção, Lise Bourbeau (2020) acredita que os seres humanos nascem com a tendência de serem si mesmos, ou seja, com a tendência de agirem de maneira natural e espontânea. Entretanto, a maioria de nós, ainda na infância, é impedida de agir dessa forma, pois logo que “ousamos ser nós mesmos, perturbamos o mundo dos adultos ou daqueles que nos são próximos. Deduzimos, portanto, que ser natural não é direito, não é correto” (BOURBEAU, 2020, p. 12). Essa percepção é muito dolorosa e muitas vezes a reação da criança é manifestada pela raiva e temos a tendência de naturalizar essas crises, denominando-as como “crises da infância” e posteriormente como



“crises da adolescência”. Infelizmente, segundo a autora, poucas crianças conseguem encontrar espaço para se desenvolverem de maneira espontânea e com a possibilidade de serem si mesmas (BOURBEAU, 2020).

Bourbeau (2020) acredita que quando somos impedidos de sermos nós mesmos, podem surgir feridas emocionais. Elas podem surgir a partir da nossa relação com os nossos pais, tanto pelas atitudes que eles têm conosco quanto pela maneira que eles lidam com as próprias feridas. Como as feridas são muito dolorosas, recorremos a máscaras como uma tentativa de evitá-las. As máscaras são tentativas de nos proteger dessas feridas e nos impedem de reconhecer as nossas próprias dores e conseqüentemente a nós mesmos. Se refugiar atrás das máscaras pode ditar a forma que cada pessoa se relaciona com o mundo, com os outros e consigo. As feridas e as máscaras dificultam a nossa autoaceitação e a formação do amor-próprio e pode nos levar a buscarmos nos outros o que não somos capazes de proporcionar a nós mesmos. É fundamental que aceitemos a nossa história (e quem estamos sendo) e que possamos perceber as ilusões que criamos como uma tentativa de evitar as partes dolorosas dela. De acordo com Miller (1997), “toda e qualquer vida é cheia de ilusões, talvez porque a verdade nos pareça insuportável. Mesmo assim, a verdade nos é tão essencial, que o preço por sua perda é adoecer gravemente” (MILLER, 1997, p.15). Mesmo não sendo possível mudar o nosso passado, é importante por vezes olhar para ele, não como uma tentativa inútil de mudá-lo, mas como uma possibilidade de rever a forma como a percebemos e reagimos diante do que fizeram conosco. Pensar no passado e nos traumas da infância não é fácil, pelo contrário, muitas vezes é inclusive doloroso, mas só quando percebemos qual é ressonância que aquela história tem em nós, é que podemos escolher como queremos conviver com o nosso passado e com quem somos. Afinal, evitar de pensar sobre a própria história não faz com que as marcas deixadas por ela deixem de existir. Quando as pessoas falam de sentimentos reprimidos ao longo da vida em seus processos terapêuticos, podem continuar dependentes da opinião e aprovação dos outros, mas acabam

por se sentirem mais livres, pois podem expressar os seus sentimentos, mesmo que sejam os de insegurança, em um espaço seguro para serem si mesmas (MILLER, 1997).

AUTOESTIMA E AUTOCONCEITO

A imagem que temos de nós é construída, não nascemos com ela. É fundamental que durante o nosso processo de formação ocorra experiências de amor e vínculos de afetos, pois é a partir dessas vivências que cada um de nós será capaz de construir o amor-próprio e valor pessoal (CREMERS-LAURENT, 2015). Se pararmos para observar um bebê e como ele vai se devolvendo, percebemos como esse processo ocorre de maneira lenta e gradual. Aos poucos, a criança vai aprendendo a firmar o próprio corpo, balbuciar alguns fonemas e depois a repetir algumas palavras. A criança aprende e se desenvolve muito a partir da observação e repetição, e os pais e educadores são fundamentais nessa fase da vida. Quanto mais estão dispostos a oferecer e incentivar a criança por quem são responsáveis, mais ela tende a aprender e se desenvolver. Isso vale tanto para as habilidades físicas e sociais, quanto para as emocionais. São com esses recursos aprendidos com a família que as crianças começam a socializar com as pessoas que fazem parte de outros ambientes, além do doméstico e familiar, como a escola, por exemplo, onde aprenderá a lidar com sentimentos e emoções que muitas vezes nem experimentaram em casa, como a rejeição, a simpatia ou mesmo o compartilhamento de objetos. Além dessas, há outras experiências que não são necessariamente vivenciadas no núcleo familiar (ROJAS, 2013).

Ao longo da vida, cada pessoa vai construindo uma visão de si mesma e a autoestima está ligada com como cada um se relaciona com os conceitos e percepções que tem de si. Portanto, para falarmos de autoestima, antes se faz necessário entendermos o que é autoconceito (GUIMARÃES, 2012; CREMERS-LAURENT, 2015). O autoconceito pode ser entendido pela concepção

que a pessoa tem de si mesma e essa percepção é formada a partir das suas vivências. É pelo autoconceito que o indivíduo será capaz de se avaliar e julgar suas escolhas e atitudes como adequadas ou não. O autoconceito não é imutável e pode se alterar ao longo da vida (GUIMARÃES, 2012). Para Cremers-Laurent (2015), autoconceito é como o indivíduo entende a própria identidade, considerando os diferentes aspectos da pessoa (aparência e habilidades físicas, capacidades e características psicológicas diversas, capacidades de relação interpessoal e social, características morais...). Segundo a autora, para entender a relação de autoconceito e autoestima de uma forma mais clara, é preciso compreender a correlação entre três conceitos: o de autoconhecimento, o de ego ideal e de autoestima – o autoconhecimento é o que sabemos de nós, o ego ideal é aquilo que idealizamos ser e a autoestima é quão bem lidamos com a distância entre esse ser ideal e o que conhecemos de nós (CREMERS-LAURENT, 2015, p.3).

Esses conceitos começam a ser formados ainda na infância e são desenvolvidos ao longo de toda vida. As percepções que a pessoa tem de si na infância e adolescência podem marcá-la de maneira muito profunda, por isso é importante lembrar que nem sempre o que acreditamos saber sobre nós mesmos corresponde com a realidade. Podemos criar uma imagem distófica e distorcida a partir do que os outros dizem sobre nós. Dessa forma, todos que estão ao redor da criança e adolescente a ajudam a formar os conceitos de como ela se percebe, se aceita e idealiza como deve ser. Podemos imaginar, por exemplo, que pessoas muito talentosas, que são admiradas na infância por suas qualidades, habilidades, aparência e por atenderem as expectativas que os outros depositam sobre elas, tendem a se tornarem pessoas confiantes e com uma boa percepção de si, mas como lembra Miller (1997), muitas vezes ocorre o oposto. Essas pessoas podem vir a se sentirem muito solitárias e acabar não desenvolvendo uma percepção clara de si mesmas. Uma vez que são muito admiradas, não conseguem se reconhecer quando o olhar dos outros não está voltado para elas, não sabem quem são quando não estão sendo admiradas.

Quando sente que falhou nos ideais autoimpostos (e nos exigidos, a partir de expectativas e falas dos que estavam ao seu redor), o ser humano passa a lidar com sentimento de culpa e vergonha. Essas pessoas, conforme vão crescendo, podem se mostrar inseguras e rígidas consigo mesmas. Elas costumam ter uma percepção da infância, de acordo com Miller (1997), que nem sempre corresponde ao que realmente aconteceu, falam que os pais lhes eram compreensivos e as incentivaram “ou pelo menos um deles; e se lhes faltou compreensão dos outros, foi porque não conseguiram se expressar direito” (MILLER, 1997, p. 18). A culpa dos seus fracassos, falta de amor e compreensão são sempre delas mesmas, já que dentro da sua percepção sempre houve apoio. Falam sobre a criança que foram com desdém, não apresentam misericórdia e nem acolhimento sobre o que consideram falhas. Muitas vezes, são críticos e debocham de si mesmos (tanto da criança que foram, quanto da pessoa que vêm sendo). De acordo com Miller, essas atitudes dificultam a pessoa ter uma percepção clara sobre as suas necessidades. Bourbeau (2020), acredita que é por meio do autoperdão e da possibilidade de perdoarmos os responsáveis pelas nossas feridas que podemos nos aproximar da cura (no sentido de compreender as feridas e lidar com elas, sem máscaras) e construir uma percepção mais gentil e clara de nós mesmos.

O IMPACTO DAS RELAÇÕES DE DESAMOR NA AUTOESTIMA

Durante toda a vida podemos nos deparar com situações que contribuem para que tenhamos uma visão equivocada de nós, em qualquer idade. Rojas (2013, p.19) lista algumas situações que afetam a nossa percepção sobre a gente mesmo. Elas podem contribuir para que possamos construir uma percepção negativa e pensamentos de que somos de alguma forma pior ou menos dignos do que as outras pessoas. Algumas dessas percepções podem ter origem na infância, como por exemplo: um ambiente familiar tóxico e violento ou as dificuldades de aprendizado na escola e o bullying etc. Já outras podem

ser adquiridas ao longo da vida, como por exemplo: o excesso de autocrítica e perfeccionismo, a constante dúvida sobre si mesmo e as escolhas e o medo ser criticado e rejeitado e ser extremamente sensível (no sentido de ser afetado com qualquer comentário entendido como crítico). Por isso, falas e atitudes, mesmo que não tenham como objetivo ferir, podem enfraquecer a autoestima. Rojas (2013), ressalta a importância de uma educação que favoreça a autoestima, “a infância é a etapa da vida em que se semeia o potencial de uma pessoa” (ROJAS, 2013, p. 20, tradução minha), então cabe aos pais e educadores o dever de ajudar as crianças a perceberem os próprios potenciais.

Rojas (2013, p.21, tradução minha) destaca alguns fatores que podem ajudar aos pais e educadores na educação da autoestima das crianças, como por exemplo: propor tarefas, metas e desafios que sejam condizentes com as habilidades da criança, lembrando de auxiliá-las e não apenas criticá-las quando não conseguirem; não comparar as crianças com outras, mesmo que acreditem ou percebam que as outras sejam mais habilidosas. Para ele, esse fator só deixará a criança que é percebida com menos habilidades mais insegura e desmotivada sobre as próprias características e habilidades. Quando as comparações aparecerem, o autor acredita que é importante ressaltar para as crianças que cada pessoa tem a sua própria capacidade e tempo de aprendizagem. Rojas destaca que é importante medir nossas palavras, se não temos pontuações construtivas a fazer, devemos tomar cuidado para não dizer coisas que podem minar a confiança da criança (e de outras pessoas também, afinal não sabemos quais fragilidades elas carregam); por fim, recomenda valorizar o esforço na realização de cada tarefa. O autor chama atenção para o fato de que, às vezes, as crianças podem construir uma percepção equivocada de que as coisas são mais fáceis de fazer e que o problema está com elas por não conseguirem. É necessário dar o exemplo, já que Rojas acredita que as crianças se espelham nas atitudes dos pais. Portanto, esses devem tomar cuidado para não passarem para os filhos as próprias inseguranças. As ações que os pais têm diante da vida, são os melhores ensinamentos que podem transmitir

para os filhos. Entendendo a importância que as ações dos pais têm na vida dos filhos, o autor as destaca como uma forma de fortalecer a autoestima a demonstração aberta e sincera de afeto. Segundo Rojas (2013), os afetos são fundamentais para o ser humano e as crianças precisam de demonstração de afeto, das diversas maneiras possíveis. Para o autor, aprendemos a construir o amor-próprio a partir do afeto que recebemos (ROJAS, 2013).

Quando a baixa autoestima é ignorada ao longo da nossa vida, podemos lidar com sentimento de insegurança e de ansiedade. Entender como nos sentimos diante dos eventos do nosso cotidiano, pode nos ajudar a entender melhor as fragilidades da autoestima e lidar melhor com sentimento de baixa autoestima. De acordo com Rojas (2013), a ansiedade é um estado de alerta comum a todas as pessoas e surge quando identificamos uma situação que pode representar algum risco para nós. Contudo, por diversos fatores, pode acontecer de mesmo diante de situações que não nos representam riscos, o sentimento de ansiedade surgir. Nem sempre existirá uma origem externa para a crise de ansiedade e é importante entender isso, pois causa um grande sofrimento para as pessoas que passam por crises, uma vez que podem acontecer a qualquer momento. Além disso, essas crises são acompanhadas frequentemente de sentimentos muito angustiados e reações físicas do corpo, e as pessoas começam a temer ter outras, aumentando as inseguranças internas e favorecendo o surgimento de novas crises. Rojas (2013) aponta que crises de ansiedade que aparecem sem um motivo aparente (ansiedade endógena) merecem muita atenção, principalmente quando ocorrem em uma frequência constante e intensa, o que pode ser um indicativo de que as coisas não vão bem e às vezes se faz necessário uma avaliação psiquiátrica e intervenção medicamentosa.

Segundo Rojas (2013), o estresse é outro sentimento que é comum a todas as pessoas e que, se surgir em demasia, pode ser prejudicial. Segundo o autor, o estresse é uma forma de reagir diante de uma situação de crise. Em

alguns contextos, pode até ser prazeroso, uma vez que provoca o aumento da adrenalina. Porém, quando estamos diante de uma situação que vai além das nossas defesas, o estresse pode atingir um nível muito alto, o que pode acarretar angústia e um desajuste fisiológico. Esses sentimentos de ansiedade e estresse podem ser um indicativo de uma autoestima fragilizada. Ele aponta como um indicativo da fragilidade da autoestima o indivíduo começa a sofrer em excesso, imaginando como os outros o percebem, sentindo-se inferior aos outros, sendo muito crítico com as suas escolhas e habilidades. Pessoas que reagem assim, podem passar a sofrer com crises de ansiedade e estresse sem nem notar que isso está relacionado com a forma que vêm se percebendo.

O ser humano precisa da troca com o outro, inclusive para se orientar na vida. Como já foi dito anteriormente, somos seres de relação e são nas relações que vamos nos construindo e nos reconhecendo. Porém, pessoas que experimentam o esvaziamento de si mesmas e passam por experiências de abandono e solidão podem buscar nos outros um refúgio para fugir da sensação de isolamento. O medo de estar sozinho e de não ser aceito ou amado pelos outros dificulta o encontro consigo e, conseqüentemente, dificulta o reconhecimento do que realmente é importante para si. Desta forma, quando uma pessoa percebe que não há segurança em suas metas e planos, apavora-se e passa a buscar nos outros o consolo para suas próprias inseguranças (MAY, 1991). “O vazio e a solidão são, portanto, duas faces da mesma experiência básica da ansiedade” (MAY, 1991, p.24). Esse vazio que vem da dificuldade em tomar decisões e de se conhecer pode levar as pessoas a sentirem um grande receio do julgamento do outro, mas com frequência, esse julgamento que o outro pode fazer vem de encontro com o julgamento que o próprio indivíduo faz de si. Essa característica revela que a pessoa não tem clareza dos seus próprios desejos e necessidades e busca nos outros uma confirmação de si.

Para Miller (1997), o vazio está relacionado à falta de sentido para a vida, o que muitas vezes é chamado de depressão, que ela acredita ser a “perda

de si mesmo, mais precisamente, estranhamento de si mesmo, cujo início está sempre na infância” (MILLER, 1997, p. 44). Essa perda de si mesmo pode ser manifestada, segundo a autora, de duas maneiras: uma é como uma autoenganação, uma tentativa de defesa, a grandiosidade; e a outra a depressão. A pessoa atua na vida de maneira grandiosa, se admirando e sendo admirada pelos outros, reafirmando as suas qualidades, mas sempre dependente do olhar e reconhecimento do outro para continuar se reconhecendo. Seguindo o exemplo apresentado por Miller, a autoestima de uma pessoa grandiosa é tão frágil como um balão de festa, pode estourar a qualquer momento, pois depende da constante admiração dos outros para se sustentar, se aceitar e reconhecer o próprio valor. A pessoa grandiosa pode vivenciar a depressão quando os olhos do outro não afirmam o seu valor. Já a depressão “pode ser compreendida como um sinal direto da perda do self, e consiste na negação das reações emocionais e dos sentimentos próprios. Essa negação teve seu início na adaptação vital durante a infância, motivada pelo medo da perda do amor” (MILLER, 1997, p.49).

Desta forma, pessoas que se sentem vazias e sem lugar buscam em seus companheiros o preenchimento dessa falta, desse vazio íntimo, mas quando os cônjuges não conseguem satisfazer as suas expectativas, as pessoas se sentem, com frequência, frustradas (MAY,1991). Para ajudar a exemplificar, recorro aos personagens Lúcio e Lúcia, de Laing (1977) em seu livro *Laços*. O casal Lúcio e Lúcia vivenciam ao longo do livro uma série de conflitos na relação, muitos deles tinham origem nas inseguranças individuais que cada um possuía. O autor narra, por exemplo, o sentimento de ciúme, o medo do abandono, diversos momentos de desrespeito, entre outras situações conflituosas. Eles descrevem como se sentiam infelizes na relação, mas não conseguiam acabar com ela, temiam como poderiam vir a se sentir sem o relacionamento. Manter a relação gerava culpa, pois se sentiam egoístas e responsáveis pela infelicidade que notavam no companheiro. Às vezes, porém, começavam a questionar se não era o parceiro o egoísta, uma vez que também notava a

infelicidade e não dava um fim na relação. É interessante ver o desenrolar da história, como se aproximam das próprias feridas e fogem para não precisar se haver com elas e acabam transferindo para o parceiro a responsabilidade do próprio sofrimento. O casal vive se magoando, mas não consegue terminar o relacionamento. Conforme alimentam a relação, ambos vão criando estratégias para suportá-la, mesmo que algumas sejam dolorosas e destrutivas.

A história desse casal ilustra bem quando Rollo May (1991) diz que pessoas solitárias se esforçam para ser aceitas como uma tentativa de se afastar da solidão, mas o efeito é temporário. O preço que pagam pode ser alto, pois as afasta cada vez mais do seu verdadeiro eu e compromete “a única coisa que ajudaria positivamente a vencer a solidão a longo prazo, isto é, o desenvolvimento de seus recursos interiores, da força e do senso de direção, para usá-los como base de um relacionamento significativo com os outros seres humanos” (MAY, 1991, p 29). Esse indivíduo que é sempre o que o outro espera, que não sente à vontade para ser si mesmo, que enfrenta o constante medo do abandono, pois teme que os outros descubram a farsa que ele representa, “acabam por se tornarem ainda mais solitários, por mais que se apoiem nos outros, pois gente vazia não possui a base necessária para aprender a amar” (MAY, 1991, p 29).

CONCLUSÃO

A autoestima está relacionada com a qualidade que cada indivíduo lida com o que sabe sobre si mesmo (como se percebe) e como idealiza que deve vir a ser. Se essa distância é administrada, por exemplo, com excesso de auto-crítica e uma cobrança perfeccionista, a pessoa pode ter mais dificuldade de reconhecer e valorizar as próprias qualidades, o que pode levar a se comparar com outras pessoas e desenvolver uma excessiva preocupação sobre a opinião e pensamentos dos outros sobre si. Além disso, pode, para tentar disfarçar as inseguranças, criar estratégias de auto boicote, chegando a desistir de projetos

e metas com medo de falhar ou ser criticado pelos demais, o que acaba inevitavelmente alimentando sentimento de insegurança e fracasso.

A infância é onde as primeiras fragilidades e possibilidades de fortalecimento da autoestima são plantadas. Vários autores a quem recorri para a construção deste trabalho concordam que muitas vezes as inseguranças e feridas que os pais não observaram e trataram ao longo da própria vida podem ser o ponto de origem das feridas e inseguranças dos filhos futuramente, alimentando um ciclo, quando não interrompido.

A família, enquanto um espaço de apoio, segurança e acolhimento (independente da formação), é fundamental para que nos sintamos bem-vindos ao chegar no mundo. É nela que aprendemos sobre o mundo e começamos a formar uma percepção de nós. Contudo, é importante lembrar que muitas vezes essa percepção pode estar contaminada, mesmo que não tenha sido a intenção dos membros da nossa família, por resquícios das feridas deles. Então, é importante, ao longo do nosso desenvolvimento, nos permitir olhar para nossa história com gentileza e com a possibilidade de autoperdão, uma vez que podemos assumir a responsabilidade de culpas que não cabe a nós. Às vezes, também faz parte do processo perdoar quem nos feriu. Isso não significa esquecer o que passou e nem dar a oportunidade para que a pessoa volte a nos ferir, mas pode significar devolver a responsabilidade para a pessoa, compreendendo que aquela atitude pode ter origem em uma dor que a pertence e que ela não se permite ou não tem condição de compreender. Portanto, não é justo com nós mesmos permitir que a dor e os traumas que pertencem a outra pessoa, e que nem fomos nós que causamos, continuem afetando a maneira que nós nos percebemos.

Quando olhamos para a nossa história, mesmo para as partes dolorosas delas, somos capazes de perceber as marcas que se formaram e assim podemos construir um entendimento de quem somos e do que fazemos com nós mesmos e com os outros. As inseguranças vivenciadas na infância, podem

aparecer em relações românticas, parentais e até mesmo de amizades e trabalho e, por medo da solidão, mesmo quando estas relações deixam de apresentar um convívio saudável, podem ser mantidas.

A curiosidade que surgiu na clínica permitiu uma experiência que foi muito enriquecedora, tanto a nível pessoal como profissional, e mostrou que é importante que continuemos pensando a forma que estamos construindo as nossas relações. Hoje, as pessoas vivenciam relações frágeis em que, geralmente, as trocas são sexuais e com pouca intimidade afetiva. Na terapia, muitos pacientes falam da necessidade de manter ativo um jogo de desinteresse e como isso é cansativo e, por vezes, doloroso. Em resumo, nesse jogo não é permitido mostrar que você está interessado na pessoa com quem está se relacionando por um determinado tempo, para que ela não pense que você está interessado demais. Caso contrário, corre-se o risco de que, mesmo que ela também esteja interessada, acabe se afastando com medo do compromisso (com a relação e com os sentimentos). Ainda há o risco que, ao perceberem os sentimentos de interesse, mesmo que não sejam capazes de corresponder, optem em alimentar uma ilusão que aquela troca pode evoluir para algo mais concreto, mantendo a pessoa refém daquele contato. Fazem isso, pois o interesse do outro alimenta a autoestima ao se sentir querido e desejado.

Além disso, há uma excessiva preocupação com a imagem. Podemos tomar como exemplo os aplicativos de relacionamentos. Neles, é importante que as fotos sejam verdadeiras vitrines para que o outro possa apreciar e decidir se vale a pena ou não iniciar uma conversa. Não existe, quase sempre, um interesse em quem é aquela pessoa no íntimo e sim com a imagem que ela apresenta. Procedimentos estéticos e os filtros nas fotos são cada vez mais comuns, buscando passar uma imagem de perfeição, como se o perfeito sempre fosse aceito e amado. Esses tipos de relações aproximam as pessoas do ter e as afastam da essência. Não obstante, as fazem duvidar de si mesmas, uma vez que o real não parece ser suficiente.

Quando lançamos um olhar fenomenológico existencial para as relações, percebemos que muitas vezes as pessoas não têm clareza dos seus próprios desejos e necessidades e buscam em outras pessoas uma maneira de preencher a falta, como se coubesse as outras pessoas a responsabilidade de satisfazê-la. Desse modo, as pessoas se tornam individualistas ao se relacionarem com o mundo e, com frequência, se sentem frustradas, vazias e sem lugar quando as suas expectativas e desejos não são atendidos. Alguns dos autores a quem recorri para a construção deste trabalho acreditam que o preenchimento dessa falta, desse vazio íntimo, só seria possível a partir de um processo de autoconhecimento, pois dessa maneira o indivíduo seria capaz de construir recursos internos que possibilitaria a construção de relações significativa consigo e com os outros seres humanos. Dado que somos seres que estão em constante construção e desconstrução, essas reflexões não encerraram e nem definem a percepção da formação da autoestima, mas permitem começar a perceber sobre como as nossas relações familiares podem comprometer a maneira que nos percebemos e nos relacionamos conosco, com o mundo e com os outros seres do mundo.

REFERÊNCIAS

- ALVES-MAZZOTTI, A. J.. (1992). Revisões bibliográficas em teses de mestrado e doutorado: meus tipos inesquecíveis. *Cadernos de Pesquisa* (Fundação Carlos Chagas. Impresso), São Paulo, v. 81, n. Maio, p. 53-60.
- BOURBEAU, L. (2020). *As cinco feridas emocionais*. (Telles, M. Trad.) Rio de Janeiro: Sextante.
- CARVALHO, M.C.B.(2000) O lugar da família na política social. In: CARVALHO, M.C.B. (Org.) *A família contemporânea em debate*. São Paulo: EDUC/Cortez, p. 13-21.

- CREMERS-LAURENT, A. L. (2015). A importância da autoestima para um desenvolvimento harmonioso: “sinto-me amada e capaz, vou alcançar as estrelas!”. 92 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Escola Superior de Educação e Comunicação, Universidade do Algarve, Portugal, 2016. Disponível em: <https://sapientia.ualg.pt/handle/10400.1/8051>. Acesso em: 04 jul. 2021.
- CYTRYNOWICZ, M. B. (2018) Criança e Infância: Fundamentos Existenciais Clínica e Orientações [recurso eletrônico]. São Paulo: Chiado Editora.
- GIOVANETTI, J. P. (2015) Afetividade e existência. In: III Congresso Internacional de Psicologia Existencial - V Congresso Brasileiro de Psicologia Existencial, 2015, Belo Horizonte. Anais. Belo Horizonte: FEAD.
- GIOVANETTI, J. P. (2019) . O adoecimento existencial no século XXI, Belo Horizonte, p. 1-14. Apresentado no II CONGRESSO MINEIRO DE GESTALT-TERAPIA.
- GUIMARÃES, J. V. C. (2016). Autoconceito, autoestima e comportamentos desviantes em adolescentes. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicocriminologia, Ispa - Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida, Belo Horizonte, 2012. Disponível em: <https://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/2567/1/8511.pdf>. Acesso em: 04 jul. 2021.
- HETERONORMATIVO. In: DICIO, Dicionário Online de Português. Porto: 7Graus, 2020. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/heteronormativo/>. Acesso em: 07/05/2021.
- LAING, R. L. (1974). Laços. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 1977. 100 p. Tradução: Mário Pontes.

3. As relações de desamor no âmbito familiar e o seu impacto na constituição da autoestima

Joyce Esteves Garbaza e José Paulo Giovanetti

- MELO, T. F. C. C. (2018). Um Olhar Fenomenológico sobre o Processo Psicoterapêutico da Criança In: GIOVANETTI, J. P. (Org). Fenomenologia e Psicologia Clínica. Belo Horizonte: Artesã. Cap. 4. p. 73-11.
- MILLER, Alice. O drama da criança bem-dotada: como os pais podem formar (e deformar) a vida emocional dos filhos. 2. ed. São Paulo: Summus, 1997. Tradução de: Claudia Abeling.
- MORAES, T. F.; MORATO, H. T. P. (2011). A mobilidade da família: Pesquisa em uma abordagem da Psicossociologia clínica. Bol. psicol., São Paulo, v. 61, n.134, p.79- 92. Disponível em: . acessos em 06 nov. 2020.
- MAY, R. (1991). O homem a procura de si mesmo. 17. ed. Petrópolis: Vozes.
- ROJAS, E. (2013). Vive tu vida: la autoestima en las distintas etapas de la vida. Madri: Espasa, Epub.
- SCODELARIO, A. S. (2002). A família abusiva. In: FERRARI, Dalka C. A.; VECINA, Tereza C. C. (org.). O fim do silêncio na violência familiar. 3. ed. São Paulo: Ágora. Cap. 5. p. 95-106. Disponível em: < https://books.google.com.br/books?id=cOAWQYpsMIYC&pg=PA95&hl=pt-BR&source=gbs_toc_r&cad=4#v=onepage&q&f=false>. acessos em 06 nov.2020.
- SZYMANSKI, H. (2000). Teorias e “Teorias” de famílias. In: CARVALHO, M.C.B. (Org.) A família contemporânea em debate. São Paulo: EDUC/Cortez, p. 23-27.

4. SOCIEDADE LÍQUIDA, RELACIONAMENTOS AMOROSOS E VIRTUALIDADE: UMA REFLEXÃO FENOMENOLÓGICO-EXISTENCIAL

Luiza Cristina de Oliveira Guedes

Saleth Salles Horta

O universo dos relacionamentos afetivo-amorosos se sustenta como um dos contextos mais mobilizadores para muitos indivíduos, estabelecendo-se como um dos motivos que mais leva pessoas para a psicoterapia. Sendo uma das formas de vínculo mais íntima que é possível se experimentar, acaba impondo um ideal de autorrealização que leva tantos a entenderem que a felicidade só pode ser encontrada na vivência do amor. As expectativas atribuídas a esse sentimento, entretanto, não costumam favorecer qualquer sucesso (Romero, 2007).

Igualmente importante para os psicólogos é o modelo de sociedade de seu tempo, que costuma ser fortemente retratado nas questões levadas à clínica pelo cliente (Giovanetti, 2017). Aqui, recortamos o contexto da sociedade líquida, que nasce em uma estrutura capitalista (Bauman, 2004; 2011). Cabe, ainda, considerar os atravessamentos das tecnologias digitais, profundamente enraizadas no cotidiano da sociedade contemporânea.

Objetiva-se, então, investigar a liquidez da sociedade e como ela conversa com relacionamentos amorosos no espaço virtual. Para atingir esse objetivo geral, torna-se propício apurar alguns objetivos mais específicos, que serão apresentados como a seguir. Começa-se por definir a sociedade líquida

e relacionar esse tema à Análise Existencial. Então, é possível apurar a liquidez dos relacionamentos amorosos e identificar suas possíveis decorrências. Em sequência, verificam-se as especificidades dos relacionamentos amorosos líquidos na tecnologia digital. Por fim, busca-se encontrar meios de romper com a modernidade líquida.

Fundamenta essa pesquisa, o referencial teórico-metodológico da Fenomenologia-Existencial. Martin Heidegger (1927), Jean-Paul Sartre (1973) e Martin Buber (2006) são os principais filósofos que norteiam a direção desse estudo. Zygmunt Bauman (2004; 2011) alicerça a liquidez, bem como Yolanda Forghieri (1996), Emilio Romero (2007) e outros estudiosos fazem suas contribuições.

FENOMENOLOGIA DA VIDA LÍQUIDA

Martin Heidegger, filósofo alemão e precursor do pensamento da fenomenologia hermenêutica, define, em *Ser e Tempo* (1927/2005), o homem como ser-no-mundo e, não apenas isso, mas como um ser-com-os-outros: “Na base desse ser-no-mundo, determinado pelo com, o mundo é sempre o mundo compartilhado com os outros” (HEIDEGGER, 2005, p. 170, grifos do autor). Isso significa que a existência humana depende do mundo e das relações que nele se estabelecem. Não é possível pensar o indivíduo sem se levar em conta o contexto no qual ele está inserido. O contrário também é verdadeiro, sendo inviável compreender o campo desconsiderando-se quem apreende o todo. A isso o teórico chama *Dasein*.

A pedagoga e psicóloga Yolanda Cintrão Forghieri (1996, p. 98) sintetiza: “A estrutura originária da existência humana é ser-no-mundo; o ser humano existe sempre em relação a algo ou a alguém”. Vale ressaltar que mundo, no universo Fenomenológico, é tomado não apenas como o ambiente natural, mas também leva em conta as coisas e as pessoas que nele existem. Assim,

“o ‘mundo’ abrange tanto os aspectos materiais e biológicos (...) quanto os aspectos humanos (...) da existência, e também aqueles que dizem respeito ao ser-si-mesmo como ser-no-mundo (...)” (Forghieri, 1996, p. 99).

Ainda dentro do embasamento Fenomenológico-Existencial, dão-se as contribuições do também filósofo Jean-Paul Sartre. O francês diz do mundo como condição para a formação humana:

O outro é indispensável à minha existência tanto quanto, aliás, ao conhecimento que tenho de mim mesmo. (...). Desse modo, descobrimos imediatamente um mundo a que chamaremos de intersubjetividade, e é nesse mundo que o homem decide o que ele é e o que são os outros. (Sartre, 1973, p. 13)

Isso nos caracteriza como seres sociais, que dependem da intersubjetividade, ou seja, precisam do outro para se definir e compreender. Assim, a compreensão e o conhecimento de si requerem, necessariamente, a relação com seus semelhantes, pois é esta que lhe possibilita descobrir e atualizar as suas características peculiarmente humanas, como o amor, a liberdade, a responsabilidade, o contentamento e a angústia. Só posso saber quem sou como ser humano convivendo com meus semelhantes (Forghieri, 1996, p. 99).

O austríaco Martin Buber inaugura esses princípios quando define os conceitos Eu-Tu e Eu-Isso: “não há Eu em si, mas apenas o Eu da palavra-princípio Eu-Tu e o Eu da palavra-princípio Eu-Isso” (Buber, 2006, p. 43). Essa teoria está contida na obra “Eu e Tu” do filósofo.

As duas palavras-princípio fundam duas possibilidades do homem realizar sua existência. A palavra Eu-Tu é o esteio para a vida dialógica, e Eu-Isso instaura o mundo do Isso, o lugar e o suporte da experiência, do conhecimento, da utilização. (...). Em suma, existem dois modos de presença. (Von Zuben, 2006, p. 29)

É interessante que, independentemente de como a relação entre o Eu e o outro se dá – dialogicamente, constituindo-se uma relação Eu-Tu, ou utilitariamente, estabelecendo-se um princípio Eu-Isso –, sempre haverá uma relação entre o ente e o seu universo. Essa passagem é revelada por José Paulo Giovanetti (2017, p. 46), que diz que “o Eu não é uma realidade em si, mas relacional”.

Ademais, Forghieri também retoma Buber para firmar o conceito de “existência sintonizada”, entendido por ela como uma experiência cotidiana harmônica e aprazível, geradora de bem-estar. Ela acrescenta que essa não é uma “existência racional”, mas “pré-reflexiva”. Tem-se que “a manifestação mais profunda da maneira sintonizada de vivenciar as situações consiste numa vivência de completa harmonia e plenitude em nosso existir no mundo; Buber (1977) a denomina de relação Eu-Tu” (Forghieri, 1996, pp. 100-101). Firmamos, então, até aqui, a importância do outro para o estabelecimento de si mesmo.

Com o advento da modernidade líquida, que data da segunda metade do século XX (Bauman, 2011), percebe-se uma crescente modificação das estruturas da sociedade. A concepção sociopolítica e econômica, pautada em um capitalismo hegemônico ainda mais fortalecido, acarreta mudanças de valores e cultura. Dada a importância do mundo e do outro na constituição do indivíduo, é possível compreender que tais mudanças culminam em uma nova organização, em que o individualismo e o hedonismo estruturam as relações.

De acordo com Giovanetti (2017, p. 94), na contemporaneidade, “busca-se primeiro tudo o que satisfaça aos próprios desejos e expresse as próprias emoções, só depois se pensa na comunidade”. Para o autor, “o individualismo passa a ser o motor da sociedade” em que reina um “capitalismo hedonista e narcisista” (Giovanetti, 2017, p. 94). Não deixa de haver uma relação entre o ente e o mundo, mas esse laço se dá muito mais comumente dentro do espectro Eu-Isso de Buber: utilitarista ou egoísta/egótico. No utilitarismo, o

relacionamento se sustenta enquanto o outro tem algo a oferecer; no segundo modelo, a relação é unidirecional e o outro é um “objeto manipulável” (Von Zuben, 2006, p. 29).

É nesse sentido que Zygmunt Bauman fala de uma “modernidade líquida”, que nasce em um contexto de “fúrida individualização” (Bauman, 2004, p. 11). O termo “líquida” é escolhido, segundo o sociólogo, por dizer respeito à “fluidez” com que as relações se dão, de maneira contrária à “estabilidade duradoura dos sólidos”. Com base nisso, relacionamentos líquidos dizem de “volatilidades, incertezas, inseguranças, liberdade, felicidade e consumismo” (Reis & Almeida, 2018, p. 3).

Outra associação trazida por Bauman (2004) é a de que o amor, dentro da sociedade líquida, é tomado como uma habilidade que se pode desenvolver e que, portanto, quanto mais se exerce, melhor se torna:

Pode-se até acreditar (e frequentemente se acredita) que as habilidades do fazer amor tendem a crescer com o acúmulo de experiências [e] que o próximo amor será uma experiência ainda mais estimulante do que a que estamos vivendo atualmente, embora não tão emocionante ou excitante quanto a que virá depois. (pp. 24-25)

Por outro lado, quando as experiências negativas e angustiantes se repetem, o indivíduo tende a se fechar emocionalmente. Forghieri (1996) teoriza:

A pessoa, então, passa a tentar distanciar-se e alienar-se de suas vivências de contrariedade e angústia e evitar situações que poderiam provocá-las. Se esse modo de comportar-se for ficando freqüente, essas situações, que são inevitáveis, vão continuar ocorrendo e acumulando-se, sem significados e compreensão necessários. Então, a pessoa passa a viver de forma progressivamente mais restrita e empobrecida, reduzindo o campo de suas experiências, minimizando a atualização de suas potencialidades, do conhecimento do mundo e de si mesma. (p. 104)

Complementarmente, o escritor e terapeuta Emilio Romero percebe que, ao serem frustradas no universo do amor, as pessoas acabam assumindo uma espécie de culpa, como se lhes faltasse a habilidade de adentrar o campo desse sentimento. Em suas palavras: “o amor e a amizade são tão importantes que sua não realização implica sempre uma profunda insatisfação ou supõe uma deficiência pessoal considerável” (Romero, 2007, p. 200).

Em suma, entende-se que a ideia de amor como habilidade é ilusória e geradora de frustração, já que tende a uma repetição de relacionamentos “curtos e impactantes”. Uma vez que esses eventos sejam associados ao amor, não de ensinar apenas a terminar mais rapidamente e reiniciar o processo (Bauman, 2004, p. 25).

Postula-se, pois, que as experiências vividas no âmbito afetivo-amoroso são formadoras daquilo que o indivíduo passa a entender como o amor em si. Romero (2007, p. 206) alerta para o fato de que a experiência, por vezes, resulta em um aprendizado negativo, haja vista que as pessoas facilmente se excedem nas expectativas depositadas nas relações amorosas e no objeto de afeto. O psicólogo também propõe que

os afetos nos afetam ou melhor, os eventos que vivemos deixam em nós as marcas de sua passagem, imprimindo na pele de nossa memória mensagens que nos sensibilizam e muitas vezes comandam nossa vida; mensagens que raras vezes questionamos, pois as tomamos como simples verdades tiradas e ratificadas pela experiência. Não que sejam inconscientes, como costuma pensar muita gente; não, simplesmente são vividas como crenças, como sentimentos e atitudes (Romero, 2007, p. 196).

Uma vez estabelecida a relação entre experiências relacionais e amor, requerem análises mais profundas os relacionamentos afetivo-amorosos. É sobre isso que nos debruçaremos a seguir.

RELACIONAMENTOS AMOROSOS, SOLIDÃO E UTILITARISMO

O contexto de liquidez descrito por Bauman é composto por relacionamentos voláteis. Relacionamentos, de acordo com Giovanetti, são estruturados por encontro, reciprocidade, diálogo e vínculo. Sobre isso, ele discorre: “Quando (...) acontece a vivência da reciprocidade, haverá o encontro interpessoal” (Giovanetti, 2017, p. 46). Aqui, entende-se como encontro o fato de que “o outro afeta de alguma maneira a minha existência, principalmente na dimensão em que ele (o outro) me faz crescer” (Giovanetti, 2017, p. 46-47). Reciprocidade, por sua vez, tem-se ao “participar da existência do outro”, se “nos preocupamos com ele” (Giovanetti, 2017, p. 71).

Sobre o diálogo, o teórico diz que “exige que um dos sujeitos esteja aberto ao que o outro possa trazer para essa relação” (Giovanetti, 2017, p. 71). Por fim, é o estabelecimento do vínculo que possibilita a qualidade da relação, funcionando como elo entre duas pessoas (Giovanetti, 2017, p. 72). Para o autor: “Relação humana sem vínculo afetivo é como uma relação entre duas máquinas, obviamente sem sentimentos” (Giovanetti, 2017, p. 72).

Os estudos de Romero (2007, p. 207) vão ao encontro dos conceitos de Giovanetti, na medida em que ele entende reciprocidade como “o postulado básico do amor”. Em Forghieri (1996, p. 100), apresenta-se o amor como base na instância do “existir sintonizado”; ao contrário, na maneira “preocupada de existir”, a base é a angústia em suas diferentes manifestações. Em definição, o amor seria “uma promessa de encontro interpessoal num plano de intimidade” (Romero, 2007, p. 205).

Sobre a dita intimidade, é reiterado que alguns “por receio ou timidez resguardam sua intimidade e permanecem a discreta distância” (Romero, 2007, p. 202). Acaba-se não cultivando uma “confiança mútua”, que priva os pares de “intimidade recíproca”. No entanto, sem o investimento na

intimidade não é possível se estabelecer um conhecimento profundo de outrem, mesmo que se visitem frequentemente (Romero, 2007, p. 202).

Desse modo, pode-se estabelecer uma relação rotineira e assídua com os mais diversos pares sem que necessariamente se estabeleçam vínculos profundos ou intimidade recíproca. Nesse caso, a ausência de vínculo parte da não compreensão dos significados de seus semelhantes. Nas palavras de Van Den Berg: “poderíamos dizer que vemos o significado que as coisas têm para nós. Se não vemos o significado, não vemos coisa alguma” (Van Den Berg, 1973, p. 39, grifos do autor).

As relações – com seus respectivos vínculos e significados – são as responsáveis por conferir ao sujeito o sentimento de pertencimento. Essa ideia pode ser expandida com a teoria de Forghieri, de que se o ente estabelece uma relação em sintonia com a natureza, ele desfrutará de sentimentos bons. Paralelamente, ao sintonizar-se nas relações com pessoas, é possível experimentar sentimentos ainda mais intensos (Forghieri, 1996, p. 101) e, porque não dizer, mais sólidos.

Em contrapartida, é possível alcançar que relações interpessoais humanas enfraquecidas de pertencimento, significado, vínculo, reciprocidade, diálogo ou encontro constituem-se em relações de pouca intimidade. Instaura-se, assim, o sentimento de solidão, sendo que não se tratam apenas de relacionamentos líquidos, mas de modos de ser-com fragilizados. Sá, Mattar e Rodrigues (2006) explicam, sobre o homem, que

produz-se um desenraizamento no qual a sua experiência de ser-com o outro se oculta, em que ele se vê como um frente ao mundo. Esse modo de comunidade é experimentado enquanto solidão – mesmo estando próximo ele vive o apartamento, o distanciamento existencial. (p. 120)

Esse sentimento de solidão, é compreendido por Yalom (1996, citado por Sá et al. 2006, pp. 112-113) como isolamento interpessoal, que seria transponível na medida em que as habilidades sociais ou o estilo de personalidade da pessoa são desenvolvidos. Ao passo que isso pode ser lido como uma forma de desenvolvimento pessoal (no sentido de evitar a solidão), talvez seja também uma configuração de relação utilitarista, em que se torna comum valer-se de alguém para mitigar o mesmo sentimento. Nesse sentido, Sá et al. (2006) explicam a ideia de Heidegger de que “o ente deixou de ser objeto de conhecimento para tornar-se algo sempre disposto à exploração e utilização” (p. 116). Giovanetti (2017, p. 101) expressa, então, que há uma “quase aniquilação das relações interpessoais”, conduzindo as interações apenas “ao aspecto funcional”.

Bauman (2004, p. 38) diz que “a solidão produz insegurança”. Na visão do autor, os relacionamentos são associados a investimentos pelas pessoas, que esperam que eles funcionem “como garantias de segurança e solução de seus problemas”. Dessarte, é fácil entender porque tantos recorrem aos relacionamentos para aplacar sua solidão. Entretanto, o polonês percebe que os relacionamentos acabam por produzir mais insegurança ainda (Bauman, 2004, pp. 38-39).

Yolanda Forghieri apresenta outro olhar sobre a segurança. Esta, somada ao bem-estar e tranquilidade, tem o poder de manutenção e desenvolvimento das potencialidades humanas, que, por sua vez, promovem o “amadurecimento” da pessoa e sua “saúde existencial” (Forghieri, 1996, p. 97). Entretanto, a insegurança permanece mesmo quando procuramos apoiar-nos nas experiências passadas, agindo em termos do que já conhecemos.

Amiúde, não há garantias para se relacionar e essa imprevisibilidade gera insegurança. Quanto menor a convicção de sucesso, mais difícil se torna, para o sujeito, arriscar-se e lançar-se nessas “incertezas do existir” e do relacionar-se. Por conseguinte, ampliam-se os mecanismos de proteção, bem como as chances de um existir angustiado.

Ainda que os pontos de vista dos autores não se retroalimentem, uma saída possível em ambos os casos é a estratégia utilitarista de se valer dos relacionamentos para escapar dos sentimentos. Uma possível leitura de Forghieri supõe que esse utilitarismo visa a segurança; já em Bauman, isso se dá para romper com a solidão, impedindo a manifestação da insegurança. Mesmo partindo de lugares distintos, ambos chegam a conclusões similares.

Esse utilitarismo, em que só se conserva por perto aquele que te tem alguma serventia, está intimamente relacionado ao desenraizamento, à liberdade e à emancipação vividos hoje. Em outras palavras, hoje, escolhe-se mais frequentemente, aquilo que liberta o indivíduo e o torna mais independente – ou menos vinculado. Sobre isso, Bauman discorre em “Modernidade Líquida” e “Amor Líquido”, explicando que a contemporaneidade promoveu a busca pela “‘emancipação’ do homem da trama estreita da dependência, da vigilância e da imposição comunitárias” (Bauman, 2011, p. 32).

O sociólogo explora a “Teoria Crítica” (de Adorno e Horkheimer), que “via a libertação do indivíduo (...) como o último ponto da emancipação e o fim do sofrimento humano” (Bauman, 2011, p. 28). Como consequência da emancipação, entretanto, surge uma inquietação advinda da insatisfação perene com o que se alcança no presente, reservando o futuro uma realização que nunca se atinge (Bauman, 2011, p. 30).

Quando essa inquietação toca no âmbito específico das relações amorosas, o autor fala do “amor líquido”, com a facilitação “do desengajamento e do rompimento” promovidos por esse tipo de relação. Ao contrário do que ambicionam os homens contemporâneos, eles “não reduzem os riscos, apenas os distribuem de modo diferente, junto com as ansiedades que provocam” (Bauman, 2004, p. 17-18).

Sentimentos como inquietação e ansiedade são provenientes da “ambivalência” com que a sociedade se posiciona frente ao amor: “‘Relacionamento’

é o assunto mais quente do momento, e aparentemente o único jogo que vale a pena, apesar de seus óbvios riscos” (Bauman, 2004, p. 12). Desse modo, “o relacionamento amoroso nos moldes românticos é desejado como o grande bem, a meta de felicidade que ofusca todas as outras, ou, ao contrário, repudiado, porque visto como fórmula de sofrimento” (Sá et al., 2006, p. 112).

Em “Neogênese: o desenvolvimento pessoal mediante a psicoterapia”, Romero (2007) delibera acerca da mitificação do amor enquanto o sentimento considerado como grande objetivo da vida: “A realização afetiva é um dos anelos mais sonhados e desejados (...). Nesse plano a pessoa se encontra ou desencontra-se, realiza-se ou não” (p. 201).

Eventualmente, não conquistando essa meta (im)posta de maneira ilusória, as pessoas podem vir a frustrarem-se. As questões da ordem afetiva são, pois, instituídas de forma ambivalente, operando como agentes estruturais na vida humana: ora a preenche de sentido, ora provoca e potencializa o sofrimento (Romero, 2007, p. 201). O primeiro se dá quando os liames são almejados e/ou bem-sucedidos, caso contrário, tende-se ao sofrimento na busca por emancipação.

No entanto, ao mesmo tempo em que se emancipa do outro o Dasein não se encontra completamente descolado do coletivo. Portanto, reconfigura-se a solidão, “pois só pode estar sozinho quem reconhece seus semelhantes”, de modo que a solidão expressa uma forma de comunidade (Boss, 1976, citado por Sá et al., 2006, p. 118).

Nesse sentido, “apenas o ente cujo modo de ser é originariamente ‘ser-no-mundo-com-o-outro’, possui a possibilidade de ser solitário” (Sá et al., 2006, p. 114). Isso faz sentido partindo-se das ideias de Heidegger em “Ser e Tempo” (2005): o que diferencia o homem dos outros seres da natureza, no que tange a Psicologia Fenomenológica, não é apenas o polegar opositor, a inteligência cognitiva, ou a linguagem verbal por si só. Um ente intramundano

é um objeto dado e não tem abertura para o vir-a-ser. Ser Dasein diz de ser abertura, de ser relacional, estando em constante construção.

Somos seres sociais; vivemos em grupos. Nos relacionamos com outras pessoas: mas queremos não apenas ter alguns contatos. Aspiramos e queremos ter uma relação significativa com outras pessoas. Queremos ser considerados de modo especial ao menos por alguns que nós mesmos estimamos (Romero, 2007, p. 202).

Porquanto, a propriedade humana de ser-com do Dasein, aliada à eventual vontade de vincular-se ao outro, direcionam o homem a associar-se. Consequentemente, hoje, há inúmeras possibilidades que ampliam esse anseio por comunidade e viabilizam novas formas de trocas inter-relacionais, sobretudo a partir da revolução da informática. A inauguração dos aportes tecnológicos reconfigurou as formas de comunicação. Carece, portanto, de investigação sobre as especificidades do atravessamento virtual nos relacionamentos afetivo-amorosos.

RELACIONAMENTOS VIRTUAIS E A LIQUIDEZ

A emergência de tecnologias digitais e sua dispersão global inauguraram novas possibilidades para os relacionamentos afetivo-amorosos acontecerem. A internet talvez seja o marco de uma era, com um alcance exponencial após o surgimento dos smartphones. Isso não parece ser suficiente para aniquilar a solidão: “Embora aproximados pelos meios técnicos de transporte e comunicação, os homens sentem-se cada vez mais isolados, estranhos entre si” (Sá et al., 2006, p. 118).

Na prática, o ambiente virtual se torna mais um contexto para se conhecer pessoas, interagir e desenvolver encontros interpessoais, principalmente na medida em que se vale do outro para retirar-se da solidão. Segundo os estudos sobre relações utilitaristas já abordados: “em nosso mundo

tecnológico o caráter instrumental dos relacionamentos parece ser uma tendência predominante” (Romero, 2007, pp. 200-201).

Diante disso, é fácil compreender a ascensão da popularidade de relacionamentos on-line. Para Bauman, eles se encaixam perfeitamente com o contexto de liquidez atual, em que as pessoas têm expectativas de alta rotatividade de “possibilidades românticas” (Bauman, 2004, p. 16). “Diferentemente dos ‘relacionamentos reais’ é fácil entrar e sair dos ‘relacionamentos virtuais’” (Bauman, 2004, p. 17). O fim está a um clique de distância.

Não à toa, viu-se uma ampliação de canais, como sites e aplicativos móveis, oferecendo espaços exclusivamente voltados para isso. No universo dos aplicativos digitais, há diversas opções para que se possa escolher, por nichos, o possível objeto de afeto. É possível encontrar toda uma gama de programas para se formarem outros tipos de relacionamentos. Estabelece-se, pois, um verdadeiro mercado.

Nessa lógica capitalista mercadológica, o acúmulo de bens é bem-visto e desejável. Uma vez dentro desse sistema, os relacionamentos operam como produtos. Bauman acredita que isso se deve a uma compensação devido à liquidez dos afetos presentes: “quando se é traído pela qualidade, tende-se a buscar a desforra na quantidade” (Bauman, 2004, p. 17).

Romero (2007, p. 202) também reflete sobre o par qualidade-quantidade, entendendo que a primeira deve superar a segunda: “Há pessoas cujos traços de personalidade facilitam o relacionamento interpessoal, induzindo aquele tipo de intimidade cordial que denominamos amizade. Contudo, o que importa não é a quantidade senão a qualidade dos amigos”.

Forghieri (1996, p. 104) também discorre sobre possíveis interferências na quantidade de vínculos. Para ela, as circunstâncias de um existir angustiados podem suprimir a abertura de mundo, acarretando: a) na redução da exposição às experiências e consequente redução da quantidade de laços amistosos; b) no empobrecimento dos vínculos.

Nessa convergência teórica, personalidade e experiências afetam diretamente na quantidade e qualidade de relações. Assim, algumas pessoas podem concentrar grandes números de relações sem conservar afetos realmente mobilizadores – sobretudo no contexto virtual, em que elas são fácil e comumente contabilizadas.

Como a mercadoria em questão é o “afeto virtual”, isso se exprime em uma coleção de likes, views, friends, followers, matchs e por aí vai. Traduzindo: a noção de sucesso das pessoas passa a ser pautada, entre outros, no número de curtidas que elas acumulam em suas publicações nas redes sociais, em quantos amigos ou seguidores virtuais elas reúnem e – o mais importante nesse estudo – o número de conexões que elas formaram com pessoas romanticamente interessadas.

Na procura pelo par perfeito, o “capitalismo consumista” veicula uma ideia de amor que é “ilusória” e “mitificada”, atribuindo ao sentimento o poder de ser “elixir da vida”. Esse referencial distorcido de amor acaba sendo veiculador da falsa “promessa de autorrealização” através da vivência afetivo-amorosa (Romero, 2007, p. 206). Acredita-se que, apenas quando – e se – as pessoas encontrassem o seu verdadeiro amor (um amor intenso, mobilizador e apaixonado), é que poderiam ser realmente “felizes para sempre”.

Por outro lado, já cientes da rotatividade mercadológica capitalista e de como ela se aplica às relações, torna-se mais cômodo, para o Eu, comprometer-se com fracos vínculos: com baixa qualidade, mas em quantidade. Isto é, cada ente vai estabelecer vários contatos virtuais. Nesse modelo de relação líquida, o Eu tem a ilusão de que se protege do sofrimento, pois que aquele que é objetificado não estará vinculado apenas a ele, nesse princípio utilitarista. O vínculo enfraquecido torna-se, desse modo, reserva daquilo que o Eu pode vir a perder.

De todo modo, como nos ensina Miklos (2012), “Comunicação é vínculo. Comunicamo-nos porque carecemos de afeto, de calor de segurança.

Quando isso não ocorre, germina um imenso vazio” (p. 121, citado por Heidemann, 2018, p. 13). Ao aplicar essa reflexão ao contexto de virtualidade e aos contatos que se efetivam por meio deste, é possível apreender que nem sempre acontece comunicação, de fato. Muitas vezes restringe-se a troca de dados, mas nem sempre se atinge a comunicação capaz de estabelecer vínculos. Restam das ligações tecnológicas conexões líquidas: destituídas de afeições e geradoras de vazio. Isso se sustenta na ideia de que “nossa sociedade despreza cada vez mais os sentidos de proximidade, substituindo-os pelas tecnologias virtuais aplicadas à comunicação” (Miklos, 2010, p. 15, citado por Heidemann, 2018, p. 13).

Fica compreendido que os relacionamentos virtuais são geradores do sentimento de vazio. Mas também já foi esclarecido que é a eles que as pessoas recorrem, fugindo de contatos mais profundos, em consonância com uma modernidade líquida. Relacionando essas ideias, conclui-se que as relações virtuais estão no cerne de um ciclo que parece se sustentar perpetuamente: quanto mais as pessoas se conservam em relacionamentos efêmeros virtuais, mais elas se sentem esvaziadas e sozinhas; ao mesmo tempo, quanto mais sós e vazias, mais elas tendem a buscar esses relacionamentos que prometem salvação para seu sentimento de vazio e solidão. Essa busca parece continuar, posto que “é no imenso vazio que nasce o desejo de comunicação, de religação com o ‘outro’. Do vazio pode nascer a alteridade” (Miklos, 2010, p. 121, citado por Heidemann, 2018, p. 13), ou seja, o vazio e a solidão promovem, em alguma instância, a busca humana pelo outro.

Preocupa, então, quais as possibilidades para que esse ciclo se rompa, ou, pelo menos, se reestruture, com vista a algum tipo de estabelecimento de relações saudáveis.

AUTORRESPONSABILIDADE E O ROMPIMENTO DA LIQUIDEZ

Em síntese, fundamentou-se que, se frustradas em sua busca pelo amor, as pessoas parecem se angustiar e se recolher ao sentimento de solidão. Na fuga da angústia e solidão, acabam por escolher relacionamentos superficiais e líquidos, acreditando estarem se protegendo. Novas frustrações, nascidas nessa liquidez, reiniciam o processo. A virtualidade não apenas favorece essa sequência de comportamentos, mas a acelera: para desvincular-se, basta um block, sem o desgaste e o tempo oferecidos por términos tradicionais.

Romper essa repetição exige compreender que “a angústia e o amor são estruturas básicas da existência” (Forghieri, 1996, p. 99). Desse modo, não adianta o indivíduo tentar se resguardar do amor tampouco da angústia – e nem do sofrimento potencial com ambos. Sentimentos bons e ruins fazem parte da existência humana. Inclusive, para Forghieri, precisamos experimentar um polo para conseguir verdadeiramente experienciar o seu oposto: “A existência humana encontra-se cheia de aspectos que são, de certo modo, contrários e coexistentes (...). Se consigo sentir plenamente a ternura de uma convivência amorosa é porque já conheço a angústia de minha solidão” (Forghieri, 1996, pp.102-103).

O senso comum, que leva tantos a sustentarem essa repetitiva fuga dos sofrimentos, é falho – uma vez que todos sofrem –, e ilusório – já que não promoveria nenhum benefício se poupar das dores emocionais. Esta última ideia é sustentada pela autora, que expressa que “é assim que o ser humano vai conseguindo ser saudável existencialmente: vivenciando ora momentos de grande satisfação e bem-estar, ora momentos de angústia e aflição” (Forghieri, 1996, p. 105). Simplificando, a oscilação emocional não é antagonista à ideia de saúde psicológica. O equilíbrio não precisa ser estático; ele pode ser encontrado na capacidade de conseguir se movimentar entre os extremos da vida.

Se for possível absorver essa ideia e se abrir para o outro, talvez fique mais fácil romper com os relacionamentos líquidos instaurados na contemporaneidade. Isso significa tentar construir relações interpessoais pautadas em vínculo, reciprocidade, diálogo, encontro, significados, pertencimento e intimidade. “Só quando alguém nos abre as portas de sua intimidade, com simpatia e confiança, é que podemos perceber que está revelando sua disposição para um relacionamento” (Romero, 2007, p. 203).

Cabe acrescentar que uma mudança na estrutura social – no que tange o modo com que se dão os relacionamentos na atualidade e na virtualidade – exige um comportamento ativo e autorresponsável. De nada vale entender essa dinâmica e delegar aos outros (possivelmente ainda inconscientes do conhecimento aqui construído) o compromisso de romper com o padrão e promover as transformações necessárias. Por mais angustiante que isso seja, a própria Fenomenologia- Existencial faz o convite ao não-vitimismo, não-quietismo; mas ao engajamento e à tomada de atitude. Em Sartre (1973), lê-se:

o homem que se engaja e que se dá conta de que ele não é apenas aquele que escolheu ser, mas também um legislador que escolhe simultaneamente a si mesmo e a humanidade inteira, não consegue escapar ao sentimento de sua total e profunda responsabilidade. (p. 5)

Na modernidade líquida capitalista, os homens são convidados a agir com “impulsividade”. Critica Bauman (2004, p. 35): “agora não precisamos esperar para satisfazer nossos desejos”. Isso pode nos levar a viver desconsiderando a autorresponsabilidade promotora das mudanças relacionais aqui discutidas. Aproximando a impulsividade de Bauman ao desespero de Buber, refletimos que, quando se vê desesperado, o ente espera encontrar, na presença de outros, a confirmação de “que o sentido ainda existe” (Buber, 1982, p. 47, citado por Forghieri, 1996, p. 108).

Acessar a maneira racional de existir, agindo com maior consciência e visando a reflexão acerca de suas próprias atitudes e experiências, pode ser o caminho de volta para a responsabilidade Existencialista. Na direção de transpor as relações líquidas, cabe reafirmar que não basta que os pares se frequentem habitualmente. É necessário pensar algumas atitudes para se enlaçar de maneira sólida, como concorda Romero (2007, p. 201): “a assiduidade no trato pode até facilitar o nascimento de uma amizade, mas ela requer outros ingredientes para afiançar-se”.

O autor postula algumas premissas beneficiadoras nos liames mais profundos. “Apreço mútuo, confiança, afinidades específicas e boa disposição” são as necessidades mínimas que ele percebe. Ele também se atenta às numerosas limitações, que podem esmorecer e complicar relações interpessoais: “diferenças de idade, de sexo, de status, de nível estamentário, de educação, de sensibilidade, de personalidade”. Requer cautela para que estes não se imponham como “barreiras” (Romero, 2007, p. 203).

Forghieri entende que, quando sintonizados, os seres podem superar suas divergências de gênero, bondade, saber, idade, beleza, cultura, nacionalidade, entre outros – ao invés de essas características se tornarem entraves. As diferenças que tinham o poder de distanciá-los tornam-se simplesmente “atributos individuais” (Forghieri, 1996, p. 101).

Todo o postulado deste trabalho, conduz ao entendimento de que a transformação do modelo de sociedade de liquidez atual é necessária para aqueles que desejam retirar-se do esvaziamento sofrível a que ela nos condiciona. Para isso, não há outro caminho senão renovar os relacionamentos pessoais: “os relacionamentos pessoais estão na base de um redimensionamento da sociedade individualista para uma sociedade solidária” (Giovanetti, 2017, p. 101).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante esse estudo, explorou-se o contexto social de liquidez em que vivemos. Foi possível compreender que os relacionamentos virtuais oferecem um espaço cômodo para a manutenção dessa sociedade líquida de laços voláteis. Para estruturar essa teoria, foi construído um embasamento pautado em reflexões Fenomenológico-Existenciais.

A priori, fundou-se a característica relacional humana e foi possível compreender que o outro é vital na construção de si mesmo. As ideias de Heidegger (1927), Sartre (1973) e Buber (2006) fundamentaram conceitos Fenomenológico-Existenciais como ser-no-mundo-com-os-outros, intersubjetividade e relacionamentos Eu-Tu e Eu-Isso. Forghieri ainda contribuiu com a teoria da existência sintonizada, que propicia bem-estar. Mais tarde, entendemos que ela é oposta à existência preocupada, originadora de angústia.

Sondou-se, ainda no princípio, o papel do capitalismo na instituição de formas de ser mais individualistas e hedonistas, o que fatalmente conduz a relações pautadas em utilitarismo. Foi assim que se estabeleceu a forma líquida de sociedade, definida por Bauman, que conhecemos hoje. Aqui, passa-se a ter relacionamentos líquidos: a ideia de amor como habilidade (em Bauman), somado às repetições de experiências negativas (em Forghieri) e o estabelecimento de expectativas muito elevadas (em Romero) geram frustração e fundam relacionamentos pautados em liquidez.

Um segundo momento trata dos relacionamentos amorosos e do sentimento de solidão. Para isso, investiga-se a estrutura de relacionamentos, pautada em encontro, reciprocidade, diálogo e vínculo, de acordo com Giovanetti (2017). Soma-se a esses, o conceito de intimidade de Romero (2007). Ademais, este autor explica que relações oferecem o sentimento de pertencimento. Essas premissas constituem relacionamentos sólidos e saudáveis, contrários ao fluxo

de liquidez ordinário. Na falta delas, ao invés do sentimento de pertencimento, experimenta-se a solidão.

Uma vez estabelecido o sentimento de solidão, somos provocados a fugir do sofrimento, atingindo um desenraizamento, também entendido como libertação e desapego. Isso conduz ao utilitarismo. Usa-se o outro na busca por segurança, para não sofrer com a solidão, de acordo com Bauman (2004) e Forghieri (1996).

O desenraizamento visa a emancipação humana do sofrimento. Esse desengajamento mantém relações amorosas no formato de amor líquido (para Bauman). Esse contexto – promotor de ansiedades e inquietação – é marcado pela ambivalência relativa ao amor. Ora ele é apresentado como o grande objetivo e única forma de felicidade na vida; ora ele se configura como o grande causador dos sofrimentos. Não obstante, a emancipação e libertação dos outros não altera a essência humana de ser social, dado que a solidão é, ela própria, uma forma de ser relacional.

Posteriormente, em uma terceira parte dessa exposição, coube acessar as particularidades do atravessamento virtual nos relacionamentos afetivo-amorosos e como ele contribui para perpetuação da liquidez dos enlaces. Tratou-se de como a internet estabeleceu novas formas de aproximação amorosa com o advento dos aplicativos de relacionamento. Entretanto, eles não foram suficientes para aniquilar a solidão, apenas para facilitar o utilitarismo. Consequentemente, estabelece-se um mercado que passa a ver os relacionamentos como produtos quantificáveis e cumulativos. Com vistas à quantidade, a qualidade é preterida (tanto para Bauman, quanto para Romero).

Diante disso, conservam-se vínculos enfraquecidos e relacionamentos virtuais líquidos. A procura pelo par romântico, no entanto, não cessa. Em vista disso, o ente passa a buscar essa promessa de amor, acreditando que, ao encontrá-lo, as suas frustrações afetivas e seu sofrimento serão

encerrados – reproduzindo a lógica utilitarista. Entretanto, ferido por essas experiências ruins, o ser se conserva reticente, não se abre plenamente e permanece em relacionamentos líquidos. A virtualidade sustenta com facilidade esse ciclo.

No último ensejo dessa exposição, foi oportuno abranger a autorresponsabilidade enquanto ferramenta essencial para rompimento com a sociedade líquida. Em uma visão Fenomenológico-Existencial, o engajamento se faz necessário para se promoverem mudanças estruturais na sociedade (Sartre, 1973). Uma forma de existência racional – contrária às existências pré-reflexivas sintonizada e preocupada de Forghieri (1996) – ajuda na promoção de autoconsciência sobre as próprias relações e melhor tomada de decisões.

Também a conscientização acerca da saúde existencial pode contribuir com as transformações sociais almeçadas de rompimento com a liquidez. Em vias disso, cabe compreender que angústia e amor – formas, respectivamente, preocupada e sintonizada de viver – fazem igualmente parte das experiências individuais, não sendo possível nem bem-vindo extinguir nenhum deles. Chegamos até aqui com o entendimento de que oscilações emocionais constituem o ser humano.

Entretanto, ainda nos cabe ponderar que o fato de o ambiente on-line sustentar com facilidade as relações líquidas não significa que ele seja o causador delas. Nem mesmo é possível afirmar que o cenário virtual seja o principal meio em que elas se dão. O modo de se relacionar desenraizado e utilitarista se dá entre pessoas, independentemente de em que lugar elas se encontrem. Não é culpa da tecnologia a instauração dessa forma de sociedade. Ao contrário, é a forma de sociedade dada e o estilo de relacionamentos que vão se valer dos meios tecnológicos disponíveis. Aplicativos, websites e demais aparatos eletrônicos são atualizados afim de atender uma demanda por relacionamentos efêmeros e fluidos, que representa o público contemporâneo.

Eles são o resultado da busca de um mercado, concordando com a lei da oferta e da procura, dentro da estrutura capitalista vigente.

Nesse sentido, ao contrário do que supõe o senso comum, formas de existência sintonizada e relações Eu-Tu, podem acontecer virtualmente na mesma medida em que relações líquidas, pautadas no princípio Eu-Isso, se dão presencialmente. “Máquinas conectam-se, seres humanos vinculam-se” (Miklos, 2012, p. 121, citado por Heidemann, 2018, p. 13), assim, atribuir às relações virtuais a responsabilidade sobre a liquidez como nos relacionamos parece ser um julgamento superficial.

No entanto, esta produção não pretende entregar uma visão pessimista de que o homem é um ser desconectado, desvinculado, raso e está fadado a estabelecer relações líquidas. Maria Lúcia Garcia Pallares-Burke, ao apresentar a entrevista que Bauman lhe concede pela Folha de São Paulo, diz que

Bauman tem muito a dizer para uma gama de leitores muito maior do que normalmente se espera de um trabalho de sociologia mais convencional, o que condiz com suas próprias ambições de atingir um público composto de pessoas comuns “se esforçando por ser humanas” num mundo mais e mais desumano. (Bauman, 2003, p. 1)

Deste modo, cabe perguntar, esperançosamente: não seria o tamanho de seu público um indício de que há por aí muitos que buscam construir relações cujos vínculos são mais fortes?

Romero encerra essa questão com a conclusão que parece ser a mais coerente em vista das teorias aqui pactuadas e ideias articuladas. A qualidade das relações, a solidez dos vínculos, a reciprocidade da intimidade, os significados firmados nos encontros e nos diálogos, o sentimento de pertencimento, o bem-estar da existência sintonizada: todos esses decorrem da disponibilidade individual, bem como da abertura emocional de cada ente. Esses fatores podem ser desenvolvidos na medida em que o sujeito racionaliza suas vivências

na direção de elaborar a autorresponsabilidade.

“Entregar-se supõe a vontade de dar. Todos querem receber; alguns querem dar o que lhes sobra. Alguns estão dispostos a dar o que lhes é mais precioso” (Romero, 2007, p. 207).

REFERÊNCIAS

- BAUMAN, Z. (2003, outubro 19). A Sociedade líquida. São Paulo: *Folha de São Paulo*, v. 19, pp. 1-10. Entrevista concedida a Maria Lúcia Garcia Pallares-Burke. Caderno Mais!.
- _____. (2004). *Amor Líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos*. Edição Eletrônica. Rio de Janeiro: Zahar.
- _____. (2011). *Modernidade Líquida*. Edição Eletrônica. Rio de Janeiro: Zahar.
- BUBER, M. (2006). *Eu e Tu*. 10^a ed. São Paulo: Centauro.
- FORGHIERI, Y. C. (1996). Saúde e adoecimento existencial: O paradoxo do equilíbrio psicológico. *Temas em Psicologia*, v. 4(1), 97-110.
- GIOVANETTI, J. P. (2017). *Psicoterapia Fenomenológico-Existencial: fundamentos filosófico-antropológicos*. 1^a ed. Rio de Janeiro: Via Verita.
- HEIDEGGER, M. (2005). *Ser e Tempo*. Parte 1, 15^a ed. Petrópolis: Vozes.
- HEIDEMANN, V. (2018). Incomunicação: uma narrativa sobre os relacionamentos amorosos na rede digital. In: *VI Congresso Internacional de Comunicação e Cultura. Anais*. Universidade Paulista Campus Paraíso, São Paulo, Brasil.
- REIS, F. S. & Almeida, G. F. (2018). As Relações Líquidas Contemporâneas

em Bauman e Frankl: uma discussão sobre modernidade e falta de sentido. *Revista Científica Semana Acadêmica*, v. 1(000120), 1-14. <https://semanaacademica.com.br/artigo/relacoes-liquidadas-contemporaneas-em-bauman-e-frankl-uma-discussao-sobre-modernidade-e-falta>

ROMERO, E. (2007). *Neogênese: o desenvolvimento pessoal mediante a psicoterapia*. 4ª ed. São José dos Campos: Della Bídia.

SÁ, R. N., Mattar, C. M. & Rodrigues, J. T. (2006). Solidão e Relações Afetivas na Era da Técnica. *Revista do Departamento de Psicologia - UFF*, v. 18(2), 111-124.

SARTRE, J. P. (1973). *O Existencialismo é um Humanismo*. Coleção Os Pensadores. São Paulo: NovaCultural.

VAN DEN BERG, J. H. (1973). *O Paciente Psiquiátrico: esboço de uma psicopatologia fenomenológica*. São Paulo: Mestre Jou.

VON ZUBEN, N. A. (2006). Introdução. In: BUBER, Martin. *Eu e Tu*. 10ª ed. São Paulo: Centauro. pp. 5-42.

5. A CONTEMPORANEIDADE E O NÃO SABER DE SI MESMO

Adriana Diniz Meirelles

José Paulo Giovanetti

O problema de pesquisa surge a partir da reflexão sobre a forma com que se vive na contemporaneidade e se esta, influenciaria no ser si mesmo. Forma que se caracteriza pela vida tão acelerada, pela motivação constante de se consumir, pelo modo de se relacionar com o outro tão distantemente, ao mesmo tempo em que se vive contatos tão intensos com as mídias sociais e em que o viver das sensações prazerosas e das respostas imediatas a tudo não nos permite tempo para pensarmos sobre a existência, ou melhor, sobre o nosso existir.

Diante desta forma de viver tem-se surgido diversos adoecimentos existenciais, muitas vezes desconsiderados pela clínica, pela sociedade. Este trabalho tentará contribuir para um melhor entendimento sobre o como se vive e o possível desdobrar deste viver.

O objetivo deste trabalho foi buscar entender se a contemporaneidade estaria influenciando no não saber de si mesmo e quais impactos ela teria sobre este si mesmo. Este objetivo surge em virtude da minha experiência clínica ao escutar de diversas pessoas, durante o encontro terapêutico, a seguinte expressão: ‘Não sei’, bem como questionamentos de colegas de profissão sobre este não saber em suas clínicas, que aquele que nos procura apresenta. Isto se dá quando nos encontros psicoterapêuticos nossos clientes, muitas vezes, emaranhados com seu sofrimento existencial, não conseguem falar de si, não

conseguem ter as percepções, sensações ou mesmo a consciência necessária para o seu vir a ser.

Gostaria, inicialmente, de salientar que não houve, neste texto, pretensão em discursar sobre as diferenças entre modernidade, pós-modernidade e outras nomenclaturas, discussão esta ainda existente entre os próprios pensadores. O objetivo aqui é apenas pensar o funcionamento dos últimos 50, 30 anos para que possamos traçar um entendimento do que é a contemporaneidade, de como ela pode influenciar toda esta forma de ser no mundo, sobre o sofrimento que se apresenta hoje em nossos consultórios e, por que não, vislumbrarmos um horizonte da nossa atuação, enquanto psicólogos, diante de possíveis outros sofrimentos ainda não manifestos, mas que diante da condução da forma de ser e estar na vida hoje, podem surgir.

Obviamente, este trabalho não se esgota, nem mesmo se aproxima de qualquer verdade imposta como absoluta. Ele se apresenta como uma possibilidade de se pensar a forma de ser e estar no mundo nos últimos anos, nossa responsabilidade sobre este estar e o que faremos com isto.

Esta é uma pesquisa bibliográfica que tomou como base a abordagem fenomenológico-existencial. Assim, buscamos alguns autores que pudessem iluminar o nosso trajeto por meio de seus conceitos e estudos sobre o tema. São eles: Giorgio Agamben, com sua visão sobre o que é o contemporâneo, David Le Breton, por se aprofundar no distanciar-se do si mesmo, José Paulo Giovanetti, por demonstrar os adoecimentos na contemporaneidade e Donald Woods Winnicott, pela sua teoria do desenvolvimento em que o si mesmo começa a se constituir.

Destarte, elaboramos este trabalho em três capítulos. No primeiro, buscamos entender o que é contemporaneidade e suas características, no segundo, fomos ao encontro do que é o ser si mesmo e no terceiro, analisamos o impacto da contemporaneidade neste si mesmo e possíveis adoecimentos como consequência.

A CONTEMPORANEIDADE

Giorgio Agamben (2009) em seu livro intitulado ‘O que é o contemporâneo? e outros ensaios’, reflete sobre uma colocação de Nietzsche acerca da contemporaneidade e nos diz que ela

[...] é uma singular relação com o próprio tempo, que adere a este e, ao mesmo tempo, dele toma distancias; [...] Aqueles que coincidem muito plenamente com a época, que em todos os aspectos a esta aderem perfeitamente, não são contemporâneos porque, exatamente por isso, não conseguem vê-la, não podem manter fixo o olhar sobre elas (AGAMBEN, 2009, p. 59).

Buscando uma compreensão deste olhar, para que se seja contemporâneo é preciso que se saia da cegueira da cotidianidade, de repetir padrões socioculturais, entrando no espaço tempo que envolve o passado e presente, mas que permite o lançar-se, o projetar-se para o futuro, para o desdobramento possível do que o aqui e agora está proporcionando existencialmente, ampliando uma visão do fenômeno.

[...] esse escuro não é uma forma de inércia ou de passividade, mas implica uma atividade e uma habilidade particular que, no nosso caso, equivalem a neutralizar as luzes que provêm da época para descobrir as suas trevas, o seu escuro especial, que não é, no entanto, separável daquelas luzes (AGAMBEN, 2009, p. 63).

Vivemos o presente na dimensão de executar aquilo que nos cabe social e culturalmente, envolvendo-nos na rotina, nos afazeres, nas obrigações, nas conquistas a que somos conduzidos a alcançar. Não há um convite para uma contemplação, para uma reflexão sobre este viver. Assim, as possíveis consequências de tudo o que vivemos hoje, seja de forma privada ou coletiva, como por exemplo o imediatismo, o consumismo, o hedonismo etc.,

estariam neste ponto cego, ou melhor, nesta luz que nos alcança com muita intensidade e força, a que podemos chamar de contemporaneidade.

Nesta condição, não estamos pensando se fazer parte do Facebook ou do Instagram onde colocamos nossa privacidade, seja ela em forma de dados pessoais ou de fotos para todo mundo ver, ou ainda, se ficamos a todo o tempo com o olhar voltado para uma pequena tela de celular, nos trarão consequências futuras; se o fato de acharmos que temos sempre razão diante da nossa relação com o outro, trará alguma implicação a posteriori. Apenas fazemos, apenas repetimos. Com isso, vamos seguindo sem nenhum senso crítico sobre aquilo que se nos apresenta. Vamos repetindo comportamentos e padrões, sem nem mesmo saber o porquê deles. Será que nos manteremos apenas imersos na cultura, na sociedade, sem conseguirmos nos projetar sobre ela, nos afastando para olhá-la e refleti-la?

Parece-nos que é preciso que nos afastemos do fenômeno para que ele seja visto, o que não quer dizer ausência de relação. É lançando um olhar para o passado, que poderemos entender o contemporâneo. É no olhar lançado para o passado que se pode verificar o presente, porque o presente é um instante que quando se vê, já passou.

No pensar contemporâneo que Agamben propõe, sai-se do presente, da cegueira e lança-se ao futuro, às possibilidades, ao horizonte, eu caminho para algo que ainda não vislumbro, para uma luz que ainda não chegou aos meus olhos. Para Agamben (2009) ser contemporâneo “[...] é aquele que mantém fixo o olhar no seu tempo, para nele perceber não as luzes, mas o escuro.” (AGAMBEN, 2009, p. 62). Aqui surge a dimensão da nossa responsabilidade diante do existir, pois se o que fizemos ontem e o que fazemos hoje ‘reflete’ no presente e ‘refletirá’ no futuro, parece ser preciso ‘refletir’ nossa contemporaneidade, sobre sua ação na nossa forma de ser e estar no mundo. Mas isso não é coisa fácil. O mesmo autor nos diz que essa capacidade é algo

raro e corajoso, pois esta luz que procura nos alcançar como uma explicação está é se distanciando de nós, daí a coragem de olhar para o escuro da época.

A contemporaneidade então, nos atravessa no ontem, no hoje e no amanhã. No ontem, “É como se aquela invisível luz, que é o escuro do presente, projetasse a sua sombra sobre o passado, e este, tocado por esse fecho de sombra, adquirisse a capacidade de responder às trevas do agora.” (AGAMBEN, 2009, p. 72). No hoje pela busca desta compreensão que atravessa o tempo e no amanhã com os próximos contemporâneos que olharão para trás a fim de iluminar o presente obscuro que certamente se apresentará, a não ser que algo mude.

Assim, esta luz que se projeta aos nossos olhos nos dias de hoje nos chega trazendo algumas formas de se entender o existir, mas que vem carregando consigo consequências que, só hoje, no presente, estão se tornando passíveis de percepções, tais como consumismo, imediatismo, hedonismo, tecnicismo, individualismo.

Vivemos em uma sociedade capitalista que teve suas primeiríssimas sementes lançadas a partir do Século XII, e que progrediu a passos largos contribuindo para a alteração da mentalidade que se tinha na época, em que a finalidade da vida não era o acúmulo dos bens materiais, bem como para a busca de um lucro máximo, vindo a tornar-se um modelo global de vida (COMPARATO, 2011). Fazendo um percurso mais significativo pelos séculos XVIII, XIX e XX, esta forma de sociedade, de cultura, funciona até os dias de hoje, século XXI, e nos incentiva a crer que consumir é sinônimo de felicidade, de bem-estar, de liberdade e de ser alguém na vida. Esta mesma sociedade tem-nos levado a uma vivência imediatista, pois tudo tem que ser respondido a tempo e a hora, a viver de forma líquida, valendo-me aqui de uma expressão utilizada por Bauman, não conseguindo criar vínculos reais, conduzindo-nos a momentos de prazer e não a uma construção do ser, ou seja, vivemos relações líquidas com nós mesmos, com o nosso próprio existir, anunciando

o individualismo e o vazio, que são fortalecidos pelo uso de equipamentos tecnológicos que nos trazem a ideia de nos aproximar, mas que talvez esteja nos afastando das relações.

Com o passar dos séculos, nunca se viu, na história da humanidade, tantas mudanças como as que ocorreram no final do século XX para o século XXI. Mudanças muito significativas, profundas na maneira de organizar a vida social e gerar valores, principalmente nos últimos 30 anos, onde as mudanças foram cíclicas afetando a vida em seus diversos âmbitos – social, econômico, cultural, psicológico e afetivo, sobretudo por meio das transformações dos valores. Tendo a Modernidade como inspiração para o modo de viver, em que tudo é explicado pela razão, tudo deve ser medido, a humanidade, a partir da década de 60, entra em uma crise que gera dificuldades no que diz respeito a razão como ordenadora da vida humana. (GIOVANETTI, 2005, 2015, 2019).

Neste mesmo período o homem, apesar de buscar uma vida melhor e mais confortável, materialmente falando, ainda tinha seus valores estruturados e determinados por certos princípios, que faziam com que sua forma de pensar ainda estivesse no entendimento de que esta busca, pelo bem material, não responderia às suas aspirações mais profundas. Isso se manteve até a década de 70 passando lentamente por uma mudança quando as certezas, hipoteticamente inabaláveis, se transformaram em incertezas, onde as convicções foram deixando de existir devido a mudanças socioculturais da época e ao insucesso de certas ideologias. (COLOMBO, 2012; GIOVANETTI, 2005).

Com toda esta mudança, toda esta crise, surge uma nova forma de ser no mundo que vem recebendo algumas nomenclaturas, sendo Pós-Modernidade a mais usada. Chega-se, então, aos anos 1980, 1990, um mundo em desconstrução onde o homem se vê sem os valores consolidados, tais como amor e trabalho, e princípios de outrora que lhe davam mais certezas sobre a vida e onde a dimensão material assume um lugar preponderante na sociedade

(COLOMBO, 2012; GIOVANETTI, 2005, 2015, 2019). Nesta mesma década, deu-se início a sociedade do consumo que traz como forma de viver o individualismo e o tédio, este último considerado por Giovanetti (2019) como um tipo de adoecimento existencial. “A existência humana nessa sociedade esvai-se de seu conteúdo humano e torna-se uma mercadoria a mais para ser consumida.” (GIOVANETTI, 2019, p. 71).

Deste modo, o homem contemporâneo afastado de aspirações mais profundas, com constantes necessidades materiais a serem supridas e constantes criações de produtos para gerarem as necessidades, encontra o consumismo e com ele se alia. Neste desdobrar surge uma diferença em como se via os produtos e em como eles passaram a ser vistos.

Para Bauman, há uma passagem do consumo para o consumismo, a que ele dá o nome de ‘revolução consumista’. “O ‘consumismo’ chega quando o consumo assume o papel-chave que na sociedade de produtores era exercido pelo trabalho.” (BAUMAN, 2008, p. 41). A era dos produtores marcava-se por um ideal de segurança, conforto, zelo, onde se tinha, para os bens de consumo, um olhar de perduro, sobrevivência. O consumo era para o sustento, as coisas eram feitas para durarem, para não estragarem, permanecerem em suas vidas por muitos anos. Não existia um ideal de prazer e satisfação imediatos, que existe no consumismo, o que se buscava era a segurança, a perpetuidade, a estabilidade. Diferentemente do consumo, que seria uma característica do ser humano, o consumismo seria um atributo da sociedade. Para o autor, deve haver uma averiguação ao que se deseja, ao que se quer, ao que se almeja e de como isto está mudando em decorrência da passagem do consumo para o consumismo. Há uma diferença na maneira que se vivia para o como se vive no consumismo, pois este relaciona o ser feliz “[...] a um volume e uma intensidade de desejos sempre crescentes, o que por sua vez implica o uso imediato e a rápida substituição dos objetos destinados a satisfazê-la.” (BAUMAN, 2008, p. 44). Assim, os produtores tinham como algo de maior valor e de basilar

propósito dos bens adquiridos, a segurança a longo prazo, situação bem diferente na sociedade de consumidores que têm como algo maior o consumo imediato associando à felicidade (BAUMAN, 2008).

Este consumo passa a ser reforçado pelas redes de comunicações, onde as propagandas estimulavam e estimulam a venda de uma imagem de felicidade, perfeição, disposição, sucesso, saúde, juventude, beleza, sensualidade e assim por diante. Prova disso são alguns slogans: “Vem ser feliz!” diz uma rede de lojas, “Abra a felicidade!” diz uma marca de refrigerantes, “... o sucesso!” dizia uma marca de cigarro na década de 1980.

Felicidade então torna-se sinônimo de acúmulo, de gasto, de consumismo, de aparência. Para Giovanetti,

Na maioria das vezes, o consumo é orientado por uma postura egoísta. Exemplo: o carro que compro é para demonstrar o meu status econômico, as roupas de grife são para que eu seja visto e valorizado pelos outros. Essa postura do “aparecer”, de ser aos olhos dos outros, leva cada vez mais a uma atitude individualista. A ideologia contemporânea consiste em acreditar que só existe o indivíduo (GIOVANETTI, 2019, p. 55).

Tendo o homem, ao longo do tempo, se colocado como o foco, o centro da organização de toda a realidade, teve-se como desdobramento o egocentrismo, uma interioridade egoísta que exclui o outro e que dele não se precisa para ser feliz, tendo isto, inclusive, como máxima existencial, culminando em uma dinâmica social que favorece apenas a si próprio, as suas vontades, aos seus desejos, às suas satisfações, conduzindo-se para uma ética hedonista (GIOVANETTI, 2005).

Bem, se são os objetos, os bens materiais, o próprio prazer que traz felicidade ao homem, nada resta a não ser o prescindir do outro, pois este não é um bem de consumo, apesar de estar sendo transformado como um, mas

algo que dura, ainda que tenha finitude, e que a hora da morte seja incerta. Esquece-se, porém, que o outro e a relação que com ele pode ser construída, dura mais que um celular ou um notebook.

Sendo assim, deixando de lado a importância do passado e do futuro em seu existir, o presente passa a ser, nesta dinâmica, aquilo que vai edificar a vida, que vai estruturá-la, onde o próprio prazer, a própria satisfação é que importa, dando a contemporaneidade uma submissão ao presente como lei, é o agora que manda, sem consequências. Hoje “[...] o homem quer viver mergulhado em satisfações imediatas, buscar sensações que o façam esquecer-se das preocupações e ameaças futuras, estabelecer sua organização de vida no eixo do presente, isto é, viver o momento atual e nada mais.” (GIOVANETTI, 2005).

A felicidade estava, diferentemente de hoje, vinculada às vivências das virtudes, entretanto, hoje com característica hedonista que a sociedade contemporânea apresenta, é justamente na busca dos bens materiais e na busca do prazer que se promove a felicidade, pois o consumismo se torna uma maneira de ser do homem, desdobrando em uma crença de que para se sentir feliz faz-se mister aproveitar o prazer, uma vez que este gera uma agradável sensação (GIOVANETTI, 2015).

Todas estas mudanças ao longo da história nos conduziram, também, à tecnologia. Ainda envolvidos pelo consumismo, pela busca do prazer e da satisfação, porém levados a um possível isolamento e a uma nova forma de relação e interação, somos envolvidos por ela. Para Giovanetti (2019), o desenvolvimento da tecnologia foi avassalador e o que vimos fazendo é observar a sua entrada em nossas vidas e a dependência que por ela desenvolvemos, há um escravizar. Usando o celular como exemplo, o autor escreve que este objeto é considerado um cordão umbilical, tamanha dependência que temos dele. Para ilustrar trarei a fala que ouvi de uma amiga: “Perdi meu celular. Toda a minha vida estava lá. E agora? O que eu faço da minha vida”. Esta parece estar sendo a dimensão do existir.

Não resta a menor dúvida que a tecnologia nos trouxe grandes contribuições. Hoje podemos fazer uma ligação de vídeo com alguém que está do outro lado do mundo. Fazemos pesquisas e conseguimos respostas para nossas dúvidas culturais, intelectuais e, até mesmo emocionais pela internet, num piscar de olhos; satélites nos auxiliam nas comunicações e nas previsões das condições climáticas do planeta; na medicina, os exames de imagem vêm cada vez mais contribuindo para um melhor diagnóstico e tratamento etc., entretanto devemos nos lembrar que sua dimensão se refere ao uso que fazemos dela. A nossa própria capacidade de pensar sobre ela é fundamental, para que haja um certo escrúpulo em seu uso, bem como não nos tornarmos tão reféns dela.

O filósofo brasileiro, Mário Sérgio Cortella, em uma entrevista à Revista época Negócios, reflete sobre este tema da tecnologia, dizendo que essa “[...] não pode ser nossa senhora, tem que ser nossa serva. Sempre que algo que é do nosso uso nos possui, isto é, domina o nosso cotidiano, esgota nosso tempo, devora nossa condição de convivência, existe algum tipo de malefício.” (CORTELLA, 2014).

A velocidade com que a tecnologia nos responde, nos dias de hoje ligamos o botão do computador e ele tem que ligar, ele tem que funcionar e parece que estamos querendo que nossas relações com o mundo sejam assim, liga-desliga, obedece ou não obedece. Tudo tem que ser preciso e precisa atender ao meu primeiro comando e ao que eu espero dele e, quando isso não acontece, nos frustramos intensamente, nos sentimos perdidos, enraivecidos até. Assim, parece-nos que estamos seguindo esta forma técnica, mecânica inclusive na comunicação das nossas emoções. Exemplo disso são os *emoticons* nos celulares. Eles expressam nossas emoções nas mensagens que enviamos, mas quando somos perguntados sobre elas, não sabemos responder, quando estamos diante do outro não sabemos o que dizer, e quando somos convidados a refletir sobre o que ou como nos sentimos, também não sabemos. Este

funcionamento também se refere à própria linguagem que vem sendo empobrecida e onde, muitas vezes, nos aparelhos de comunicação, geram constrangimento e rompimentos de relações, pois o que é escrito de uma forma, nem sempre é lido da mesma forma com que se intencionava dizer, ao contrário, lê-se diferente. Aqui temos uma questão, pois nos apoiamos nos emoticons, nos *gif* para endossar o que está sendo falado, digo, escrito, entretanto, estamos sempre em uma interpretação negativa do que o outro nos diz.

O que diria Heidegger sobre esta situação nos dias de hoje, podemos até supor, mas em 1946, ele refletia sobre algo muito semelhante em sua carta para Jean Beaufret. Dizia ele:

Estas questões presentes em sua carta talvez pudessem ser melhor esclarecidas em uma conversa cara a cara. No escrito, o pensar perde facilmente seu dinamismo. Mas o mais difícil de manter ali é justamente a pluridimensionalidade própria de seu âmbito. Diferentemente do que ocorre com as ciências, o rigor do pensar não consiste apenas na exatidão artificial dos conceitos, isto é, em sua exatidão técnico-teórica. Consiste no fato de que o dizer permanece limpidamente no elemento da verdade do ser e deixa que reine o simples de suas múltiplas dimensões. Mas o escrito, por sua vez, impõe a obrigação saudável de uma formulação linguística pensada e cuidadosa (HEIDEGGER, 2008, p. 328).

Para finalizar a nossa reflexão sobre a contemporaneidade, toda esta transformação da sociedade contemporânea, sinalizada por alguns teóricos, sugere que há hoje o “império da tecnologia”, pois até a máquina vem num processo de substituição do homem, cabendo a este a vigilância daquele. Há que se indagar sobre a influência de tanta mudança na subjetividade humana, pois há um desaperceber dos valores, uma superficialidade que se caracteriza no ritmo das relações, um jeito individualista de ser, um outro como inimigo e não como parceiro, o prazer como objetivo tendo o momento atual como

norte sobrepondo-se a dimensão do futuro e onde, nas redes sociais se é capaz de criar um personagem a fim de facilitar a relação com o outro e onde, por fim, a imagem de si, do eu fica acorrentada, sem solidez, sem constância (GIOVANETTI, 2019).

Um não saber de si?

O QUE É O SER SI MESMO

Trazendo nossa reflexão para o proceder terapêutico, para o encontro que se dá diante do cliente que nos chega misturado com suas angústias e da sua forma de ser e estar no mundo que, até então, vem lhe trazendo sofrimento, temos como um dos caminhos, favorecer uma maior percepção diante daquilo que se lhe apresenta. Buscamos auxiliá-lo na compreensão das suas sensações, percepções e sentimentos ou seja, da consciência que tem de si mesmo e da troca que tem com seu ambiente, com seu mundo. Entretanto, na clínica o que mais temos observado diante desta conduta é a seguinte expressão: ‘Não sei’.

Há uma incapacidade de falar de si mesmo, de entender sobre si mesmo, seus sentimentos, suas emoções, podemos dizer uma falta de contato consigo mesmo. O não responder por si, gera uma angústia que dificulta a tomada de decisões, pois acabamos tendo que nos responsabilizar por algo que não conhecemos, nós mesmos. Podemos pensar: O que este não saber sugere? Que consequência tem este não saber? Do que a pessoa precisaria abrir mão para estar mais próximo de si mesma, do mundo? Será que o que o mundo traz deve ser vivido em sua total dimensão? Será que encontra-se nas ofertas que a sociedade contemporânea dá o que não se está encontrando em si mesmo?

Diante das reflexões, prosseguimos pensando sobre o quanto a própria vida possa ser um fenômeno e que como tal, cada pessoa se relaciona com ele de forma diferente, cada pessoa percebe uma parte dele, o que é natural, mas

também, o quanto a forma com que a vida se apresenta, influenciada pela questão sociocultural, pode influenciar no nosso modo de ser, possibilitando sofrimentos. A questão que se nos apresenta, talvez, é quando esta forma de ver se torna verdade absoluta, impedindo um olhar mais amplo sobre o próprio fenômeno e não alcançando a compreensão das várias facetas nele existentes e, conseqüentemente, as várias possibilidades de com ele se relacionar, que não necessariamente, corresponder às expectativas da contemporaneidade.

Esta reflexão nos conduz à questão do ser si mesmo. Podemos nós sermos nós mesmos, conhecermo-nos e ainda assim, estarmos no todo, em relação com o todo, com o mundo? Le Breton (2018) reflete, entre outras coisas, sobre o esforço que o indivíduo precisa fazer para manter-se si mesmo, devido a uma sociedade que “[...] se impõem a flexibilidade, a urgência, a agilidade, a concorrência, a eficácia, etc.” (LE BRETON, 2018, p.8).

Apesar de toda a melhora, toda a diferença que as condições de vida apresentam hoje em comparação com os nossos antepassados, há algo que não podemos deixar de ter circunscrito em nós mesmos que seria “[...] dar significado e valor à existência em sentir-se ligado aos outros, em experimentar o sentimento de ter um lugar no seio do vínculo social” (LE BRETON, 2018, p.8).

Isto parece ser um ponto de partida para que ser si mesmo seja algo possível na contemporaneidade, pois para ele, há uma ‘individualização do sentido’ onde cada um começa a responder por si, sem o respaldo, o suporte de um apoio social e de uma regulação que possa auxiliar na autonomia. Manter-se no vínculo social na contemporaneidade, é para ele, um esforço hercúleo e uma grande tensão. Há uma luta no individualizar-se para que se corresponda a demanda da hipermodernidade (LE BRETON, 2018, grifo nosso).

A pessoa exausta de buscar se individualizar, se coloca em uma condição chamada de ‘Branco’, é um afastamento de si, uma condição em que busca-se, entre outras formas, mecanismos patológicos para dar um tempo

a si mesmo, para possibilitar uma resistência por Le Breton denominada de ‘individualismo democrático’ das nossas sociedades. O autor cita a síndrome de *Bournout*, Depressão, Alzheimer, Anorexia, entre outras formas de adoecimento como possibilidades para este escape. Para ele há um caráter penoso que é compensado por estas novas formas de ser que refletem um desejo de abrandar a pressão de corresponder ‘a’.

Parece que, por não saber que está totalmente misturado com a captura deste ‘individualismo democrático’, o sujeito adoece. Mais do que isso, por não ter força ou a ter perdido, o indivíduo encontra o afastamento de si, uma falta de contato consigo mesmo como saída, como uma integridade. Le Breton, coloca algo de muita significância sobre o que favorece o indivíduo, sobre o si mesmo dizendo que:

O indivíduo que não dispõe de recursos sólidos para se ajustar, dar significados e valores aos acontecimentos, que não tem autoconfiança suficiente, sente-se ainda mais vulnerável e é obrigado a firmar-se por si mesmo, já que não encontra apoio na comunidade (LE BRETON, 2018, p.8).

É esta falta de contato consigo mesmo, com suas possibilidades, quanto um ser de afeto e de relação, que promove o adoecimento. Se, o ponto de partida para nos definirmos é a relação com o mundo, com o outro, pelo qual se abre o caminho para que o si mesmo se constitua, num mundo em que o individualismo está sendo a regra, a referência, o si mesmo se perde. Aquilo que o individualismo tenta oferecer é uma fantasia, uma ilusão, e ao invés de proporcionar relação, proporciona o vazio, o distanciamento, o adoecimento, destruindo a possibilidade do contato com o sentido da vida.

Aqui podemos pensar que Le Breton nos coloca diante de um possível paradoxo, pois hoje, na contemporaneidade, estamos ligados a coletividade, ao vínculo social, através do que ele chama de ‘individualidade dos sentidos’. Mas

como assim? Bem, se o essencial da vida “consiste em dar significado e valor à existência, em sentir-se ligado aos outros, em experimentar o sentimento de ter um lugar no seio do vínculo social. [...]” e ele hoje se dá pela “[...] individualização do sentido” (LE BRETON, 2018, p. 8) tornando cada um responsável por firmar o si mesmo por si mesmo em uma sociedade que só sabe falar de si em um contexto individualista, temos um paradoxo.

Na contemporaneidade, talvez sintamo-nos pertencentes sim, mas a um mundo virtual onde conecta-se com todo (o) mundo, mas onde, muitas vezes, não há laço com ninguém, onde cada um cuida da própria vida, apesar de “compartilhá-la” nas mídias sociais. O laço com o outro é feito com algo virtual, com algo fugaz, que pode ter fim com um *click*, o que não elimina a angústia do existir. Muitas vezes é um laço que se apresenta como uma exposição de imagem, exposição de felicidade não exatamente reais.

Apesar de haver uma comunicação cada vez maior entre as pessoas, o indivíduo vem cada vez menos criando espaço para um encontro que possa ocorrer presencialmente. Existe uma presença junto ao outro que se estabelece através dos canais de comunicação como *chats*, televisão, internet, celular, mas que se configura por um ‘estar junto sem estar’ colocando entre parênteses a presença do outro pelo tempo que quiser, favorecendo a interrupção das relações no apagar da tela. No dia a dia da vida há um descomprometimento na maioria das relações, dando preferência às relações superficiais (LE BRETON, 2018, p.9, grifo nosso).

Gauchet escreve sobre esta questão de viver em sociedade, de ser cidadão, de olhar para o outro e vê-lo, que diz:

[...] a cidadania, há alguns anos atrás, era uma conjunção entre o geral e o particular. Cada indivíduo devia apropriar-se do ponto de vista do conjunto, situar-se como um entre outros, em um movimento em que nem um nem o outro se perdem. Hoje, “o que prevalece é a disjunção,

cada um tendo de fazer valer sua particularidade junto a uma instância do geral [...]. Os responsáveis que se arranjam” (GAUCHET apud LE BRETON, 2017, p. 9).

Mas afinal, que si mesmo é este que se relaciona com o todo, que é interdependente, que vive a contemporaneidade, mas que parece não saber de si? Onde este si mesmo começa em nós? Em que escuridão do nosso universo pessoal, do tempo de nosso existir este si mesmo se constitui?

Quando o indivíduo nasce, está totalmente dependente de um outro indivíduo e deste precisa para ser apresentado ao mundo e desenvolver sua tendência inata à integração. Isto se dá gradativamente na experiência que se apresenta em algumas fases, mas não tem um período pré-determinado. Há, inicialmente, um não-eu que está fundido com a mãe, que é o primeiro objeto com o qual o bebê entra em contato e, é na amamentação, no como esta se dá, ou seja, o olhar, o segurar, o manejar, que o bebê começa a se relacionar com o meio externo (MARCHESINI, 2010). Importante ressaltar que mãe significa qualquer cuidador (a) que possibilitará o crescimento ideal ou não para este bebê.

Segundo a autora, a primeira mamada, chamada por Winnicott de teórica, não é considerada como um ato de alimentação ou de um saciar, mas como o início do contato com a realidade que trará abertura para constituição do si-mesmo e, conseqüentemente, uma integração como uma unidade que ocorrerá gradativamente (MARCHESINI, 2010). “Isso constitui uma nova experiência que vai além da experiência de continuidade de ser, surge à experiência do ser como uma identidade. Ao criar um objeto o bebê está criando seu si-mesmo, sua identidade, [...]” (MARCHESINI, 2010, p. 51).

A constituição do si mesmo se apresenta a partir de uma fase muito primeva que irá permanecer ao longo da vida até a morte do indivíduo através de diversas relações entre o bebê, a mãe, o objeto e o mundo, relações estas

que deverão ocorrer em um ambiente favorável. Este ambiente, que deve ser satisfatório, trará para o bebê imperiosas condições para que tendências individuais herdadas apareçam e desenvolvam-se (MARCHESINI, 2010, p.14).

Neste ambiente a mãe provê as necessidades do bebê, que irá gradativamente entrando em contato com os objetos compreendidos em seu próprio mundo subjetivo, favorecendo em seu desenvolvimento, a procura por novas experiências e reações. Esta troca, inclusive, possibilita o começo das relações interpessoais, criando um sentido à existência humana e um desenvolvimento emocional que seja saudável (MARCHESINI, 2010).

Vai-se de uma total dependência, para uma independência considerada como relativa, devido a interdependência existente entre os seres. Vale a pena, neste momento, trazer um pensamento do Winnicott sobre esta independência como um estado que não sugere isolamento ou invulnerabilidade:

Seria nocivo para a saúde o fato de um indivíduo ficar isolado a ponto de se sentir independente e invulnerável. Se essa pessoa está viva, sem dúvida há dependência! Dependência da enfermeira de um sanatório ou da família. [...] porque a saúde social depende da saúde individual; a sociedade não passa de uma duplicação maciça de indivíduos. A sociedade não pode ir além do denominador comum da saúde individual, e não pode avançar mais porque a sociedade tem que cuidar de seus membros enfermos (WINNICOTT, 1999, p. 3-4).

Neste caminho para o amadurecimento, “[...] o bebê irá criando a externalidade do mundo, irá acalçar a capacidade de relacionar-se com a realidade externa sem que isso ameace o seu si-mesmo.” (MARCHESINI, 2010, p. 42), chegando a uma fase intitulada por Winnicott de ‘Eu Sou’. Esta fase é considerada como o aspecto central do desenvolvimento humano, sendo a aquisição de um eu coeso, um eu integrado que precisa ser mantida e necessita, mais uma vez, do arrimo de alguém que favoreça esta trajetória. Quando

todo este desenvolvimento, esta integração ocorre de forma favorável para o indivíduo, ocorre uma vivacidade oriunda da relação do seu si mesmo com o mundo externo em que as experiências vão realimentando a vida psíquica levando o indivíduo a um avanço cada vez maior que fará com que se sinta real e vivo (MARCHESINI, 2010 p. 15-59, grifo do autor).

Ao desenvolver-se a criança torna-se capaz de sentir Eu Sou e seu interior passa a ser capaz de suportar as pressões apresentadas tanto pela realidade externa quanto interna. A pessoa que está totalmente integrada é capaz de assumir suas responsabilidades por todos os sentimentos e ideias que pertencem ao estar vivo (MARCHESINI, 2010, p. 15).

Para Winnicott (2005, grifo do nosso), é depois desta integração que o indivíduo ‘É’, pois alcança uma unidade e este ‘eu’ passa a adquirir um ‘dentro’. Aqui, as memórias oriundas das experiências, têm a possibilidade de se agruparem favorecendo o erguer da estrutura imensamente complexa da qual o ser humano é portador.

O amadurecimento vai se estabelecendo na vida do bebê em um tempo, em uma fase que não é determinada, mas que, entretanto, permanecerá por toda a vida, pois uma vez que o bebê acessa este ‘simples estado de ser’, tem a necessidade de continuar sendo e este estado passa a ter uma importância tal que se perpetua como uma tarefa fundamental na vida do indivíduo (MARCHESINI, 2010, grifo do autor).

Há a necessidade de se criar uma condição para que o processo de desenvolvimento e amadurecimento aconteça. Um espaço potencial rico de confiança oferecido para a criança, que dê a ela a possibilidade de entrar em contato com os objetos, descobrindo-os e passando a brincar de forma criativa. Isso favorece o início de um viver criativo que compõe um estado saudável, uma sensação de merecimento de viver a vida. Este espaço torna-se um

lugar de infinita separação do não eu e do eu que fará com que tanto o bebê, a criança ou mesmo o adulto possam preenchê-la de forma criativa que com o passar do tempo permitirá a fruição da herança cultural. Porém, quando este ambiente não é adequado, trará a possibilidade do indivíduo sentir que não pode viver criativamente, tendo, inclusive, dúvidas sobre o valor do viver, sendo a submissão para este estado saudável, o doentio suporte para a vida (WINNICOTT, 1975).

É através da apercepção criativa, mais do que qualquer outra coisa, que o indivíduo sente que a vida é digna de ser vivida. Em contraste, existe um relacionamento de submissão com a realidade externa, onde o mundo em todos seus pormenores é reconhecido apenas como algo a que ajustar-se ou a exigir adaptação (WINNICOTT, 1975, p. 108).

Parece-nos, então, que perceber e aperceber às experiências oriundas da relação com o mundo nos favorece um melhor viver, e a falta destas no modo de ser na vida portanto, nos traria um afastamento do nosso eu, ou seja, uma falta de contato conosco mesmo e uma obrigatoriedade em submetermos-nos às exigências do mundo externo, inclusive de forma imediata.

Farei uso aqui, de uma citação de Ginger e Ginger ao expressarem que “É preciso destruir para digerir, [...] é preciso morder, rasgar, mastigar e remastigar pacientemente, e não introjetar uma alimentação constituída de pratos cozidos e já prontos, raramente adaptados ao estômago e ao gosto individual.” (GINGER E GINGER, 1994, p. 11). E não é esta a forma atual de ser e estar na vida? Não é desta forma que a hipermodernidade se apresenta e com ela a nossa forma de viver?

Morder, mastigar, remastigar solicita tempo, avaliação, mesmo que instintiva. Tempo para perceber que tipo de alimento está se comendo, de que forma ele será inserido na cavidade bucal, qual a melhor força a ser usada na mordida ou se será preciso triturar ou apenas amassar o alimento com a língua

e deglutir. Há que se ter tempo para uma boa digestão, pois, como diz um provérbio chinês, estômago não tem dentes. Diante daquilo que nos impede, daquilo que nos trava, daquilo que nos gera dúvida ou angústia não paramos para nos olhar e ouvir, não avaliamos nossos sentimentos, reações, emoções, buscamos responder a tudo que é complexo da mesma forma que a contemporaneidade se apresenta para nós e, esta tentativa, nos deixa mais adoecidos, cansados, exauridos até, pois exige um ritmo que, poderíamos pensar, não é biológico e isto é um problema. Por tanto, fica-nos a impressão de que a velocidade com que a contemporaneidade nos solicita a viver, não nos favorece o tempo de ser.

Se não se tem consciência ‘de’, conseqüentemente a relação com o ambiente, com o mundo fica prejudicada. Sobre consciência, Galli (2007) escreve que ela “[...] é uma intimação a si mesmo, ao seu poder-ser-si-mesmo [...]” (GALLI, 2007, p. 56).

Ter consciência do como se está existindo, é dar um sentido a própria existência. Este ato de dar sentido caminha junto com a responsabilização pelo nosso próprio existir, pelas nossas escolhas nas relações que estabelecemos com o mundo. Ter consciência nos possibilita desvelar, descrever aquilo que se apresenta na experiência vivida, aquilo que está oculto em nós e que, muitas vezes, aí o deixamos para que não entremos em contato com a angústia.

A intencionalidade é, essencialmente, o ato de atribuir um sentido; é ela que unifica a consciência e o objeto, o sujeito e o mundo. Com a intencionalidade há o reconhecimento de que o mundo não é pura exterioridade e o sujeito não é pura interioridade, mas a saída de si para um mundo que tem uma significação para ele (FORGHIERI, 2002, p. 15).

Quando não se sabe de si, quando não se tem respostas sobre si, não se consegue dar sentido à própria existência. Dar sentido a existência é uma

capacidade própria do homem e se o homem não for capaz de fazer isso, alguém ou algo fará este processo por ele, alguém ou algo responderá por ele, e a sociedade é uma delas (GIOVANETTI, 2017).

Diante de todo o exposto, fica-nos a impressão de que onde as relações não se estabelecem pela via da segurança, da concretude, tendo-se que responder a toda demanda da pós-modernidade, “Firmar o si mesmo por si mesmo portanto, é algo que pode pesar na nossa existência” (LE BRETON, 2017, p. 08).

Entendendo que a saúde psíquica do ser se constitui a partir da forma com que ocorre sua relação com o mundo, voltamos nosso olhar para o consultório a fim de podermos pensar que aquele que nos chega, não apresenta nesta relação, uma forma que o promova quanto ser na vida, que o faça sentir-se com sentido, buscando respostas nas coisas, nos outros, mas não em si mesmo, sugerindo que este ser não está na sua totalidade, consciente de si mesmo, com uma possível dificuldade em realizar mudanças, em estabelecer ajustamentos e em ter consciência das possibilidades existenciais em sua vida, não assumindo a liberdade de responsabilizar-se por si, pelas suas escolhas, colocando-se em um lugar, muitas vezes, de dependência, de um ‘Não sei’.

Assim, nos vemos diante de todo um processo de crescimento que merece ser estudado e identificado, em como o ser está vivenciando esta relação com a contemporaneidade e o quanto isto o afeta e afetará.

“Sem consciência nada há. Sem consciência há vazio.” (PERLS apud LIMA, 2007, p. 58).

O IMPACTO DA CONTEMPORANEIDADE NO SER SI MESMO

Percebemos algumas tendências existentes na contemporaneidade que atravessam o nosso existir: capitalismo, consumismo, hedonismo,

individualismo, imediatismo. Vimos onde o si mesmo começa a se estabelecer enquanto ponto fundamental para um existir saudável ou não. Entendemos que um si mesmo não fortalecido, não confiante, com suas raízes enfraquecidas diante da possível terra árida que se apresente, favorece um campo de sofrimento que, muitas vezes, chega em nossa clínica sem nome, sem um saber, com uma frase símbolo, ‘Não sei’. E mais: buscando respostas-remédio para aquilo que incomoda, que dói, bem como um saber, mais uma vez, proveniente do que vem de fora, do externo: “Tenho ansiedade.” ou “Tenho pânico.” ou “Tenho depressão”.

Envolvidos pela pós-modernidade e hipermodernidade, não criamos em nós espaços íntimos, solitude, que nos permitam contemplar nosso existir, nossas atitudes. Não. Muito o oposto disto, na contemporaneidade, somos quase que induzidos a preencher constantemente, impensadamente, imediatamente, ciclópicamente, o nosso tempo, seja com o consumismo ou com o hedonismo, com um “tenho que” que nos aprisiona nos levando a um possível obnubilamento diante das possibilidades existenciais. Estamos em uma “[...] sociedade que não cria espaço para o cultivo da interioridade e, como consequência, só dá atenção a questões periféricas da vida, como se a felicidade estivesse só em consumir, em viver de baladas, etc. Esse tipo de valorização esvazia o eu.” (GIOVANETTI, 2019, p. 69).

Hoje nós olhamos mais para uma tela de computador ou de um celular do que para o próprio ser humano ao nosso redor e temos mais cuidado com o primeiro do que com o segundo. Somos capazes de furar filas, de andar acima da velocidade permitida, de parar em cima da faixa de pedestres, de vender um produto de baixa qualidade como se fosse de boa qualidade. Somos capazes de filmar uma briga, uma pessoa arrastada por uma enchente e postar estas imagens nas mídias sociais, mas não somos capazes de tentarmos amenizar a situação. Somos capazes de ultrapassar o sinal vermelho sem lembrarmos que alguém pode querer atravessar a rua. Tudo isso fala de como estamos vivendo

nossa dimensão subjetiva, dando asas às nossas necessidades e sendo elas que conduzem nossas atitudes diante do outro e do mundo.

Importante salientar que a subjetividade é derivada e o movimento que a antecede, é o ser-no-mundo. Quando a subjetividade se sobrepõe ao ser-no-mundo, é como se cada um tivesse seu próprio mundo, seu mundo individualizado, perdendo o olhar para o mundo em comum. Em algum momento isso vai falhar.

Ewald, Moura e Goulart (2012), realizaram uma pesquisa no Serviço de Psicologia da Universidade do Estado do Rio de Janeiro – UERJ, sobre a Contemporaneidade e o sofrimento psíquico e de que forma o funcionamento social estaria influenciando nas demandas que apareciam neste serviço. As autoras observaram que a queixa que mais apareceu estava ligada ao relacionar-se com os outros, seguida de depressão, pânico e ansiedade. Observaram também que os resultados tinham relação direta com fluidez, excesso, urgência, desempenho e técnica. Para elas, “Nossa subjetividade é diretamente afetada, se não forjada pelos ideais modernos de liberdade individual, felicidade e desempenho, intensificados na hipermodernidade.” (EWALD, MOURA E GOULART, 2012, p. 127).

Assim, como anteriormente pensado sobre uma possibilidade de paradoxo nesta relação com o outro, nesta contemporânea forma de viver, trazemos aqui este paradoxo colocado muito claramente por Giovanetti. Ele escreve:

Tanto o centramento do eu como a busca incessante do prazer nos levam a uma situação paradoxal. Necessitamos do outro para nos estruturarmos como pessoas. O bebê só passa a existir como um ser humano pela presença da mãe. Entretanto, o que verificamos é uma exclusão do outro como pessoa de nossas vidas e um fechamento sobre si mesmos. Nessa sociedade atual, cultivamos um movimento centrípeto, isto é, uma busca de uma felicidade interior baseada

no cultivo de sensações agradáveis. A organização do viver se dá com eclipse do Outro, não na eliminação dele. Isto quer dizer que só me relaciono com o Outro na medida em que ele me serve. Eu o transformo em um objeto como outro qualquer de consumo da sociedade. Só quero saber do Outro enquanto ele me traz alegria e satisfação (GIOVANETTI, 2015 p. 9).

Existe uma interdependência e ela fala da nossa dimensão quanto ser neste mundo, uma vez que somos constituídos psiquicamente a partir do outro, a partir da linguagem. É o olhar do outro que me mantém vivo, que me mantém na existência. É o outro que me olha, é o outro que me cuida, é o outro que me alimenta, é o outro que fala comigo. Sem o outro não evoluímos, não crescemos, não vivemos. Então, essa dimensão do outro, quando não existente, quando anulada diante da contemporaneidade com o hedonismo, imediatismo, individualismo, sua tecnologia, torna-se vazia. Trago como exemplo o personagem de Tom Hanks no filme ‘O Náufrago’, que sofreu um acidente de avião e ficou 4 anos preso em uma ilha deserta. Para manter-se lúcido, mental e emocionalmente capaz, Chuck, o personagem, pega uma bola de vôlei, pinta um rosto nela e a chama de Wilson, desenvolvendo com ela uma relação, uma presentificação.

Na contemporaneidade, não temos o olhar para o outro. O outro que nos auxilia na nossa constituição, parece estar caindo na escuridão. Entretanto, se não vemos o outro, não nos vemos. Se, simbolicamente, matamos o outro, nos matamos também. Se o outro deixa de existir para nós, nós deixamos de existir também.

Hoje costumamos estar horas com o outro pelo *whatsApp*, *Facebook*, *Instagram* trocando mensagens, criando discussões, terminando relações. Entretanto não tem voz, não tem olhar, não tem cheiro, não tem fisionomia, não tem corpo. Tudo que parece existir é o que se pensa sobre o que o outro pensa, o que se sente sobre o que o outro sente. Ademais, na contemporaneidade tudo

é descartável. As relações são descartáveis. O que não estamos percebendo é que a própria relação conosco mesmo, está sendo descartável e trazendo adoecimentos.

Distantes de nós mesmos, não conseguimos nos identificar diante da nossa existência, do sentido do existir, criando formas adoecidas de viver. Estas formas nos levam a procurar soluções rápidas, também sugeridas pela hipermodernidade que nos afastam do sintoma, da angústia, de ter consciência ‘de’, de refletirmos sobre este si mesmo, de se conhecer e de seguir um caminho que levará, não a um prazer imediato, mas a um desprazer, sentido como supostamente eterno, porque, na contemporaneidade, o que não se resolve na hora, na imediatez, traz dor e sofrimento, traz a sensação de que é para sempre, devido ao fato de toda experiência contemporânea estar se dando na dimensão do imediato.

Para Giovanetti, os sintomas falam de um adoecer e são eles, vistos anteriormente como neuróticos, que hoje dão lugar “[...] às desordens do Ser, da estrutura mais profunda do nosso eu.” (GIOVANETTI, 2019, p. 64).

Um sintoma deste modo contemporâneo de ser é a sua incapacidade evidente de lidar com os fenômenos que resistem de modo mais persistente a um enquadramento sob as categorias de significação disponíveis: a dor, a solidão, o amor, o envelhecimento e a morte. Na medida em que as experiências de angústia parecem sempre refratárias às respostas que o planejamento técnico da vida oferece, amplia-se a necessidade de desvio e controle dessas experiências. Eliminar rapidamente o sofrimento psíquico é eliminar qualquer experiência que questione os limites aceitáveis do horizonte cotidiano de sentido (SANTOS; DE SÁ, 2013, p. 54).

Cada vez mais as pessoas têm em seu cotidiano, o culto a velocidade e a vivência intensa do presente, acompanhado de um combinado paradoxal de

frivolidade e ansiedade, de euforia e vulnerabilidade. Estamos afundados no contexto social pelo qual somos rodeados e este contexto nos gera sofrimento psíquico caracterizado por inquietações e crises de diversos matizes, tais como crise no trabalho, de identidade e de sentido, com uma relação muito próxima com o sentido de urgência, consumo e estresse provocados pelo *modus vivendi* da atualidade (EWALD, et al., 2012).

Para Le Breton (2018), ser si mesmo na contemporaneidade tem um caráter penoso devido, entre outras coisas, a ter que se estar constantemente dando algo de si e ajustando-se às circunstâncias que frequentemente se alteram e mudam, dando lugar a novas coisas. Com isso, busca-se diversas formas para seguir em frente neste cotidiano que avassala, sem, contudo, fornecer tempo para lidar com elas, para entendê-las. Estas formas são chamadas, por ele de *Branco*. Branco é:

- Estado de ausência de si mais ou menos pronunciada;
- Sentimento de saturação, de excesso vivido;
- Resistência aos imperativos de construir para si uma identidade no contexto do individualismo democrático de nossas sociedades;
- Um entorpecimento, um “deixar para lá” nascido da dificuldade de transformar as coisas;
- Uma paradoxal vontade de impotência;
- Uma depreciação da identidade, um não lugar em que as obrigações impostas pelo mundo circunstante são suspensas;
- Vontade de desacelerar ou de deter o fluxo do pensamento, de finalmente acabar com a necessidade social de sempre compor um personagem de acordo com os interlocutores presentes;
- Um fechamento à situação, etc.

Todos estes estados internos são expressos pelo indivíduo por uma necessidade de corresponder a contemporaneidade e vão aparecendo em atitudes mais superficiais ou mais profundas como uma forma de ser-no-mundo em virtude de uma dificuldade em transformar as coisas, porém transformando o ser si mesmo em algo aflitivo ou, ainda, querer desfazer-se dele. Uma das tentações da subjetividade contemporânea é o desfazer-se de si, mesmo que por um momento ou por toda a vida. Este desfazer-se de si vai desde uma simples caminhada a um quadro demencial de Alzheimer, passando pela Anorexia, pelo *Burnout* ou pelo Coma. Até mesmo a embriaguez representa um desaparecer de si, porém de forma mais leve, pois busca abrandar as pressões interiores ou olvidar o peso que as preocupações causam (LE BRETON, 2010).

Giovanetti (2019) considera este afastamento de si, do ponto de vista filosófico, como um afastamento do núcleo pessoal. Para ele é uma tentativa de encontrar algo que dê sentido à existência que está sendo vivida inautenticamente, um caminho para o autoencontro, mas que acaba se tornando uma imersão na obscuridade.

Fazendo uma análise do impacto antropológico no modo de ser da contemporaneidade, o mesmo autor nos apresenta três dimensões que estruturam a vida humana e que são a residência do núcleo do sofrimento do homem moderno: a perda do sentido, a destruição da interioridade e o eclipse da alteridade (GIOVANETTI, 2019).

A perda de sentido se dá sob o aspecto de que a todo momento estamos sendo expostos a um grande número de informações que nos alcança de qualquer lugar que estejamos. Temos acesso às informações a todo o tempo, nas nossas mãos ao utilizarmos o celular, por exemplo. Qualquer mensagem que chega tem que ser vista e respondida por nós imediatamente. Devido a sempre quisermos responder às demandas externas, vamos perdendo o contato com nosso eixo existencial. Isso acontece devido ao fato de que nosso referencial de vida está localizado fora de nós e sendo continuamente alterado pela

sociedade. Com isso, o indivíduo não encontra tempo para verificar e qualificar a direção por onde está indo e diante de um emaranhado de direções que a contemporaneidade carrega, o estruturar do sentido da vida torna-se, para o indivíduo, um amplo desafio. O fato é que o sentido é exatamente o aspecto responsável pela direção do nosso existir (GIOVANETTI, 2019).

Se a perda de sentido está relacionada com a necessidade de respondermos às demandas externas, conseqüentemente, olhando para fora de nós e não para dentro de nós, na destruição da interioridade, como indivíduos supermodernos, vivemos na predominância da exterioridade, com a necessidade de sermos reconhecidos e com isto estamos frequentemente nos exibindo para que o outro nos veja. É uma sociedade de aparência e a nossa identidade é moldada pelo que o outro vê em mim, seja a minha aparência ou o status que eu alcanço, este é o valor. Exemplo disto aparece nos *facebook* e nos *blogs*. Não temos olhos para o nosso interior, para os nossos sentimentos e atitudes, justamente o que dá integração, coerência, firmeza, homogeneidade ao nosso ser (GIOVANETTI, 2019).

O eclipse da alteridade tem sua expressão na transformação do outro em objeto. É um esvaziamento das relações interpessoais, onde só há relação com o outro ser humano a título de uma satisfação ou utilidade proporcionada por ele à nossa pessoa, sendo ele uma utilidade. Pode não haver o contato social por falta de engajamento, mantendo-se na superficialidade das relações humanas, não sendo íntimo de ninguém. Convive, mas não interage. Afeta, também, as relações pessoais, pois não conseguimos manter uma intimidade galgada pela aceitação do outro, na possibilidade de construir um relacionamento sólido. Temos dificuldade em vê-lo como parceiro, como alguém que irá construir uma história junto. A preocupação não é com a interioridade, mas com a aparência (GIOVANETTI, 2019).

No adoecimento do mundo atual, o sintoma se mostra a partir do modo com que vivemos e organizamos a nossa vida na sociedade e, dando o homem

de hoje direção à sua própria existência, ele é mais frágil, pois é um homem sem recursos próprios que favoreçam um ajustamento que tragam significado e valores ao que acontece. Esta fragilidade se dá devido ao alto índice de pressão com que a sociedade se organiza (GIOVANETTI, 2019).

São diversas as formas com que o sofrimento se estabelece como mal-estar na contemporaneidade, entre elas isolamento, estados depressivos, pensamentos de suicídio, desamparo, desilusão, agressões e drogas. Entretanto há um ir além que se apresenta em um mal-estar contemporâneo e em um adoecimento característico do século XXI (GIOVANETTI, 2019).

Segundo Giovanetti (2019), este mal estar contemporâneo é vivido por todos nós de alguma forma, seja branda ou intensa, este mal estar nos atinge devido a estarmos em uma sociedade que exige de nós muita performance em todas as dimensões e acabamos por experienciar o estresse ou o *Burnout* de alguma forma. É um alienar e um adoecer secundário a necessidade de responder a toda a dinâmica da sociedade. Perante as questões rotineiras da vida, somos exigidos a dar respostas cada vez mais rápidas e competentes, difícil viver sem estresse, diante disso. Nossa necessidade, passa a desenvolver habilidade para administrá-lo, pois na hipermodernidade, toda esta situação afeta o nosso funcionamento psicofísico desequilibrando-o e trazendo insegurança e incerteza desdobrados no “estresse existencial” que se transforma em somatizações. ‘Estresse existencial’ é “[...] uma reação de sentido diante das exigências absurdas dos novos tempos [...], caracteriza-se como uma forma patológica da pobreza, da falta de sentido próprio da sociedade atual.” (GIOVANETTI, 2019, p. 65-67).

O mesmo autor nos coloca que a pressão exercida socioculturalmente acerca do desempenho do Eu, dá margens a um esgotamento, uma exaustão também conhecida como *Burnout*. Uma boa parte da exaustão, nasce de atitudes que brotam do nosso interior, decorrente desta pressão. Porém, a exaustão difere do cansaço, pois ela surge de uma cobrança do organismo diante de uma

atividade que não agrada exigindo um certo predomínio da obrigação. [...] Como exemplo de fontes de exaustão, temos a ambição desmedida, na busca de uma eterna superação em comparação as outras pessoas e a necessidade de provar para as pessoas que somos os melhores para elas, buscando satisfazer as demandas externas como aprovação, sinônimo de uma carência afetiva. “Procurar satisfazer a todas as pessoas do nosso relacionamento e ser amado por todos nos leva ao esgotamento” (GIOVANETTI, 2019, p. 67-69).

Um dos adoecimentos da contemporaneidade se expressa no setor trabalhista, devido ao fato de que se está exigindo performances e disponibilidade cada vez maiores do indivíduo. O sofrimento e o adoecimento psíquico são passíveis de influência da atividade profissional, pois esta colabora para o desenvolvimento da consciência e da personalidade no indivíduo, gerando emoções e sentimentos. Parece que “[...] as formas de produção capitalistas, permeadas por processos destrutivos da saúde física e mental, geram significativas cargas psíquicas que se relacionam com a produção de sofrimento e adoecimento (VIAPIANA, GOMES; ALBUQUERQUE, 2012, p. 179).

Os mesmos autores escrevem que uma parte dos trabalhadores, por exemplo, vem sofrendo com uma carga de trabalho que vai além das horas propostas, uma vez que devido as novas tecnologias de comunicação, as tarefas se tornam passíveis de serem feitas nas residências dos mesmos, aumentando a carga horária, exigindo um estar conectado a todo o tempo, psiquicamente disponível. Ter maior qualificação e ser capaz de cumprir com múltiplas tarefas é o esperado para o perfil contemporâneo. Para eles é necessário entender “[...] o perfil epidemiológico da sociedade contemporânea, marcado pelas altas taxas de sofrimento e de adoecimento psíquico.”, olhando para o capitalismo e suas características relacionadas ao processo de trabalho (VIAPIANA et al., 2012, p. 179).

Nas relações cotidianas atuais, saúde associa-se, ainda, às idéias de adequação social, capacidade de produção e consumo. Embora os

sofrimentos psíquicos sejam objetivados a partir de representações biologizantes da vida, permanece a associação tácita entre adoecimento e fracasso (SANTOS; SÁ, 2013, p. 57).

Muitas vezes nos afastamos no nosso núcleo pessoal em virtude das tarefas com as quais a sociedade contemporânea nos exhibe e vamos arrastando para nossa existência questões que não são centrais para a nossa realização humana. Sem olharmos para as questões mais profundas, tais como a morte e qual o sentido da vida, vamos vivendo o vazio, que é considerado como um adoecimento existencial. Este vazio, então considerado uma patologia, reflete o confronto que o sujeito tem consigo mesmo e com a realidade, em uma sociedade que tem como o eixo o Eu (GIOVANETTI, 2019).

Como aludido na parte do texto em que falamos sobre a contemporaneidade, tem-se também o tédio como um dos adoecimentos existenciais, citado por Giovanetti. Nesta sociedade centrada no eu, nesta sociedade do lazer que evidencia a aparência e a superficialidade, a quantidade em detrimento da qualidade, vão-se causando choques que minam a força sutil do indivíduo. Assim, como vive-se muito o que é externo, as distrações encontradas na sociedade, aceitando as diretrizes por ela oferecida como aquilo que irá sustentar-nos, como investimos todas as fichas em algo que vem de fora, sem ter como base um sentido próprio, um sentido que tenha sua origem em uma certeza interna, este vazio se faz em algum momento (GIOVANETTI, 2019).

A terceira forma de adoecimento existencial é a apatia. Apatia não é indiferença, é ausência de investimento emocional em algo que se queira fazer. É um entorpecimento, uma falta de energia e ânimo. É um “para que se”: não vai dar certo, meu trabalho não me satisfaz, os políticos são corruptos, eu nunca consigo etc. Paralelamente, mas no mesmo âmbito tem-se a vida *light*, onde não há um esforço devido a característica de consumo e lazer que a sociedade tem, que não favorece um esforço nos investimentos pessoais, é um deixar-se ir, pois o importante é viver sem esforço (GIOVANETTI, 2019, p. 70-73).

Nestas três situações, Giovanetti nos traz, com um olhar antropológico, a crise de identidade fundamentada na desorientação de falta de rumo na vida, para o vazio; o desaparecimento da finalidade da vida, para o tédio e a desintegração do projeto de vida, para a apatia (GIOVANETTI, 2019). Ou seja, “Não sei quem sou” e “Não tenho projeto de vida”, então, “A vida não tem sentido.”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após trilharmos este caminho de compreensão sobre a contemporaneidade, sobre o que é ser si mesmo e o impacto desta sobre este si mesmo, vimos o quanto vamos seguindo o nosso existir sem pensar e o quanto este existir influencia no a *posteriori*. Da mesma maneira observamos o quanto somos, na contemporaneidade, cegos à forma que a vivenciamos e às futuras consequências que ela pode trazer.

Tivemos como objetivo de estudo buscar entender se a contemporaneidade exerceria influência sobre o não saber de si mesmo e o possível impacto sobre este ser si mesmo. Chegamos ao entendimento, de que a contemporaneidade é um desdobramento do passado e que vivemos, hoje, as mudanças que foram construídas ao longo de alguns séculos, e que, com o passar do tempo provocou mudanças significativas na organização social, econômica, cultural e emocional da humanidade, transformando-se em uma sociedade do consumo, do prazer.

Diante desta realidade, o modo de ser do homem foi afetado pela contemporaneidade, que se apresentou marcada por alguns ideais, tais como o hedonismo, a falta de alteridade, o individualismo, o consumismo, a urgência etc., sendo, então, a subjetividade sobreposta ao ser-no-mundo, ou seja, um afastamento do núcleo pessoal, gerando o que Giovanetti (2019) chama de perda do sentido, destruição da interioridade e eclipse da alteridade.

Ao viver tanto a dimensão do eu, o outro passa a não ter importância e esta nova forma de viver modificou as relações de modo que o outro passou a ser visto como objeto de consumo, transformando as relações de afeto em relações que coisificam o outro, demonstrando o quanto a relação entre os seres humanos está tendo como base a lógica do consumo, do descartável, do frívolo. Contudo, vimos o quanto a relação com este outro é importante na constituição psíquica do ser, no desenvolvimento do ser si mesmo, favorecendo um amadurecimento que trará a capacidade para o indivíduo lidar com os desafios que encontrar diante das emoções e sentimentos ao ser convocado à uma resposta, tendo condições de continuar vivendo de forma mais integrada, emocionalmente saudável e com sentido.

Nesta sociedade que vive a dimensão do presente em detrimento do futuro, que valoriza a aparência, o prazer, a felicidade, a perfeição, o sucesso, que se submete a necessidade de tudo saber, a tudo responder em um ritmo acelerado, de ter um alto índice de desempenho, que coisifica o outro, que tem as relações como algo a ser consumido, encontrará indivíduos adoecidos, incapacitados de fazerem contato consigo mesmos, chegando a um estado de não saber de si. Desta forma, enquanto o presente basta, de modo geral, enquanto pessoas encontrarem respostas no próprio mundo em que vivem, enquanto este mundo responder às suas buscas, seus desejos, influenciados pela contemporaneidade, não haverá crise. Nesta sociedade não há espaço para a angústia, para o silêncio; há espaço para a contínua manifestação de adoecimentos como uma forma de compensar este Não saber, permanecendo o ser afastado da sua dimensão mais profunda que o ajudaria a ser-no-mundo de forma mais autêntica.

Assim vimos que somos totalmente envolvidos pelo contexto social e este gera sofrimento psíquico a partir do nosso modo de viver, desdobrando-se em adoecimentos existenciais, muitas vezes desconsiderados pela clínica, pela sociedade.

Há muito o que se estudar sobre este tema, para possibilitar uma compreensão cada vez maior sobre a humanidade, sua forma de viver e seus adoecimentos. Entretanto, buscou-se, com este trabalho, contribuir para um melhor entendimento sobre o como se vive na contemporaneidade e o possível desdobrar deste viver, chegando-se a um entendimento de que torna-se fundamental para o psicoterapeuta lançar o olhar para o contexto socio-histórico e pessoal daquele que chega em meio a uma floresta de sintomas, crenças, carregado, muitas vezes, de um discurso sintomático, de vazio existencial e com um ‘Não sei’, a fim de auxiliá-lo na trajetória que o levará ao encontro consigo mesmo.

REFERÊNCIAS

- AGAMBEN, G. (2009). O que é o contemporâneo. In: _____ *O que é o contemporâneo e outros ensaios* (pp. 55-73). Chapecó, SC: Argos.
- BAUMAN, Z. (2008). Consumismo versus consumo. In: _____ *Vida para consumo: a transformação das pessoas em mercadoria* (pp. 37-69). Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
- COLOMBO, M. (2012). Modernidade: a construção do sujeito contemporâneo e a sociedade de consumo. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 20(1), 25-39. Recuperado em 15 de maio de 2021, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932012000100004&lng=pt&tlng=pt.
- COMPARATO, F. K. (2011). Capitalismo: civilização e poder. *Estud. av.* vol.25 no. 72. Recuperado em 12 de maio de 2021, de <https://doi.org/10.1590/S0103-40142011000200020>.
- CORTELLA, M. S. (2014) *Revista Época Negócios digital*. Recuperado em 26 de julho de 2021, de <https://epocanegocios.globo.com/Inspiracao/>

Vida/noticia/2014/09/so-um-imbecil-gostaria-de-fazer-o-que-nao-gosta.html.

EWALD, A. P., Moura, T. de C., Goulart, S. M. da S. (2012).

Contemporaneidade e sofrimento psíquico: Relações entre modos de vida e demandas psicoterapêuticas. *Revista Argumento*, 30(38), 119-129. Recuperado em 03 de novembro de 2021, de https://www.academia.edu/35053175/Contemporaneidade_e_sofrimento_ps%C3%ADquico_Rel%C3%A7%C3%B5es_entre_modos_de_vida_e_demandas_psicoterap%C3%AAuticas_I_Contemporaneity_and_psychic_suffering_Relationships_between_lifestyle_and_psychotherapeutic_requests

FORGHIERI, Y. C. (2002). A fenomenologia e suas relações com a psicologia. In: _____. *Psicologia Fenomenológica: fundamentos, método e pesquisas* (pp. 15-19). São Paulo: Pioneira.

GALLI, L. M. P. (2007). Consciência. In: G. D'acri, G., P. Lima, S. Orgler, (Orgs.), *Dicionário de Gestalt-terapia: "Gestaltês"* (pp. 54-57). São Paulo: Summus.

GINGER, S., Ginger, A. (1995). Prefácio. In: _____. *Gestalt: uma terapia do contato* (pp. 9-15). 5 ed. São Paulo: Simmus.

GIOVANETTI, José Paulo. *Desafios do Terapeuta existencial hoje*, Texto mimeografado, 2005.

GIOVANETTI, José Paulo. *A religião como força organizadora da subjetividade na contemporaneidade*, Texto mimeografado, 2015.

GIOVANETTI, J. P. (2017). *Psicoterapia fenomenológico-existencial: fundamentos-antropológicos* (pp. 83-101). Rio de Janeiro: Via Verita.

GIOVANETTI, J. P. (2019). *O adoecimento existencial no século XXI*.

In: _____; C. L. Cardoso, (Orgs.), *Sofrimento Humano e Cuidado Terapêutico* (pp.47-74). Belo Horizonte: Artesã.

HEIDEGGER, M. (2008). Carta sobre o humanismo. In: *Marcas do caminho* (pp. 326-376). Rio de Janeiro: Vozes.

LE BRETON, D. (2018). *Desaparecer de si: uma tentação contemporânea*. Petrópolis: Vozes.

LIMA, P. (2007). Conscientização, Dar-se conta, Tomada de consciência. In: G. D’acri, G., P. Lima, S. Orgler, (Orgs.), *Dicionário de Gestalt-terapia: “Gestaltês”* (pp. 57-59). São Paulo: Summus.

MARCHESINI, A. L. S. (2010). *A constituição do si-mesmo: uma abordagem winnicottiana*. Dissertação de mestrado, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, Brasil.

SANTOS, D. de G., Sá, R. N. de. (2013). A existência como “cuidado”: elaborações fenomenológicas sobre a psicoterapia na contemporaneidade. *Rev. abordagem Gestalt*, 19(1), 53-59. Recuperado em 25 de julho de 2021, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672013000100007&lng=pt&nrm=iso.

VIAPIANA, V. N., Gomes, R. M., Albuquerque, G. S. C. de. (2018). Adoecimento psíquico na sociedade contemporânea: notas conceituais da teoria da determinação social do processo saúde doença. *Saúde Debate*, 42(4-N. ESPECIAL), 175-186. Recuperado em 24 de julho de 2021, de <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/Y36fDqvZL5Js4nnWpXrYpBb/?lang=pt&format=pdf>.

WINNICOTT, D. W (1975). *O Brincar & a realidade* (pp.108-186). Rio de Janeiro: Imago Editora Ltda.

5. A contemporaneidade e o não saber de si mesmo

Adriana Diniz Meirelles e José Paulo Giovanetti

_____ (1999). O conceito de indivíduo saudável. In: *Tudo começa em casa* (pp. 3-22). 3 ed. São Paulo: Margina Fontes Editora.

_____ (2005). Influências de grupo e a criança desajustada. In: *A família e o desenvolvimento individual* (pp. 126-128). São Paulo: Martins Pontes.

6. LUTO POR PERDAS GESTACIONAIS E NEONATAIS: ASPECTOS ENFRENTADOS PELO HOMEM NO SENTIDO DE SER PAI

Renata Valério

Maria Madalena Magnabosco

A vida é um curso entre nascer, viver e morrer. O que acontece no meio do caminho não é linear, pois, inevitavelmente todos passarão por perdas. Viver e esperar somente os ganhos e as realizações sem considerar que as perdas existem, é ignorar o fluxo da vida. Toda perda envolve um luto, principalmente sentimentos de tristeza. No entanto, poder adaptar-se a uma nova realidade, permite transformar uma situação de dor em outra que seja benéfica.

Para os casais que estão envolvidos em um novo projeto de vida que envolve ter filhos, entende-se que a ruptura do processo de gravidez não é natural, pois, o natural é o nascimento do novo ser ao mundo. Aos olhos da sociedade, quando a gravidez não resulta no nascimento de uma criança viva, constitui-se em um não acontecimento, e descaracteriza o pesar da perda. O evento desaparece da vida do casal como se não tivesse existido. A ausência de estudos significativos que reconheçam os homens enlutados resulta em lacunas dos aspectos biopsicossociais nesses indivíduos. A falta de discussão e compreensão sobre as reações dos homens ao se depararem com a perda gestacional/neonatal, poderá dificultar o processo de elaboração do luto masculino. Nesse sentido, a mobilização para este trabalho advém da invisibilidade do reconhecimento da dor da perda para os homens. Frases como: “Mas ele



nem nasceu”, tendem a ocorrer, pela não atribuição da criança pela sociedade, o status de uma pessoa morta e denuncia o tamanho da vulnerabilidade da experiência vivida.

O luto é o processo que ocorre após uma perda. É uma experiência pessoal de rompimento de vínculo que apresenta diferentes níveis de variação e intensidade no qual não se tem mais a pessoa, a rotina ou alguma coisa. Entende-se que a ruptura de um projeto (morte) é o rompimento do ser-aí no mundo em um fim permanente.

De acordo com Pereira e Pires (2018), o luto é um tema que não se esgota devido às várias atualizações culturais, sociais e pressupostos teóricos no campo da saúde mental e física. É um processo cuja nova situação poderá requerer a elaboração psíquica e a reorganização da vida do enlutado. A forma pelo qual o enlutado lidará com as consequências da perda dependerá dos impactos sofridos.

Ademais, o presente estudo tem como objetivo descobrir os aspectos biopsicossociais envolvidos na perda gestacional e neonatal paterna. Conclui-se que o homem é incitado a inibir a expressão de suas emoções, ao qual restringe suas possibilidades de Ser. Revelou-se que os aspectos no sentido de ser pai perpassa a compreensão ontológica, no qual o Ser é influenciado pelas ideologias culturais e de dominação. São dimensões que reduzem o sentido de ser pai em decorrência de um modelo socialmente construído.

TEORIA E DIMENSÕES DO LUTO

O luto é um termo utilizado à reação natural ao rompimento de uma relação vinculada a uma pessoa ou qualquer outra coisa que tenha importância sentimental. De acordo com Bromberg (2000), o luto é um processo pelo qual todos os indivíduos passam em algum momento na vida, podendo requerer esforço para desenvolver a habilidade de buscar soluções e assimilação à perda.

Portanto, é a expressão de sentimentos como resposta ao rompimento de uma experiência significativa que requer ajustamento social e emocional.

Todavia, na literatura ocorrem divergências com relação à definição do que é o luto. Essa ocorrência se deve à complexidade do tema, que implica em uma experiência individual ocorrida em um determinado contexto cultural/social. Segundo Parkes (1998), há um risco de medicalizar as crises naturais da vida e dessa forma tratar o luto como doença. Com a evolução do próprio conceito de luto que antes indicava interpretações psicopatológicas dos fenômenos apresentados, na atualidade é visto em sua totalidade e atinge o indivíduo influenciado por aspectos culturais, sociais e emocionais.

Entretanto, a abertura de novas feridas, as circunstâncias da perda e fatores históricos, influenciam o seu processo. Há de se considerar alguns fatores determinantes para a compreensão da reação de lutos complicados ou lutos não complicados:

Há teorias que minoram o estudo dos processos de saúde e doença à dimensão biológica, sendo alvo de fortes críticas na década de setenta, com a proposta de novos modelos que procuram ser uma alternativa a essa concepção reducionista, como é o exemplo do modelo biopsicossocial (Engel, 1977) no entanto, além da dimensão biológica, as dimensões social e psicológica do indivíduo devem ser consideradas (Ramos, 2016, p.2).

Como relata Ramos (2016) para descrever o que é saúde ou doença, não se deve considerar somente o modelo biomédico com fatores exclusivos da dimensão física. O luto é um fenômeno multidimensional no qual cada perda está relacionada à subjetividade do indivíduo, pois, cada um, vive de diferentes formas em decorrência da biografia e da cultura na qual está inserido, de modo que há diversas possibilidades de construção de significados e elaboração das perdas. Assim, a compreensão da subjetividade e da individualidade dos

indivíduos e de suas emoções, afetos e sentimentos contribuem para o planejamento de ações e intervenções nos impactos causados pelo luto.

Contudo, as perdas como componente da existência humana possibilitam condições para refletir sobre as relações estabelecidas e os comportamentos dos indivíduos em seu meio social. Magnabosco (2017) fundamentada em Erick Erikson, apresenta o conceito de totalidade humana. Nesta concepção, o homem é inteireza e nessa condição não esgota sua capacidade de se compreender. Para a autora, o homem não se reduz à sua historicidade, nem há uma temporalidade e nem mesmo uma memória. O homem é um Ser de aberturas e de indeterminadas possibilidades. Em decorrência disso ele consegue se transformar, de vir-a-ser, pois, o “seu princípio é a constante possibilidade de o iniciar, ou seja, a não determinação do homem e sua liberdade para ser” (p.23). Portanto, o homem é um ser de início.

O percurso do homem nesta perspectiva de vir-a-ser é sempre possível e não existe caminho único, pois, sua busca é pessoal na medida que percorre a sua própria trajetória. A projeção pelo futuro poderá conduzir a inúmeros questionamentos sobre o mundo, a vida e a si mesmo, como tentativa de projetar cenários do que poderá vir a acontecer. Falar em projeto é lançar-se em possibilidades, pois, quando se formula qualquer plano, imagina-se uma ou outra consequência, ou finalidade, embora o que caracteriza o ser humano é a indeterminação do futuro. Dessa forma não há garantias do que está para acontecer:

O projeto é o caminho afetivo que nos coloca em contato com nossa realidade. É a obrigatoriedade da futurição, do vir-a-ser de nossa existência como seres temporais. O projeto, o vir-a-ser, o futuro é constituído genericamente pela espera (Magnabosco, 2017, p.25)

O projeto, enquanto caminho, coloca o indivíduo frente à realidade e ao futuro. A partir desses fundamentos, diante das realizações do projeto instaura-se a satisfação e um novo projeto poderá emergir. O que implica na

perspectiva de que todo projeto é sempre da ordem do desconhecido pelo fato dele ser um possível vir-a-ser.

Mediante as dimensões do ser humano que foram apresentadas, o vir-a-ser é uma abertura à indeterminadas possibilidades na qual se torna possível o indivíduo se refazer a qualquer momento. Deste modo, não basta se lançar no futuro, uma vez que não se tem garantia dos vínculos estabelecidos. Na prática, as perdas e o processo de luto envolvem componentes multidimensionais que provocam sentimentos de dor e não se limitam ao sofrimento com a morte de uma pessoa querida.

O LUGAR DO LUTO NA SOCIEDADE

A elaboração do luto possibilita surgir as condições necessárias para que o indivíduo encontre novos rumos em sua vida. Um luto que não é adequadamente elaborado poderá provocar desordens emocionais como sentimentos de tristeza e de ansiedade. Ademais, toda perda poderá apresentar variações e níveis de intensidades diferentes, que dependerá de quem morreu, de qual o vínculo, de como a pessoa morreu e dos antecedentes históricos.

Dentre as possíveis variáveis, Parkes (1998) elucida que alguns indivíduos conseguem expressar seus sentimentos e outros provocam evitação no contato com a dor. Outra variação é a manifestação da agressividade que sofre alteração de cultura para cultura. Torna-se necessário compreender como a perda ocorreu, em que momento da vida aconteceu, quem morreu, se foi repentina ou inesperada, se foi violenta ou traumática, se foram múltiplas perdas. Dessa forma, a contextualização da perda poderá influenciar no luto. É por estar relacionado ao investimento afetivo que sua intensidade é subjetiva.

Ademais, coexistem outros fatores que podem provocar impactos no luto e que envolvem a fase da vida em que a pessoa enlutada se encontra. Questiona se ocorreu vivências de outras perdas no decorrer da vida, qual a

rede de apoio pode contar, qual a condição social do enlutado e o tipo de crença ou religião que sustenta suas visões de mundo. Todos esses fatores contribuem para a compreensão do grau de sofrimento.

Kovács (2008, citado por Pereira & Pires, 2018) descreve que a humanidade repugna a expressão de dor e tristeza, pois, a manifestação desses sentimentos para a sociedade é considerada por muitas culturas como sinal de fraqueza. Essa conduta poderá influenciar no aparecimento de sintomas psicopatológicos em detrimento da não elaboração de suas emoções e seus significados.

Devido às influências sócio-históricas, religiosas, culturais e familiares, não há consenso de quem, como ou quando sofrer a dor da perda e realizar o processo de luto. Entretanto, reconhecer que negar ou evitar os sentimentos e comportamentos desse processo é abdicar da integralidade humana. Contudo, a classificação do luto contribui para descrever os tipos das reações do luto complicado e luto não complicado.

CLASSIFICAÇÃO DO LUTO

Segundo Bromberg (2000 citado por Santos, Yuri & Lucas, 2017), o luto pode ser classificado como o antecipatório, o ausente, o crônico, o luto atrasado, o luto inibido e o prolongado. Para o autor o luto antecipatório é aquele que o indivíduo irá sofrer uma perda que ainda não concretizou, por exemplo, um divórcio ou uma doença terminal. O luto ausente se refere àquele que bloqueia os sentimentos e foca em outros aspectos da vida, mas no qual a dor poderá retornar a qualquer momento, sem que o indivíduo tenha essa consciência. O luto crônico ocorre quando o indivíduo não consegue elaborar a perda e corre o risco de se manter de forma insalubre do objeto perdido, e as lembranças poderão paralisar a própria vida. O luto atrasado ocorre após o luto ausente e sem tempo determinado para emergir. Por fim o luto inibido, que é quando o indivíduo tem dificuldades de expressar seus sentimentos.

Os tipos dos lutos citados são considerados fatores de risco para a elaboração do processo de luto, que precisam ser ressignificados, pois, apontam para um desenvolvimento de luto patológico ou complicado. Worden (1998) é um autor que descreve a inconsistência do termo luto patológico ou complicado, pois, a falta de uma definição exata provoca impedimentos para pesquisas mais qualitativas. Além disso, para Parkes (1998) qualquer que seja o tipo de luto, poderá provocar transtornos mentais, mas:

Não há sintomas que sejam peculiares ao luto patológico, ainda que pareça razoável considerar expressões extremas de culpa, sintomas de identificação (opostos a outros fenômenos de identificação) e adiamento do início do luto por período superior há duas semanas, como sendo indicadores que a reação à perda poderá tomar um curso patológico (Parkes, 1998, p. 143).

No entanto, não se fala em fases ou estágios do luto em decorrência do julgamento que poderá ocorrer em relação ao enlutado que não conseguir superar, pois, será considerado incompatível com um luto normal. De acordo com Stroebe e Schut (1999, citado por Silva & Alves, 2012), para lidar com a dor da perda e evitar padrões fixos de enlutar, buscar o modelo dual é descrever a diversidade de experiências estressantes do processo de luto, como, por exemplo, ter que lidar com questões financeiras. Nesse exemplar, coexistem oscilações entre a perda e a restauração. Isso significa que o foco no objeto que foi perdido é apenas uma parte do processo. A oscilação tem finalidade regulatória e adaptativa, e funciona como um pêndulo, em que a morte integra a subjetividade do enlutado entre os aspectos associados à perda e a reconstrução.

As teorias demonstram que não há um padrão de se enlutar, pois, o indivíduo em seu meio social, na maioria das vezes, não é condicionado a lidar com a perda ou com a morte, o que possibilita que dê seu próprio sentido a sua perda.

PERDAS GESTACIONAIS E NEONATAIS

As perdas gestacionais e neonatais são acontecimentos significativos, imprevisíveis e inesperados para os pais. No entanto, não há vida sem perdas e a única forma de não sofrer é evitar constituir laços afetivos. Assim, um dos modos de minimizar a dor da perda é formar novos laços e iniciar novos rumos.

De acordo com Zegers-Hochschild et al. (2017), o que configura perda gestacional é uma gravidez que não resultou no nascimento de um filho vivo. Já a perda neonatal é caracterizada com a morte de um recém-nascido no prazo de 07 dias após o nascimento. Com efeito, o período neonatal inicia no nascimento e termina aos 28 dias completos após o nascimento.

Em linhas gerais as perdas como eventos das condições de todo indivíduo são marcadas pelo término de um projeto, situação ou morte de uma pessoa. Durante muito tempo o fim da vida sempre foi assunto rejeitado pela sociedade. Assim a representação da vida constitui do nascer, viver, envelhecer e morrer. Na perspectiva do casal que sofreu uma perda, a vivência do luto por perda gestacional e neonatal é uma ruptura de um projeto de vida na qual havia uma criança esperada e se transformou em uma interrupção. É um fato não acontecido, pois, a criança não existiu no sentido concreto, sendo um projeto não satisfeito.

Conforme Soubieux (2014), a morte e o luto dos pais são considerados perdas irreparáveis e nada mais será como antes. Apesar de a vida continuar, os enlutados precisarão desenvolver uma capacidade criativa do ponto de vista psicológico que suporte uma elaboração e um novo sentido de existência. A autora entende que essas perdas precisam ser abordadas especificamente, já que é um tipo de luto que merece uma reflexão especial, pois a sociedade lida com elas como se não tivessem ocorrido, por isso tende a apagá-las da história da vida de quem sofreu.

A gestação é simbolizada de modo diferente para o homem e para a mulher. Gradualmente a conexão com o futuro bebê, depende da história e da organização psíquica de cada um dos pais. Para Soubieux (2014), o cuidado para com os enlutados resulta da natureza traumática da perda, que poderá reacender outros traumas que não foram elaborados. O trauma da dor do luto, eclodem conflitos antigos na história familiar dos pares envolvidos e esses conflitos quando não são ressignificados adequadamente, não ajudam para o processo da dor. É como se a perda gestacional ou neonatal despertasse uma espécie de colapso remanescente. Desse modo, se os indivíduos afetados forem cuidados e acompanhados, poderá ocorrer a possibilidade de significar todas as perdas.

O que contribui para compreender a vivência de cada enlutado é identificar o lugar psíquico que o bebê ocupava para os pais desde sua concepção, pois, a morte rompeu com uma promessa de futuro repleta de projetos, pois “eles estavam esperando a vida e a promessa de um futuro cheio de projetos”. A morte os imobilizou em sua caminhada” (Soubieux, 2014, p.23). O tempo será um aliado precioso que pode possibilitar tanto para o pai quanto para a mãe uma reelaboração mais adequada para a perda, isto é, irá favorecer os significados e qual o sentido que a dor tem para existência de cada um.

Segundo (Silva, Costa & Martins, 2019), a perda afeta tanto o homem quanto a mulher, é uma dor que dilacera o casal, por isso tem caráter de trauma em suas vidas. As reações de dor, tristeza, culpa, angústia, afetam mais a mulher do que o homem. Caberá a esse a atitude culturalmente desejada de ser emocionalmente forte para apoiar a sua parceira.

A forma dos homens encontrarem significados para suas perdas, são características individuais, como a questão de gênero, de idade, de biografia e da personalidade. Portanto, o modo com o qual cada um lidará com seu sofrimento dependerá da capacidade que cada um tem para enfrentar situações

difíceis. Esse tipo de perda circunscreve as expectativas do casal, não somente ao bebê idealizado, mas também ao projeto de vida que ambos desenvolveram, que inclui o passado, o presente e o futuro. De acordo com Oliveira (2018), enquanto os homens se comunicam com menos intensidade, as mulheres geralmente buscam ajuda espiritual e na intenção de diminuir a dor da parceira, os homens tendem a oferecer-lhe mais apoio emocional.

Além da comunicação entre o casal poder sofrer prejuízo, a dificuldade da sociedade e dos familiares lidarem com a situação, a falta de reconhecimento social e médico, são obstáculos para a realização de intervenções mais eficazes. Além disso, nas perdas neonatais com uma morte súbita, por exemplo, causa maior impacto e é fator condicionante para o luto complicado.

A precipitação de conflitos após perdas gestacionais e neonatais, representa os vários modos de ser do homem. Neste sentido, para a fenomenologia existencial, o tema finitude é um componente essencial da existência humana. A maneira como cada homem e cada mulher reconhecerá suas perdas são as maneiras como ambos vivenciam o tempo (finitude) e na medida que o homem e o mundo avançam, seu modo de ser, suas crenças e seus projetos são questionados.

Segundo Roehle (2012, p.19) “em função dessa finitude, o homem escolhe e planeja grande parte de seus objetivos de vida”. O autor sustentado na obra *Ser e Tempo*, de 1927, do filósofo Heidegger, aborda as especificidades existenciais humanas e descreve que o homem ao se questionar procura o ente naquilo que ele é. Roehle (2012) anuncia que ente é um ser-aí, é um ir sendo, é tudo que é informal, é o homem não intelectual. Ente é ôntico, é o cotidiano, assim o homem compreende o ser a partir do ente.

Ruspoli (2020), também baseado no respectivo filósofo, narra que, aquilo que mais caracteriza o humano não é sua capacidade de pensar racionalmente e logicamente sobre qualquer coisa. O que caracteriza o humano é

sua capacidade de se envolver no mundo e desenvolver habilidades de atuação. Como, um indivíduo jogar uma bola por jogar, ou tocar uma música, essa ação não é intelectual, é uma habilidade pessoal.

Segundo Heidegger (2005), ser é ontológico, e se permanecer somente no ente, não terá a compreensão do ontológico. Não existe ser sem o ente. Nessa lógica de compreensão ontológica humana não se permite que o homem seja medido apenas no tempo e espaço, em decorrência de sua indeterminação. Assim, o homem na fenomenologia existencial é *Dasein*, isto é, é um ser aberto e lançado no mundo. *Dasein*, segundo Roehle (2012), é um termo cunhado pelo filósofo que significa o modo de ser do homem, é ser no mundo.

Nessa trajetória apresentada na questão sobre o ser, para Heidegger (2005), o homem é um poder ser no mundo, é um vi-a-ser. Quando o homem se interpela, ele se torna ciência humana, pois questiona seu modo de ser. Dessa forma ele se depara com indeterminadas possibilidades. Nas suas várias possibilidades de ser e de explorar modos diferentes de ser, ele se percebe angustiado. Desse modo, o homem poderá vir-a-ser a partir do não-ser.

DIMENSÕES DA MORTE E DA FINITUDE

Contudo, ao mesmo tempo em que a morte é certa, ela é também indeterminada, pois, não se sabe quando, onde e como se irá morrer, por isso é um tema difícil de ser abordado e conseqüentemente encoberto. Neste sentido, Toledo (2018), a partir da concepção de *Dasein* do filósofo Heidegger reafirma que a existência é ser lançado no mundo, pois, o homem é situado e datado, é o ser-para-a-morte. É aquele ser que não escolhe a sua família, o seu sexo, a sua nacionalidade, e é o conteúdo de sua vivência que varia no tempo e espaço. A condição da existência humana fenomenológica, significa deixar de ser para vir-a-ser, é um possível ser. Dessa forma, a morte é o ente e não necessariamente o fim.

Nessa perspectiva, Holanda e Nascimento (2021) discorrem sobre o conceito de finitude a partir de uma ideia de impermanência. Os autores relacionam a condição paradoxal do homem de ser temporal e múltiplo, com o fenômeno da impermanência. Em suas palavras: “somos uma espécie de unidade constituída pelos paradoxos, pelos opostos”. Isto é, o ser homem apesar de único, é constituído por outro ser humano à sua imagem e semelhança, e esse outro é também o seu oposto. Essa é uma condição que resulta em uma espécie de tensão em decorrência dos seus opostos e que trazem consigo a ideia de terminalidade permanente. Disto, ocorre uma sucessão de fins permanentes no existir humano. O homem terá que se refazer, se recriar, até resultar no último fim que é a morte propriamente dita. E nesse sentido é possível pensar a morte, não como um fim, mas como uma transformação.

Holanda e Nascimento (2021) afirmam que não é a concretude da morte que dará um sentido para a vida, mas que são as escolhas dos homens ao longo da vida que servirão de matrizes para sua trajetória. Como escolhas que deverão ser realizadas pelos homens estão incluídos os projetos, as projeções e suas perspectivas. Ambos, apresentam a liberdade enquanto estrutura existencial de Sartre, que preconiza que o homem tem a responsabilidade de lidar com suas escolhas. O que significa que a medida que o homem faz escolhas realiza um fim possível em detrimento de outra escolha. Desse modo, o homem consegue superar o que não foi escolhido. Conforme Holanda e Nascimento (2021) “Sarte vai trazer a relação íntima da finitude com a escolha. A escolha é o exercício da liberdade e superação de limites e acaba sendo a realização de fins possíveis”.

Afinal, o respectivo autor explica que ser é existir, ou seja, ambos descrevem que o porvir é o vigor de ter sido. É uma relação do fim do que já aconteceu com o que ainda acontecerá, completando que “a gente é sempre um não mais e, ao mesmo tempo, um ainda não” (Holanda & Nascimento, 2021). O homem vive possibilidades de existir a partir do que ele já foi.

A possibilidade de o homem existir, de um porvir do vigor de ter sido, é uma dinâmica existencial que se relaciona com morte e finitude. Pizetta (2007) relaciona os fenômenos da morte e da finitude alicerçada na obra *Ser e Tempo* para melhor compreendê-los. Para o autor, apesar de o termo morte e finitude parecerem óbvios, seus conceitos poderão se estender para outras concepções que ampliarão a compreensão do existir humano. A morte se relaciona com o fim de um processo físico e biológico, é o fim do curso vital do homem no seu percurso de nascer, crescer e morrer. É o resultado do homem na totalidade de sua experiência. Entretanto, a finitude é casualidade de algo que se acaba para dar início à alguma criação. A princípio é um conceito similar de terminalidade permanente como um processo de criação e de transformação.

De acordo com Pizetta (2007), o ser humano ao longo da história sempre esteve em um relacionamento de barganha com a morte, na tentativa de dominá-la. Em consequência disso, a sociedade teceu uma construção cultural no âmbito de delimitar algo que não se limita em relação à morte. A medicina, a antropologia, a religião, sempre buscaram respostas para esse fenômeno, que de certo modo se organizou ao nível social/político pelo temor do desconhecido. Entretanto, como explicar ou falar da morte, se ninguém vive a própria morte, ela é cercada de indefinição, não se constituindo como uma experiência familiar.

Por causa disso a morte é um assunto evitado, conseqüentemente os indivíduos se afastam dessa reflexão, pois, falar da morte com propriedade é ter que concebê-la. Contudo, para Pizetta (2007) é possível falar da morte do outro, e falar da morte do outro é falar de uma realidade enigmática que fragmenta a experiência por si mesma. Por tudo isso, o homem fica com a interpretação prévia do que pressupõe constituir o morrer.

Pizetta (2007) destaca outra compreensão que evoca um novo horizonte hermenêutico ao qual se refere o fim do ciclo da vida do outro como uma experiência do outro. A proposta analítica de compreensão da morte de acordo

com o autor é a morte a partir de si mesmo, isto é, da própria morte do *Dasein* (ser-aí), a qual se denomina de pre-sença. Para tal, é condição básica para esse fim é a concretização da pre-sença nos vários modos de ser estruturais como: tempo, espaço, liberdade, projetos, dos quais o próprio ser-aí tenta se afastar. É uma busca no ser, nele e por ele mesmo. Essa pre-sença significa ser e assumir esse ser: “nós somos este ente chamado pre-sença” (Pizetta, 2007, p. 223).

A existência humana, portanto, é essa totalidade vivida, é o ser para-a-morte, no qual o ser-para é um processo contínuo de ser de algo não dado, mas que é realizado por si mesmo. Além disso, Martins Filho (2016) articula a morte e a finitude com os vários modos de ser. Nesses modos o que está em cena é o próprio ser em si a partir de sua experiência de ser lançado no mundo e que está ligado ao caráter ontológico da vida humana. Assim, a existência é uma tarefa que nunca se resolve de outra forma senão por meio do próprio existir.

Dessa forma, existir é uma compreensão que se torna uma estrutura existencial do *Dasein* que vai se encontrar jogado no mundo entregue à sua própria existência e temporalidade. De acordo com referido autor, a existência é um poder ser: “existência significa poder-ser, isto é, poder-ser próprio, autenticamente” (Martins Filho, 2016, p. 239). Desse modo, o autor apresenta uma referência da filosofia Heideggeriana no qual diz que o ser *Dasein* está entre o nascer e morrer e que sempre faltará alguma coisa e que no caso é a morte, e a incompletude. A inteireza da experiência de existir se completa com a morte, a morte é, portanto, ser-com-os outros.

O LUGAR DO PAI

O ser-com para o homem que perde seu filho, não encontra representação e possibilidades de resignificação, pois, a sociedade desconsidera o

sofrimento para a figura paterna. Suas experiências são ignoradas e alguns apresentam perda de identidade e escondem sentimentos como tristeza e raiva. Por isso os homens não encontram apoio emocional, cultural, e rituais que possam ampará-los nesse momento da vida.

O processo de ressignificação a partir de uma perda gestacional e neonatal, constitui uma tarefa de compreensão existencial de um fim permanente no existir humano. As perdas gestacionais e neonatais, à luz da fenomenologia existencial, poderão ser compreendidas como uma ruptura do processo de continuidade de ser entre o nascer e o morrer.

O sofrimento da perda gestacional e neonatal é vivida de forma diferente pelo casal. Segundo Silva et al. (2019), as mulheres não sentem que seus parceiros entristecem o bastante e com isso acreditam que estes não se importam com elas e com a perda do filho. Por outro lado, os homens interpretam que suas mulheres sofrem excessivamente e que a reação delas é fora da norma, o que resulta em decepção e impaciência para o casal. A autora aponta que a ausência de suporte familiar e dos amigos, poderão provocar comportamentos e sentimentos mais acentuados que dificultam a elaboração do luto.

Segundo McCreight (2004), a mulher tenderá a se envolver diretamente com o filho pelo fato de gerar e sentir as mudanças no próprio corpo durante a gestação e que, portanto, é pressuposto um sofrimento maior por parte da mãe. Por outro lado, acredita-se que os homens só adquirem os laços com o filho após seu nascimento, isto é, no momento em que este o carrega em seu colo. A autora descreve que a não experiência gravídica do pai com seu filho no desenvolvimento da gestação em seu corpo, não é impedimento de identificação e manifestação de grande apego na relação.

No entanto, a gravidez pelo lado do pai se estabelece em uma experiência vivida entre realidade e fantasia, ou seja, o bebê que o pai imagina. A autora descreve que existem estudos que refutam a não identificação do homem

com seu bebê pelo fato de não estarem envolvidos fisicamente no crescimento do filho. A sociedade, por considerar que não existe envolvimento físico, espera que os homens sejam mais fortes do que as mulheres e que seu papel resume em apoiar a parceira. No entanto, quando os homens encontram ambientes para dialogar sobre o assunto com outros homens ou com os amigos, reduz o sofrimento da sua perda.

Quintans (2018) anuncia que a sociedade exige que o homem seja racional e tenha papel de provedor. Neste contexto, a manifestação dos sentimentos do homem tem uma visão cultural personificada e a expressão de sua dor com maior liberdade poderá ser mencionada à medida que encontram grupos de autoajuda em que eles não se sentem julgados.

O julgamento da expressão das emoções dos homens está associado à cultural no qual ele está inserido. Existe uma influência da própria sociedade ocidental no modo como o homem deve se expressar, que está diretamente relacionado com a sua masculinidade construída ao longo de seu desenvolvimento. São exigidos os ideais de força, de confiança, de determinação, de realização, de independência, de racionalidade, de emocional equilibrado, de competência profissional e sexual. Em decorrência do gênero masculino algumas consequências psicológicas e emocionais como: baixa autoestima, alto índice de estresse e vergonha são apontadas como consequências. São enquadramentos sociais que influenciam a subjetividade do modo de ser masculino (Quintans, 2018).

Ainda, segundo a autora, a influência ocidental impede a elaboração do luto masculino. São normas que vão definir quais são as emoções que o homem deve expressar e sentir. Assim, o homem é lançado para as relações conforme seu contexto de nascimento cultural e social. O luto do homem é, portanto, entendido como uma perspectiva de construção de sentidos e significados socialmente modelados.

INTERFACES DO LUTO PATERNO GESTACIONAL E NEONATAL

Em sintonia com alguns autores, no sentido de modelar e construir a imagem social do masculino no modo como se deve reagir ao luto, certas diferenças o evidenciam em decorrência do gênero. “A não exteriorização dos sentimentos pode provocar no gênero masculino um conjunto de reações fisiológicas, tal como, a fadiga, *stress*, mal-estar e insônia, que dificilmente os homens associam à perda traumática que estão a vivenciar” Doka (2000 citado por Oliveira, 2018, p.11). O silenciamento provoca sintomas que tendem a substituir seus sentimentos por comportamentos socialmente aceitos.

A tendência de lidar com realidades diferentes é um desafio. Até agora, poucos estudos foram realizados com relevância relacionada a ruptura do projeto de ter filho em relação ao sentido de ser pai, apesar disso, observa-se que os homens apresentam comportamentos e sentimentos específicos inerentes a perda: “o pai tende a responder com raiva, medo e perda de controle, ao mesmo tempo, que deseja se voltar para um luto privado” (Quintans, 2018, p.50). São comportamentos que funcionam como uma estratégia de enfrentamento do luto e como uma tentativa de regular as suas emoções, que poderão variar de acordo com a vivência interna de cada homem.

Como parte de um estudo qualitativo, o autor aponta que o homem quando ocupa somente o lugar de apoio à mulher, é impedido de ter sua própria dor reconhecida e se sente negligenciado e marginalizado pela sociedade, o que torna sua perda invisível. Além disso, os homens relataram não considerarem ser tão bons ao ajudar suas parceiras e inclinam atendê-las de modo instrumental, isto é, com um comportamento racionalizado. Como resultado dessas expectativas, surge a sensação de frustração e retorno precoce ao trabalho. A evitação com o contato da perda e os fatores supracitados, impactam na qualidade de vida e impele o homem ao uso considerável de fumo e álcool, o que pode provocar o término da relação (Quintans, 2018).

Alguns aspectos psicossociais são necessários apresentar para a compreensão da constituição de identidade social do que é ser pai. Essas questões, de acordo com Vieira e Nascimento (2014), são os componentes: cognitivos, avaliativos e emocionais.

O modelo cognitivo tem caráter de responsabilidade que consiste em educar e prover os filhos e é também a passagem do homem da esfera de solteiro e considerado infantil para o mundo dos adultos. Esse componente se relaciona com um modelo mais tradicional e patriarcal sobre a paternidade e envolve uma ideia de pertencimento de grupo, pois adquire novos vínculos com outros com o mesmo molde de ação.

O segundo modelo inclui uma avaliação do homem de si mesmo que pode ser positiva ou negativa, o que dependerá de um julgamento externo, o da parceira e da opinião de seu próprio pai. Esse reconhecimento funciona como referência de constituição da paternidade, de modo que essa avaliação, para os autores, é importante, pois, se a qualificação que o sujeito realizar de si mesmo em relação ao seu próprio pai não for positiva, este tenderá a escamotear esse resultado. O futuro pai buscará proteger e preservar a imagem do pai que o criou. Se depreciar a figura paterna que teve na infância, será o mesmo que afirmar que não teve uma boa educação e um bom ensino. Nessa perspectiva, para esse homem, ele não terá condições de cuidar bem de seu filho, e portanto, não será um bom pai.

Por fim, os componentes emocionais, ilustram o modelo de pai que participa de atividades criativas e de diversão de seu filho e permite um pouco mais da intimidade paterna frente a relação. É o pai que poderá ser mais afetivo, que presentifica-se nas tarefas escolares de seus filhos e compartilham juntos os momentos de lazer. Dessa forma, observam-se as dimensões sociais e culturais no esteio do que é ser pai. “Todos os pais procuraram, a partir dos seus recursos objetivos e subjetivos, construir uma autoimagem positiva em constante negociação com os seus diversos grupos de pertença e suas

respectivas expectativas” (Vieira & Nascimento, 2014, p.66). É um ponto de vista que permeia e constitui a sociedade e ajuda a singularizar a relação desses indivíduos em suas coletividades.

São as estruturas sociais que influenciarão como o homem deverá se comportar enquanto homem e conseqüentemente como o luto vai se dar na sociedade vinculada ao gênero masculino. Nesse sentido, a expressão do luto masculino envolve componentes emocionais, sociais, históricos, físicos, culturais, podendo ser compreendido como uma construção multidimensional.

Após uma reflexão sobre as escrituras sagradas, observou-se que na maior história da humanidade, São José, pai de Jesus Cristo, não é retratado durante o percurso da crucificação (Almeida, 1864). Nesse momento máximo durante o calvário do filho, a apresentação imagética do sofrimento de Nossa Senhora, da mãe que perdeu seu filho, é uma representação que poderá indicar um luto situado na feminilidade. Dessa forma, percebe-se as influências desse símbolo na elaboração do significado da perda paterna na contemporaneidade, embora essas informações estejam escritas nos apócrifos, que são livros antigos que não são considerados bíblicos e precisam passar por critérios específicos para fazer parte da bíblia sagrada, sendo considerados escritos livres.

Em síntese, a observação demonstra que o lugar supremo reservado ao luto era o da mulher, cabendo ao pai um papel secundário na questão da perda: há uma ideologia de supremacia do valor do feminino em relação ao luto como se o filho não fosse coexistente e cocriado na relação conjugal. O espaço reservado ao homem apresenta-se secundário, constituindo-se como uma questão de ideologia romântica do papel da mulher quanto à procriação com o objetivo de elevá-la ao pilar de sustentação da família, podendo essa visão romântica do lugar da mãe, ocupar uma tentativa de propagar o patriarcado e assim conquistar o coração das pessoas. Essa mulher humaniza, mas também destitui o masculino do lugar de seu papel paterno.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que luto não é doença, é um fenômeno multidimensional que requer elaboração da perda, visto que, possibilitará novos rumos para a vida. No entanto, não resignificar uma perda poderá evoluir em desordens emocionais intensas. A organização do mundo interno após uma perda, por se relacionar com os afetos, dependerá da subjetividade de cada indivíduo e suas reações são influenciadas pelo contexto sócio-histórico, religioso, cultural e familiar do enlutado. Logo, esses sentimentos, influenciados por esse contexto multidimensional, são repudiados pela sociedade ocidental por considerá-los sinônimo de fraqueza.

As teorias demonstram, que não existe um padrão de enlutar, já que ninguém está preparado para lidar com a morte. De maneira geral, os sentimentos são vividos de modo diferente para o homem e para a mulher e a resignificação da perda dependerá da forma psicológica que cada membro se organiza. É importante destacar que em decorrência da natureza do trauma, a perda gestacional e neonatal poderá ser um gatilho para um conflito já existente na história de vida pregressa individual e do casal, tendo um potencial de ser um fator responsável para um luto complicado.

As variações das reações se relacionam com o gênero: as mulheres sentem mais tristeza, culpa, angústia e os homens culturalmente se responsabilizam em cuidar emocionalmente das parceiras. A capacidade dele de lidar com a dor se relaciona com sua biografia, idade e personalidade. A falta de reconhecimento das perdas gestacionais e neonatais para os homens prejudica a realização de intervenções mais efetivas e resultam em vulnerabilidade e cobranças entre os cônjuges.

Com a perda não existe mais o projeto de vida do casal e ambos se deparam com o tema da morte e finitude, ao mesmo tempo que reconhecer as perdas é se deparar com esses assuntos. O ser humano enquanto um ser

lançado no mundo, questiona suas crenças, seus projetos e modos de ser, projetando seu futuro a partir da ideia de finitude, fazendo escolhas e idealizando grande parte de seus objetivos de vida. São nos seus vários modos de ser estruturais como a finitude, liberdade e a temporalidade, que *a priori* vão definir as possibilidades realizadas em cada existência humana. Essas são condições que fundam o ser humano para o seu modo de ser e estar aí no mundo.

Como uma proposta fenomenológica-existencial constitutiva do Dasein e do existir que descreve o ser aberto e indeterminado, o homem poderá ter seu processo contínuo de vir-a-ser interrompido que envolverá mudanças no padrão de comportamento e de relações e seus significados. Ao mesmo tempo que nada lhe trará garantias, constitui-se também como um ser-para-a morte, o que lhe causa angústias. Assim, o homem tem que deixar de ser para vir-a-ser.

Nessa perspectiva, o ser humano é um reiniciar-se eterno. É possível pensar a morte não como um fim, mas como uma transformação. Não é a morte propriamente dita como fim de tudo que dará sentido à vida, mas é a capacidade de adaptação do ser humano com o que lhe acontece na sua trajetória. A perspectiva de um projeto é uma escolha que o indivíduo idealiza, na medida que se o seu projeto não se realiza, o indivíduo não se satisfaz.

Nesse contexto, pela ótica da fenomenologia existencial pode-se compreender que a perda gestacional e neonatal é uma descontinuidade no ser-aí humano ao qual a única condição de reintegração resulta em reelaborar a nova situação, isto é, é a própria abertura do humano. O reconhecimento do luto paterno possibilitará novos diálogos para o enfrentamento de suas angústias, desse modo, apesar de o projeto de ter filho estar relacionado com o casal, cada um viverá suas próprias angústias.

Constatou-se que, o papel do pai é de provedor e exige racionalidade, existindo uma influência da sociedade na forma como o pai deve expressar

suas emoções e que sua representação está relacionada com a sua masculinidade construída ao longo de sua história. Essa interferência exige que o pai tenha comportamento instrumental, independente, seja equilibrado emocionalmente, competente profissional e sexualmente. São imposições que resultam em estresse, baixa autoestima, agressividade e vergonha.

Portanto, o homem é lançado ao mundo com esse enquadramento que direciona sua subjetividade e impede uma elaboração adequada do luto. São normas sociais e culturais que definirão como se sentir e se expressar. Nesse contexto, a manifestação dos sentimentos tem caráter normativo e cultural, o que, conseqüentemente, o silenciamento da sua expressão causam sintomas corporais e psicológicos. São comportamentos socialmente modelados, que substituem seus sentimentos e funcionam como estratégia de enfrentamento para regular suas emoções e também oferecem uma ideia de pertença de grupo.

O presente estudo aponta a invisibilidade de expressão dos sentimentos masculinos. Apesar disso, observa-se que, à medida em que os espaços para dialogar são facilitados, os homens sentem-se acolhidos a despeito de suas dores e angústias existenciais, enquanto homem, enquanto pai e enquanto parceiro. Compartilhar a experiência e o sentido que se deu à perda, possibilita novos projetos e rumos de vida. É um conjunto de apoio mútuo, da sociedade e da família que contribuem para o sentido de ser pai. Percebeu-se que o não reconhecimento do sofrimento do casal está associado com a dificuldade da sociedade e da família de lidar com a morte e por não considerar que a criança que não nasceu não existiu.

Os homens são socializados a não expressar suas emoções, de forma que a representação dessa figura sofre influência da cultura e da ideologia de dominação, perdendo a complexidade de seu sentido.

Deduz-se que a perda e o luto paterno é uma perda e luto de um ser-com e não de. O que sustenta essa ideologia de dominação é de, pois, ela reduz

o sentido do com a um modelo social. Ressignificar a dor não é intelectivo. Neste sentido, o homem enquanto um ser do ente é impedido de vir-a-ser por ele mesmo e suas possibilidades ontológicas são restringidas enquanto ser aberto e lançado no mundo. Sem o apoio mútuo de outros homens (ser-com) e a invisibilidade de sua dor pela sociedade, não há outro que possa assistir o pesar de sua perda. Seu sofrimento fica aprisionado (ser-de) pela dificuldade de encontrar espaços de expressão. Seus sentimentos e comportamentos se tornam objetificados e o condena viver isolado e dificulta entrar em contato com aquilo que ele é e sente. Os aspectos a serem enfrentados pelo homem no sentido de ser pai são estruturas sociais que vão ditar como se organizar social e culturalmente e determinará a maneira como encarar o luto.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, J. F. (1864). *A Bíblia sagrada, contendo o Velho e o Novo Testamento*. Sociedade Bíblica do Brasil.
- BROMBERG, M. (2000). *A psicoterapia em situações de perdas e luto*. Recuperado de https://stream2.br/pdf_dummy/eyJpZCI6IjIIMDUxOTkiL-CJuYWlljoiQSBQc2ljb3RlcmFwaWEgZW0gc2l0dWFcdTAwZT.
- HEIDEGGER, M. (2005). *O ser e tempo*. Petrópolis: Vozes.
- HOLANDA, A, & Nascimento, C.L. (2021, maio 7). *Fenomenologia e Clínica: Finitude* [video file]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=UuVhvdIqIJ4>.
- FILHO, J. R. F. M. (2016). Morte e finitude na filosofia de Martin Heidegger: uma intuição de sein und zeit ao pensamento da história do ser. *Griot : Revista De Filosofia*, 13(1), 238–256. Recuperado de <https://www3.ufrb.edu.br/seer/index.php/griot/article/view/687>. doi: <https://doi.org/10.31977/grirfi.v13i1.687>

- MAGNABOSCO, M. M. (2017). *Outras Palavras em Psicopatologia*. Belo Horizonte: Ophicina de Arte & Prosa.
- MCCREIGHT, B. S. (2004). A grief ignored: narratives of pregnancy loss from a male perspective. *Sociology of health & illness*, 26(3), 326-350. Recuperado de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1467-9566.2004.00393.x>. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1467-9566.2004.00393.x>.
- OLIVEIRA, C. M. D. S. M. (2018). *Impacto de uma morte fetal ou neonatal nos homens e comunicação do casal sobre a perda: percepção masculina* (Dissertação de mestrado). Universidade Lusófona de Humanidades e tecnologias Lisboa. Recuperado de <https://recil:grupolusofona.pt/bitstream/10437/9048/3/Dissertaç~ao%20de%20Catarina%20Soares%20de%20Oliveira.pdf>.
- PARKES, C. M. (1998). *Luto: estudo sobre a perda na vida adulta*. São Paulo: Summus.
- PEREIRA, S. M., & Pires, E. F. (2018). As experiências de perdas e luto na contemporaneidade: um estudo bibliográfico. *Revista Educação-UNG-Ser*, 13(1), 200-217. Recuperado de <http://revistas.ung.br/index.php/educacao/article/view/2837>.
- PISETTA, É. E. (2007). Morte e finitude. *Síntese: Revista de Filosofia*, 34(109), 219-246. Recuperado de <http://periodicos.faje.edu.br/index.php/Sintese/article/view/208>. doi: <https://doi.org/10.20911/21769389v34n109p219-246/2007>.
- QUINTANS, É.T. (2018). *Eu também perdi meu filho: Luto paterno na perda gestacional/neonatal* (Dissertação de mestrado). Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

- RAMOS, V. A. B. (2016). O processo de luto. *Psicologia-Portal do psicólogo*. Recuperado de <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1021.pdf>.]
- ROEHE, M. V. (2012). A psicologia Heideggeriana. *Psico*, 43(1). Recuperado de <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/11089>.
- RUSPOLI, T. (2018, abril 15). *Being in the World – On the Subject of the #Heideggerian Dasein* [video file]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=dIFsZ9uTrpE>.
- SANTOS, R. C. S., Yamamoto, Y. M., & Custódio, L. M. G. (2017). Aspectos teóricos sobre o processo de luto e a vivência do luto antecipatório. *Psicologia*, 1-18. Recuperado de <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1161.pdf>.
- SILVA, A. D., Costa, M. E., & Martins, M. (2019). A vivência do luto por perda gestacional na perspectiva do casal: revisão de escopo. Recuperado de <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/124109/2/366597.pdf>.
- SILVA, M. D. D. F. D., & Ferreira-Alves, J. (2012). O luto em adultos idosos: natureza do desafio individual e das variáveis contextuais em diferentes modelos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 25, 588-595. Recuperado de <https://www.scielo.br/j/prc/a/3tSjhYY3jWbg7BHGBkMwdSr/?lang=pt#>. doi: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722012000300019>.
- SOUBIEUX, M. J. (2014). Um luto complexo com impactos múltiplos. Em AGAPA (Ed.1), *Morte Perinatal: Entender e medir seu impacto para melhor acompanhar os que são a ela confrontados*. (pp 21-32). Agapa: França.

- TOLEDO, D. (2018). HEIDEGGER E A DIMENSÃO ORIGINARIAMENTE TRÁGICA DA FINITUDE EM SUA TEMPORALIDADE HISTÓRICA. *Revista Ideação*, 1(38), 200-216. Recuperado de <http://periodicos.uefs.br/index.php/revistaideacao/article/view/4293>. doi: <https://doi.org/10.13102/ideac.vli38.4293>.
- VIEIRA, G. T., & Nascimento, A. R. A. (2014). Aspectos psicossociais da construção da identidade paterna. *Psicologia: teoria e prática*, 16(1), 57-68. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1938/193830151005.pdf>.
- WORDEN, J. W. (1998). *Terapia do luto: um manual para o profissional de saúde mental*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- ZEGERS-HOCHSCHILD, F., Adamson, G. D., Dyer, S., Racowsky, C., De Mouzon, J., Sokol, R., ... & Van Der Poel, S. (2017). The international glossary on infertility and fertility care, 2017. *Human reproduction*, 32(9), 1786-1801. Recuperado de <https://academic.oup.com/humrep/article/32/9/1786/4049537?login=true>. doi: <https://doi.org/10.1093/humrep/dex234>.

7. PLANTÃO PSICOLÓGICO: POSSIBILIDADE DE INTERVENÇÃO PARA PESSOAS EM VULNERABILIDADE SOCIAL

Elizabet Cristina Rodrigues Meira

Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista

O Plantão Psicológico é uma modalidade de prática clínica psicológica, cuja abordagem é fundamentada na “fenomenologia existencial” (Evangelista, 2019), e esse fazer clínico refere-se à atitude do psicólogo disponibilizar-se a explorar conjuntamente a situação existencial do cliente que o procura. Essa atitude clínica, aberta, mostra-se receptiva ao que chega tal como aparece; a despreensão do plantonista querer saber e a atitude curiosa de querer compreender o fenômeno que ali chega é o diferencial desse atendimento. Aquele que busca atenção psicológica apresenta-se indeterminado, a saber, desprovido de qualquer *a priori* por parte de quem acolhe. Nesse encontro inter-humano, a pessoa que procura pelo Plantão Psicológico encontra-se com experiências vividas não tematizadas, às vezes com pouca clareza acerca do que e como está situada na vida, tanto quanto é desconhecida do profissional que a recebeu.

A pessoa que procura pelo atendimento no Plantão Psicológico está em uma crise existencial. A situação do encontro no Plantão Psicológico é a ocasião de formular perguntas e encontrar possíveis respostas sobre quem e como a pessoa é, por meio do diálogo. Nessa relação humana dialógica,

a receptividade do psicólogo plantonista é ajudar essa pessoa que sofre na tarefa de ser si-mesma a encontrar-se no seu *ethos*¹ humano.

Segundo Evangelista (2021, no prelo), o Plantão Psicológico é uma modalidade de atendimento que não se limita a um espaço físico delimitado, assim, sua efetividade acontece nas relações interpessoais; a atitude do plantonista ao lidar com o inesperado e o não diretivo faz desse atendimento diferente de todas as demais propostas de escuta clínica. Há de se ressaltar que a atitude fenomenológica do plantonista remete ao *kairós*, isto é à situação existencial enquanto momento propício de empunhar a existência e destinar-se. Segundo Evangelista (2016), a kairologia é a temporalidade da existência humana, referindo-se ao momento propício e decisivo da existência humana poder ser e não ser.

O objetivo deste capítulo é discutir a pertinência desta modalidade de atenção psicológica para pessoas em vulnerabilidade social. Para isso, iniciamos conceituando o Plantão Psicológico. Em seguida, apresentamos nossa compreensão de vulnerabilidade social. Por fim, indicamos como esta modalidade pode acolher as demandas e condições existenciais de pessoas que habitam comunidades vulneráveis socialmente.

O PLANTÃO PSICOLÓGICO

O Plantão Psicológico é genuinamente brasileiro. Teve suas primeiras ações no final da década de 1960 no SAP (Serviço de Aconselhamento Psicológico) do Departamento de Psicologia da Aprendizagem da USP, com a professora Rachel Lia Rosenberg, sob inspiração da Abordagem Centrada na Pessoa,

¹ *Ethos*, etimologicamente, refere-se à morada, referenciada por Figueiredo (1995, p. 143) como um conjunto de valores, posturas e hábito que compartilham a mesma raiz. Esse habitar sereno e confiado é a condição do gozar, do fruir, ou seja, da experiência do corpo como fonte de prazer-mesmo que limitado-livres dos riscos e das incertezas.

desenvolvida por Carl Rogers. Atualmente, diante da emergente e real necessidade da sociedade brasileira, Furigo et al (2008) identificam um vertiginoso crescimento dessa prática clínica. As pesquisas acompanham a ampliação desse serviço nos diversos contextos sociais e comunidades fora das clínicas-escolas em todo o país. Amorim, Andrade e Branco (2018) ressaltam a maior contribuição que impulsionou a prática de Plantão Psicológico: promoção de saúde ocorrida com o processo de Consolidação da Reforma Psiquiátrica e que possibilitou inserir e ampliar a Psicologia nas políticas públicas do SUS. Mota e Goto (2009) reconhecem no Plantão Psicológico novas possibilidades de atendimento clínico numa concepção de clínica ampliada para outros âmbitos.

Na compreensão de Morato (2006), o Plantão Psicológico é uma metodologia, uma ação clínica-investigativa que visa esclarecer junto àquele que sofre sua demanda e, a partir de suas possibilidades, ajudar a pessoa a se responsabilizar pelo seu próprio cuidado, bem como resgatar as dimensões da sua condição humana. A horizontalidade dessa postura reflexiva relacional possibilita para ambos conhecerem a situação numa intervenção de maneira crítica e compreensiva da experiência humana.

Questionamentos como: Quem sou? Qual meu propósito nesse mundo? Na situação hermenêutica, própria do ser humano – o que faz, o que pensa, o que quer – abre-se a possibilidade do ser humano refletir e compreender a si mesmo. Na visão de Critelli (2009), a transformação de si mesmo é um processo de aprendizagem que se concretiza pelo ato de pensar, compreender e agir no mundo com os outros. Nesse mesmo sentido, Morato (2006) não vê no modo-de-ser da pessoa nenhum obstáculo a ser transportado ou adaptado a uma norma padrão. Assim, o Plantão Psicológico é uma atitude potenciadora do ser e seu diferencial é o modo de proceder do plantonista, como ele escuta o sofrer de seu cliente. Ou seja, mais importante que o procedimento é o modo de ser presença.

Segundo Morato (2006), a concretude do Plantão Psicológico se dá no encontro da relação *ser-no-mundo-com-outros*. Ancorado na linguagem, o fazer

do plantonista está posto; sua prática, enquanto ação humana, é contemplar a necessidade vivida, com reverência à narrativa histórica do sujeito na sua potencialidade e vulnerabilidade. A situação em que se encontra é impulsionadora da ação. Sendo assim; percebe-se que o saber-fazer do profissional psicólogo é percorrer um caminho próprio em que o plantonista é provocado a agir na situação em que se encontra.

O Plantão Psicológico tem um potencial criativo. Cury e Ramos (2009) afirmam que o ambiente de escuta atenciosa proporciona a quem por ele procura um espaço que possa ser seu *ethos*, morada. Furigo (2006) reitera que este encontro desbloqueia a criatividade travada pelas circunstâncias da vida. Assim, essa atitude do plantonista inspirada pela abordagem fenomenológica existencial, seu caráter de esforçar-se por suspender seus *a priori*s e de ser disponível ao inesperado e aberto ao que se mostra e como se revela é que o distingue de outras práticas e modelos clínicos convencionais.

PLANTÃO PSICOLÓGICO COMO AÇÃO CLÍNICA

Desde a sua origem, o Plantão Psicológico pode ser compreendido como uma modalidade do Aconselhamento Psicológico. A sua história foi marcada por momentos de transição e transformações fundamentais para a Psicologia como Ciência e Profissão do Psicólogo no Brasil (Morato, 2009). Idealizado em 1969 por Rachel Lia Rosenberg e Oswaldo de Barros Santos, o caminho do Aconselhamento Psicológico é legitimado como “lugar de fronteiras” (Morato, 2006, p. 3), ou seja, revelando naquele momento a sua identidade, e, tendo consciência de si mesmo, brotando de um sentimento coletivo de pertencimento naquela comunidade.

O Serviço de Aconselhamento Psicológico (SAP) surgiu da necessidade de um espaço e lugar para os acadêmicos do curso de Psicologia do Instituto de Psicologia da USP estagiarem. Aquela demanda da comunidade abriu

uma brecha, passou por reestruturações de sua equipe, que possibilitaram a ampliação de oportunidades e alternativas de atendimentos aos alunos, bem como a inclusão na sua grade das disciplinas de graduação e cursos de extensão que contemplavam a urgência daquele momento. O SAP é uma referência como espaço acadêmico e institucional de fomento à pesquisa e prática do Aconselhamento Psicológico e formação do psicólogo. Seu serviço de Plantão Psicológico é aberto à comunidade, e, atualmente, por razões organizativas, atende a região do Butantã e a comunidade da USP (Morato, 2006).

A plasticidade do Plantão Psicológico tem possibilitado que alcance diferentes públicos, situações e espaços. Como espaço de escuta, sua atitude disponível é compreender as experiências da pessoa que buscam essa ajuda.

Curiosear é o ponto de partida do Plantão Psicológico. É ação clínica na dimensão tácita, de não nomear o que se desvela, mas como se revela. É um acontecimento, uma possibilidade de compreensão da trama de sentido na qual se situa o cliente. O encontro com o plantonista é ocasião de desvelamento dessa trama. A descrição dessa minuciosa investigação leva a uma cartografia clínica.

Cartografia refere-se ao cartografar enquanto método com dupla função: detectar a paisagem, seus acidentes, suas mutações e, ao mesmo tempo, criar vias de passagem através deles. O desenho do cartógrafo desvela simultaneamente o território e a si mesmo, pois ao caminhar pelo relevo e ao olhar para o horizonte descobre formas e contornos pelos quais torna presente uma região: sua missão é criar língua para os movimentos, dando-lhes condições de passagem e efetuação. Criação da co-existência (Morato, 2006, p.5).

A partir da década de 1990, as pesquisas apontam o empenho na solicitação pela implantação do Plantão Psicológico em diferentes contextos institucionais. Rocha (2009), Mozena e Cury (2010), Mahfoud (2013),

Scorsolini-Comin (2014), Amorim, Andrade e Branco (2015) e Lima e Ribeiro (2018) ressaltam que os pedidos pelo atendimento em Plantão Psicológico foram além dos serviços-escolas, implantando-se em variados locais e contextos, tais como: serviço de atendimento jurídico, grupo comunitário, distrito policial, centros espíritas, hospitais, escolas, comunidades, salas de espera, CRAS, delegacias, lar de idosos, centros de convivência, igrejas, entres outros. Culminaram na atitude de fazer uma Clínica diferente do modelo clínico tradicional, pautado no consultório particular. Partem todos dessa ampliação do serviço, bem como da abertura do cuidado com o outro. Vale ressaltar, segundo Mahfoud (2013), que o movimento dos clientes em direção a esse atendimento é a razão de ser do Plantão Psicológico.

Segundo Morato (2009), o Plantão Psicológico destoa da clínica tradicional no sentido do que essa modalidade de cuidado propõe. Ela é uma ação clínica radical na relação com os sujeitos envolvidos e marca o espaço; o espaço da situação, da realidade sociocultural do cliente/plantonista, que é atravessada por possibilidades e limites permitidos pela instituição. Sua prática é um desafio; ele se apresenta como prática de atenção psicossocial onde estiver implantado. Sendo assim, a práxis psicológica dessa clínica visa marcar o caráter ético (*ethos*) de ação na comunidade.

O atendimento em Plantão Psicológico pauta-se pela possibilidade de esclarecer a demanda apresentada ali, junto daquele que sofre. Pela perspectiva fenomenológica, aquele que procura por cuidado psicológico apresenta-se por sua própria história, tecida na trama de significados do mundo no qual se constituiu (Morato, 2009). Ou seja, o cliente se traz já imerso no social no qual foi lançado como humano. Assim, o sofrimento existencial manifesto não pode ser compreendido como mera interioridade individual, passível de corroborações teóricas sobre o psiquismo como entidade em si. Exige, outrossim, atenção para os modos como está sendo no mundo compartilhado, que podem ser explicitados no encontro co-humano com o plantonista.

No atendimento em Plantão Psicológico, o sujeito traz sua experiência, os modos como está e é afetado, os entraves, e é pelo diálogo com o plantonista que vai desamarrando, amarrando, perguntando e respondendo o que e como está acontecendo sua história. O plantonista se propõe a estar com ele. A demanda é sempre do cliente. A sua procura pelo cuidado psicológico é permeada pela própria necessidade do ser humano de ser compreendido. Essa clínica implica uma atitude atenta do plantonista de recolher as narrativas daqueles que procuram o serviço, no sentido de ajuntar os pedacinhos numa escuta afinada da experiência e compreensiva de suas histórias. O plantonista empresta os seus ouvidos às falas de um modo atencioso e amoroso e, debruçado, presta-lhe atenção e cuidado. O plantonista é, assim, um *cuidador*.

O Plantão Psicológico se apresenta inventivo, questionador e também desalojador para o formando em Psicologia (Morato, 2009), pois tal situação priva-o de procedimentos, teorias e técnicas que lhe sirvam de sedimento. A clínica radical acontece quando o plantonista se faz radicalmente junto da experiência do cliente em situação. Essa vivência é carregada de angústia frente à liberdade do outro ser. Evangelista (2021) afirma que o atendimento psicológico se dá na relação tácita ao ofício do cuidado, expresso no modo-de-ser-com o cliente e não unicamente a partir uma teoria incorporada pelo psicólogo.

Morato (2009) conclui que o Plantão Psicológico em instituições se dirige como alternativa em Aconselhamento Psicológico em meio a diálogo e tensões. Sua práxis psicológica é promover a busca de bem-estar e de poder-ser-si-mesmo de quem procura o Plantão Psicológico. Nessa mesma perspectiva, Lima e Ribeiro (2018) afirmam que o plantão proporciona, na emergência de uma ruptura, outra forma da pessoa estar-no-mundo na sua alteridade transitória; um ser-no-mundo a partir de-si-mesmo. A ação de estar-no-mundo-com-o-outro designa a atitude atenta e disponível do plantonista, na sua dimensão temporal e espacial de se fazer presença no acontecimento por uma escuta fenomenológica existencial.

SOFRIMENTO PSICOLÓGICO DE COMUNIDADES VULNERÁVEIS SOCIALMENTE

O cliente, assim como o profissional de psicologia, são e estão imersos em contextos sociais. São teias relacionais coexistências que, igualmente, respondem à tarefa de existir. Assim, o sofrimento humano não pode ser uma mera interioridade individual. O psicólogo é aquele que se coloca disponível a ser afetado e convocado ao clamor da existência que sofre. Na visão de Guareschi et al. (2007), uma posição desvantajosa dos sujeitos em determinadas populações os torna inscritos como vulneráveis frente às condições de promoção e garantia dos direitos de cidadania. Com o objetivo de compreender o sofrimento existencial de comunidades em condição de vulnerabilidade social, torna-se necessário compreender o mundo que habitam.

O termo vulnerabilidade tornou-se conhecido no início da década de 1980 a partir dos estudos sobre a síndrome da imunodeficiência (AIDS). Guareschi et al (2007) recordam que esse conceito foi inicialmente trabalhado na área dos direitos humanos, associado à discriminação social, como referindo-se a grupos de pessoas específicas, como homossexuais e usuários de drogas, taxados de “grupos de risco”. Mais tarde, esse conceito abarca a área da saúde por se referir à AIDS, associada ao medo e à moral.

Reis et al. (2014) ampliam esse conceito para a esfera da vida social, campo da educação, do trabalho, das políticas públicas, concernente às condições de vida e suportes sociais. Nesta perspectiva, concebem a vulnerabilidade como a impossibilidade de o indivíduo acessar a bens materiais e a bens de serviços que possam suprir suas necessidades, posição essa compartilhada por Guareschi et al (2007). Nessa condição, uma situação insuficiente e inadequada em que um grupo se encontra para lidar com as oportunidades disponíveis pela sociedade a torna vulnerável. À luz dessa compreensão, a inscrição social de pessoa vulnerável indica um impeditivo à movimentação nas estruturas

sociais e econômicas, limitando as oportunidades de modificação de sua situação socioeconômica. Ou seja, o conceito de vulnerabilidade social está ligado à restrição e às impossibilidades de ascensão dos indivíduos em sociedade, seja por causas econômicas, seja raciais. Dessa forma, a vulnerabilidade está associada à precariedade cidadã.

Ao conceituar vulnerabilidade social, Guareschi et al.(2007) ressaltam ser preciso considerar os fatores específicos da comunidade como resultado de determinados arranjos sociais e políticos que incidem sobre cada existência. Os diferentes dispositivos de marginalização são induzidos pelo sistema econômico e social e muitos discursos – historicamente construídos – sedimentam e justificam esses comportamentos como certo e errado, normal e anormal.

Até a Psicologia participa disso, instituindo a categoria dos desviantes. Os que estão fora do padrão socialmente aceito são inseridos no processo de exclusão, tornando possível que pessoas oriundas de populações carentes sejam consideradas vadias e sejam enquadradas pelas políticas públicas. Estas se baseiam no critério de produção capitalista de que se deve ser útil e ativo. Nessa lógica, prevalecem os grupos hegemônicos sobre os grupos vulneráveis. Guareschi et al.(2007) reiteram que esse discurso convincente do saber excludente e dominador é o de acomodar e inibir as populações consideradas vulneráveis a recuarem do seu desejo de lutar por seus direitos. Assim, o processo de exclusão vai além da vulnerabilização do corpo, da exposição do sujeito e da morte biológica. A vulnerabilidade também restringe a vitalidade e os modos de subjetivar-se da existência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

À luz destas considerações, propiciar que pessoas vulneráveis enfrentem suas realidade, reconhecendo e buscando atender as suas demandas e necessidades como protagonistas de sua história é garantir os direitos de

cidadania. A desconstrução dos discursos que legitimam a exclusão perpassa pela efetividade de programas educacionais focados no resgate de protagonismo dos sujeitos assim sujeitos. Problematizar a vulnerabilidade como uma restrição social é possibilitar que a produção de novos saberes sobre direitos sociais e cidadania alcancem outros espaços comunitários, instituições sociais e comunidades religiosas.

O Plantão Psicológico é uma modalidade de intervenção clínica e social fundamentada na fenomenologia existencial que se propõe cuidar e ajudar pessoas a se encontrarem em sua situação, como seres situados em contextos históricos e sociais, abertos ao porvir com vez e voz. Sua atitude crítica e seu compromisso social passam pela compreensão da transitoriedade de seus modos de existir, reificados como ‘identidades’. Nesta perspectiva, o Plantão Psicológico é ação potencializadora das vivências e experiências das pessoas em qualquer contexto social propiciadora de escuta atenta do modo como essa pessoa está vivenciando sua queixa, convidando-a a se inquietar pelo que se apresenta a ela como natural e familiar. Neste sentido, o psicólogo é convidado e convocado a participar de transformações sociais.

Ser responsável é próprio da existência. Significa ter que responder às inquietudes da vida. As necessidades com as quais somos desafiados cotidianamente exigem decisões e respostas rápidas. A relação cliente-plantonista diz principalmente de um olhar com respeito, da capacidade de ver a pessoa como é e, a partir de sua singularidade, contemplá-la no seu modo único de ser e poder-ser.

REFERÊNCIAS

- AMORIM, F. B. T.; Andrade, A. B.; Branco, P. C. C. (2015). Plantão Psicológico como Estratégia de Clínica Ampliada na Atenção Básica em Saúde. *Contextos Clínicos*, 8(2), p. 141-152. DOI: <http://dx.doi.org/>

org/10.4013/ctc.2015.82.03

BARREIROS, G. F.; Morato, H. T. P. (2017). O Encontro Reflexivo como Possibilidade de Intervenção Clínica em Instituição Educacional e Grupo Comunitário. *Educação e Pesquisa*, 43(3), p. 799-814. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ep/a/j8NjQZ4BBtCtWfMkkP3hbQg/?lang=pt>>

BRAGA, T. B. M.; Mosqueira, S. M.; Morato, H. T. P. (2012). Cartografia Clínica em Plantão Psicológico: Investigação Interventiva num Projeto de Atenção Psicológica em Distrito Policial. *Temas em Psicologia*, 20(2), p. 555-569. DOI: <http://dx.doi.org/10.9788/TP2012.2-20>

CURY, V. E.; Ramos, M. T. (2009). Plantão Psicológico em Clínica Escola: Prática e Pesquisa. Em: Breschigliari, J. O.; Rocha, M. C. (orgs.). *Serviço de Aconselhamento Psicológico: 40 Anos de História*. São Paulo: IPUSP, p. 133-142.

CRITELLI, D. M. (2009). Psicologia e Fenomenologia: Filosofia e Terapia. Em: Breschigliari, J. O.; Rocha, M. C. (orgs.). *Serviço de Aconselhamento Psicológico: 40 Anos de História*. São Paulo: IPUSP, p. 19-28.

EVANGELISTA, P. E. R. A. (2016). Temporalidade Kairológica do Dasein e Plantão Psicológico. Em: Evangelista, P. E. R. A.; Milanesi, P. V. B.; Morato, H. T. P. (orgs.) *Fenomenologia Existencial e Prática em Psicologia*. Rio de Janeiro: Via Verita, p. 147-156.

EVANGELISTA, P. E. R. A. (2019). Plantão Psicológico Fenomenológico Existencial. Palestra proferida no VI Colóquio Terapêutico, 30 de abril de 2019, na UFMG.

EVANGELISTA, P. E. R. A. (2021). O LEFE e o Plantão Psicológico na UFMG. No prelo.

FIGUEIREDO, L. C. (1995). Foucault e Heidegger. A ética e as formas históricas do habitar (e do não habitar). *Tempo Social*, 7(1-2). DOI: <https://doi.org/10.1590/ts.v7i1/2.85214>.

FURIGO, R. C. P. L., Sampedro, K. M., Zanelato, L. S., Foloni, R. F., Ballalai, R. C., Ormrod, T. (2008). Plantão Psicológico: Uma Prática que se consolida. *Boletim de Psicologia*, 58(129), p. 185-192. Recuperado em 22 de maio de 2022, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432008000200006&lng=pt&tlng=pt.

GUARESCHI, N. M. F., Reis, C. D.; Huning, S. M.; Bertuzzi, L. D. (2007). Intervenção na condição de vulnerabilidade social: um estudo sobre a produção de sentidos com adolescentes do programa do trabalho educativo. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 7(1), p. 17-27. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812007000100003&lng=pt&tlng=pt>

LIMA, D. F., Ribeiro, M. S. S. (2018). Plantão Psicológico e Acontecência do Cuidado: Problematizando um “não-lugar”. *ECOS - Estudos Contemporâneos da Subjetividade*, 8(2), p. 291-301. Disponível em: <<http://www.periodicoshumanas.uff.br/ecos/article/view/2845>>

MAHFOUD, M. (2012). A Vivência de um Desafio: Plantão Psicológico. Em: Mahfoud, M. (org). *Plantão Psicológico: Novos Horizontes*. São Paulo: CI, p. 17-29.

MAHFOUD, M. (2013). Desafios Sempre Renovados: Plantão Psicológico. Em: Tassiani, M. A., Cordeiro, A. P. S., Durange, W. T. (orgs.). *Revisitando o Plantão Psicológico Centrado na Pessoa*. Curitiba: CRV, p. 33-50.

MORATO, H. T. P. (2006). Pedido, Queixa e Demanda no Plantão Psicológico: Querer, Poder ou Precisar. *VI Simpósio Nacional de*

Práticas Psicológicas em Instituição -Psicologia e Políticas Públicas. Vitória: UFES, p. 1-8.

MORATO, H. T. P. (2009). Plantão Psicológico: Inventividade e Plasticidade. *IX Simpósio Nacional de Práticas Psicológicas em Instituições – Atenção Psicológica: Fundamentos, Pesquisa e Prática.* Recife: UCP, p. 31-45.

MOTA, S. T., Goto, T. A. (2009). Plantão Psicológico no CRAS em Poços de Caldas. *Fractal: Revista de Psicologia*, 21(3), p. 521-530. Recuperado de: <https://periodicos.uff.br/fractal/article/view/4765>

MOZENA, H., Cury, V. E. (2010). Plantão Psicológico em um Serviço de Assistência Judiciária. *Memorandum: Memória e História em Psicologia*, 19, p. 65-78. Recuperado de <https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/article/view/6574>

REIS, C., Guareschi, N. M. F., Huning, S. M., Azambuja, M. A. (2014). A produção do conhecimento sobre risco e vulnerabilidade social como sustentação das práticas em políticas públicas. *Estudos de Psicologia*, 31(4), p. 583-593. DOI: <https://doi.org/10.1590/0103-166X2014000400012>

ROCHA, M. C. (2009). Plantão Psicológico: Desafios e Potencialidades. In: Breschilari, J. O., Rocha, M. C. (orgs.). *Serviço de Aconselhamento Psicológico: 40 Anos de História.* São Paulo: IPUSP, p. 103-115.

SCORSOLINI-COMIN, F. (2014). Plantão psicológico centrado na pessoa: intervenção etnopsicológica em terreiro de Umbanda. *Temas em psicologia*, (22)4, p. 885-899. DOI: <http://dx.doi.org/10.9788/TP2014.4-16>.

8. O NOSSO ENCONTRO: POSSIBILIDADES DE UMA PSICOTERAPIA FENOMENOLÓGICO-EXISTENCIAL COM CASAIS

Marcelly Regina da Silva

Saleth Salles Horta

Percebemos as relações amorosas enquanto demanda recorrente nos atendimentos individuais em psicoterapia e o quanto as pessoas demonstram estar insatisfeitas com seus modos de se relacionar afetivo-amorosamente sem, contudo, identificar outras formas de se encontrar com outros. Então, surge o interesse em buscar uma compreensão das relações humanas, em especial as amorosas. Nos disponibilizamos, aqui, a pensar quais as possibilidades de contribuição de uma psicologia clínica (fundamentada na fenomenologia e no existencialismo) para uma experiência de abertura a encontros verdadeiros e aproximação das pessoas de um existir mais autêntico.

Privilegiamos neste capítulo as reflexões acerca das relações amorosas e apostamos numa psicoterapia fenomenológico-existencial com casais como possibilidade para apoiar o entendimento das pessoas a respeito dos seus modos de se relacionar. Acreditamos ser possível, desta forma, propiciar a chance de escolhas mais conscientes na direção de uma vida de sentidos próprios e encontros humanos verdadeiros.

Não pretendemos sinalizar um caminho a seguir como sendo o único para se alcançar a vivência do amor e da felicidade. Tão pouco queremos reduzir a condição humana. Não cogitamos esgotar nossa experiência de surpresa e espanto frente ao ser humano. Muito ao contrário, aspiramos somente

construir aqui um espaço para reflexões sobre nossa humanidade e ampliar o nosso olhar para as nossas possibilidades de existir.

Na medida em que temos uma noção de homem enquanto ser de relação, enquanto ser-no-mundo-com-outros, ressaltamos a relevância dos contatos humanos para a constituição da existência do ser. Pensamos, portanto, no como as pessoas estão se relacionando de forma superficial, com pouco envolvimento e entrega.

Acreditando nas relações interpessoais como um “lugar” que pode ser tanto de liberdade quanto de aprisionamento, tanto de cura quanto de adoecimento, tanto de crescimento quanto de impedimento de possibilidades existenciais, chega até nós como um chamado a necessidade de olhar para isso. No sentido de buscar compreender o que é que acontece no *entre* das relações e o que pode acontecer ali de transformador que seja capaz de fazer com que possibilidades existenciais aconteçam. Ficamos refletindo, então, sobre como podem acontecer encontros mais significativos, verdadeiros e engrandecedores.

No tecer das reflexões desse nosso caminhar, faremos explanações sobre as características do relacionar contemporâneo, pensando quais são nossas necessidades existenciais acerca das relações, o que seria uma relação tipicamente humana, a dimensão dos afetos, introduzindo uma noção de encontro, as particularidades de uma psicoterapia fenomenológico-existencial e, então, a psicoterapia com casais. É rumo a essas considerações que seguiremos.

RELAÇÕES AMOROSAS CONTEMPORÂNEAS

A superficialidade das relações amorosas contemporâneas

O século XXI tem sido marcado por uma demanda de respostas imediatas, produtividade, consumismo, busca pelo prazer de forma individualista e

rasa. A liquidez desses tempos nos remete à insegurança, instabilidade, fragilidade, impulsividade. E estas características impactam nossa vida como um todo, inclusive nossas relações interpessoais (Bauman, 2004).

Uma peculiaridade deste século é a introdução (aparentemente, sem volta) de uma vida online. Numa proposta de encurtar distâncias, desafiando a dimensão da espacialidade, a internet propicia o estabelecimento de relações frágeis. A vida online a princípio se apresenta como oportunidade de abertura e ampliação de horizontes, dadas as infinitas possibilidades de “acesso” a conhecimentos em geral e pessoas. Veio para facilitar a nossa vida, acreditamos. Porém, percebemos o quanto o mundo digitalizado serve de zona de conforto, onde se acredita ter todo controle, ao contrário do que acontece em uma vida (real) offline imprevisível, descontrolada e descontrolável (Bauman e Leoncini, 2018).

É certo que encontramos conteúdo de qualidade na internet. O que precisamos perguntar a nós mesmos é qual o uso que estamos fazendo dos recursos cibernéticos. Estou participando de uma vida online no sentido de vivenciar minhas possibilidades e me proporcionar uma abertura ao conhecimento do mundo, do outro e de mim mesmo? Ou será que estou utilizando esses artifícios virtuais de modo a me distanciar da responsabilidade de ter que me a ver com a minha vida real no contato direto com pessoas humanas?

Nos acostumamos de tal maneira às dinâmicas de consumo que (consciente ou inconscientemente) estendemos nossos comportamentos de consumidores em potencial para as nossas relações pessoais. Assim, corro o risco de (como no caso de outras mercadorias) interpretar que o papel do outro é satisfazer os meus quereres. Esta atitude inviabiliza uma característica fundamental para que o contato se estabeleça: a possibilidade de troca entre os envolvidos. Além disso, faz das relações descartáveis e descartadas ao sinal de qualquer desconforto (Bauman, 2004).

No caso dos relacionamentos amorosos, percebemos uma tendência de muitos “parceiros” oferecerem ao outro (quando não mutuamente) um tratamento baseado nessa lógica do consumo. Resumindo o outro àquele que está ali para lhe satisfazer, tão logo o período de novidades passar, não haverá mais motivos convidativos para permanecer (Bauman, 2004).

No cotidiano das relações amorosas encontramos as trocas sendo feitas de forma muito fácil e sem arrependimentos. Parece que se tem a certeza de que a todo instante teremos outras novas e melhores oportunidades nos aguardando logo à frente, à nossa disposição. É só uma questão de escolher, como quem seleciona uma roupa para vestir, um filme a assistir ou um lugar a visitar. Se a experiência não superar as expectativas, sempre haverá outras roupas, outros filmes, outros lugares. Enquanto acreditamos que a oferta é garantida, não precisamos nos demorar em uma localização, nos sentindo limitados a um único tipo de *produto*, quando temos uma infinidade de *outros* ao nosso dispor (Bauman, 2004).

O estabelecimento de relações afetivas cada vez mais fugazes refletem nossa necessidade contemporânea de imediatismo. Lidar com o tempo tem sido um desafio cada vez maior. Quanto mais nos familiarizamos com a prática de ter tudo de forma imediata e em quantidade de opções, mais nos distanciamos da experiência de investir em qualidade e aprofundamento em aspectos diversos em nossas vidas, inclusive nos relacionamentos amorosos. Viver em aceleração não dá espaço para que eu dê tempo para as coisas acontecerem. A relação a dois, por exemplo, precisa de tempo para acontecer. Mas, talvez o que nos assuste é o fato de que se abrirmos espaço algo irá se instaurar. E este algo pode ser qualquer coisa – o que nos tiraria o nosso (suposto) controle. Se paro para *respirar* e dou *tempo ao tempo*, posso me deparar com terrenos desconhecidos. Daqueles que só conseguimos enxergar a olho nu se a vida estiver em modo de câmera lenta.

Quando esse espaço se abre, posso olhar o outro e a mim mesmo vagarosamente. E apreciar o mundo de forma mais demorada e detalhada implica



em descobrir o novo. Não estamos dizendo de uma novidade parcial e previsível onde só recebo a parte que me convém. Estamos falando de um novo imprevisível e, por isso também, dotado de possibilidades. No entanto, muitas vezes a tentação de voltar ao imediatismo raso e à impulsividade que não nos dá o “trabalho” de pensar é muito grande. “Aí desanda a fazer barulho, a produzir agito, diz que é alegria, *happy hour*, quando, na verdade, é só medo do silêncio” (Rubem Alves citado por Cardella, 2009, p. 99).

Se queremos uma relação profunda, precisamos nos comprometer. No entanto, tamanho é o medo de se comprometer, de se sentir perdido diante de um mundo incontrolável de relações (onde não conseguimos prever as reações do outro e muitas vezes nem as nossas). Tantas são as nossas tentativas de evitar os *espinhos* da vida. Por isso, nos perguntamos: “*Quantos de nós estão de fato dispostos a empreender esta jornada a um universo lento, interior, vulnerável, insólito e sem garantias de resultados?*” (Cardella, 2009, p.41, grifos da autora). É verdade, estar com o outro pode nos parecer assustador. Porém, é também nossa melhor oportunidade. Somente no contato com o outro poderei estar em contato pleno comigo mesmo. É a alteridade do outro, é o que ele me mostra de diferente de mim que me propicia o reconhecimento de mim mesmo. São as relações que nos possibilitam outros modos de ser.

Contudo, de alguma forma, por mais improvável que possa parecer, acreditamos estar em momento de questionamento desse modo de vida que conhecemos até então. As pessoas estão percebendo que relações superficiais, consumismo desenfreado, busca de soluções imediatas estão sendo insuficientes para suprir nossas reais necessidades. As formas de viver que estão nos sendo oferecidas não diminuem nossos medos, ansiedades e sensação de falta de pertencimento, desamparo e solidão. Não é por acaso que estamos recebendo um número cada vez maior de pessoas nos consultórios de psicologia se fazendo questionamentos sobre seus relacionamentos consigo mesmos e com os outros (Cardella, 2009).

Diante disso, percebemos que já existe um movimento de busca por ser quem se é. Notamos cada vez mais frequentes as tentativas de se mostrarem as singularidades – ainda que de maneiras às vezes não muito bem sucedidas. Mas, a investida existe. A impressão que temos é que estamos nos tornando conscientes da importância do outro em nossas vidas e da vivência da autenticidade.

Os desencontros

Como acabamos de ver, muitos são os caminhos que nos levam a nos desencontrarmos uns dos outros. As posturas de individualismo, onde desconsidero a individualidade do outro; imediatismo, quando espero que o outro me *atenda* prontamente, negligenciando sua vivência particular da temporalidade; consumismo, ao reduzir o outro a um *objeto/produto* substituível e substituído facilmente. Me distancio do outro igualmente quando me fecho para a experiência, desatento da repercussão da existência desse outro na minha. Quando nego a minha humanidade, as minhas obscuridades inevitáveis e os riscos de desconfortos e dores. Quando não vivencio os silêncios que a vida me traz, me colocando em constante movimento sem propósito algum que me leve a lugares de sentidos. Aqui, também nos desencontramos.

Outra característica cultural contemporânea que pode dificultar as aproximações reais é a falta de definições claras dos papéis sociais de cada gênero. Isto parece tornar-se especialmente complexo no campo do amor. O que é ser homem hoje? O que é ser mulher hoje? O que é ser casal hoje? Muitas são as denominações, permissões e configurações possíveis. Em meio a tantas possibilidades, algumas pessoas sentem-se perdidas. Existe, inclusive, “uma certa nostalgia do passado, quando os papéis destinados a homens e mulheres eram muito melhor delimitados, em casa e na rua” (Goldenberg, 2001).

Percebemos, aqui, um apego a terrenos conhecidos. A dificuldade em lidar com o novo e a abertura duvidosa da sociedade contemporânea para aceitar o diferente nos inibe de agir com espontaneidade. A confusão e não

predeterminação de hábitos masculino e feminino nos lança num vasto mar de inseguranças. E para quem só aprendeu a seguir padrões, é fácil se sentir perdido com a ausência de regras.

Para evitarem a fragilidade e se protegerem dos possíveis ferimentos, algumas pessoas acabam preferindo manter os laços frouxos, provisórios e passíveis de negociações (*comerciais*). Elegem uma vida baseada na segurança da estabilidade ao invés do mistério no abrir de possibilidades. Privam-se da liberdade de ser e estar plenamente com alguém indo por um caminho que julgam ser mais seguro. Fazem isso, não por acreditarem ser a melhor opção, mas por temerem as alternativas (Bauman e Leoncini, 2018).

No entanto, mesmo diante de todos esses desafios (que mais parecem provações) que se colocam para aqueles que querem viver um encontro amoroso, existem pessoas que conseguem remar contra a maré e enfrentar o medo de se exporem a um outro alguém. Aqui percebem que é preciso se deixar ser amado pelo outro e que esse outro se deixe amar (Saint-Arnaud, 1984 a). E por vezes encontram pessoas que se abrem para o amor, com as quais têm oportunidade de também se abrir em mutualidade. Mas, será que se encontram?

Vejamos, mesmo que a pessoa se deixe ser amada e se encontre com alguém também disposto a se permitir ser amado, nem sempre isto impede que os desencontros aconteçam. No auge do romance, no intuito de agradar o parceiro e evitar perder a oportunidade de viver as realizações que o amor poderá oferecer, escondem-se um do outro. Em certos momentos, para preservar a imagem que criaram, precisam negligenciar seus próprios sentimentos. Desta maneira, uma experiência, a princípio tão agradável e realizadora, vai se tornando sufocante ao abafar existências reais (Somé, 2009). E o que era possibilidade de encontro acaba se definindo de forma desencontrada.

O casal que continua caminhando na direção do conhecimento de si mesmos e do outro vai se deparando com os conflitos inevitáveis e necessários. Sim, necessários. Porque é “por meio do conflito que ganhamos conhecimento de nós mesmos e descobrimos novas situações para pôr em prática nossos dons” (Somé, 2009, p. 119). E quanto mais cientes de quem somos, maiores serão nossas possibilidades de fazer escolhas conscientes e coerentes com nossos modos de ser e estar no mundo com outros. Isso nos coloca mais próximos de um viver autêntico.

Nesse estágio do relacionamento amoroso, quando os primeiros conflitos começam a aparecer, verificamos um risco de desencontro. Vivemos a cultura do descarte e troca, desfavorecendo os reparos. Traduzindo isso para o contexto amoroso, há algumas décadas (e ainda hoje, principalmente em se tratando de “pessoas desse outro tempo”) os casais mantinham os casamentos por aparências, em detrimento de quaisquer conflitos, incompatibilidades ou ausência de amor. Hoje, ao contrário, percebemos rompimentos precoces diante dos primeiros sinais de dificuldades, inclusive (curiosamente) quando ainda existe amor. Aquelas pessoas que preferem se separar do parceiro ao invés de ter que lidar com certas questões, seguem para outros amores com esses problemas não resolvidos. “Toda vez que partimos, levamos os males dos relacionamentos passados para o próximo. Um dia, finalmente, acordamos. Pomos um fim ao problema e começamos o processo de cura” (Somé, 2009, p. 130).

Enquanto não percebe que a relação é uma construção e não se permite envolver nesse “processo de cura”, a pessoa pode optar por partir ainda que existam motivos para ficar. Porém, decidindo ir embora, assume os riscos de investir em outra relação que pode não durar por um tempo satisfatório para ela mesma, a não ser que resolva enfrentar suas dificuldades. Precisamos entender que a durabilidade com qualidade requer paciência, investimento e dedicação de tempo (Eu Maior, 2013). Quando o casal, por

compreender essa necessidade peculiar de disponibilidade, escolhe manter o relacionamento afetivo, experimentam a dimensão da comunicação em tempos difíceis.

É curioso que nos esqueçamos tão facilmente de como nos apaixonamos por alguém. Ora, o que faz com que nos sintamos apaixonados, frequentemente, é o estranhamento que o outro nos apresenta, é a possibilidade de viver uma vida que não conhecemos e que, acreditamos, nos fará muito bem. No entanto, acabamos, acidentalmente (ou não), nos esforçando para limitar o outro e a relação que com ele construímos. Agimos como se nada mais de novo pudesse surgir dali e, ainda mais, como se esse fosse o principal objetivo de uma vida a dois: a traiçoeira estabilidade. Traiçoeira sim, pois mais se parece com estagnação, como se nos tivessem retirado a livre movimentação. Nos sentindo presos assim, impedidos de proceder com espontaneidade, como poderemos nos sentir apaixonados um pelo outro? Se insisto em acreditar que sei tudo sobre o meu parceiro, não há lugar para as expectativas, para as surpresas e as originalidades. Se creio saber exatamente como ele irá portar-se em cada situação, não mantenho abertura para recebê-lo em sua singularidade. E, nesse sentido, não o alcançarei em sua autenticidade. No máximo mantereí contato com a imagem (restrita) que idealizei sobre ele e que carrego como verdade fechada e absoluta (Vieira, 2019).

Se quisermos profundidade em nossas vidas, precisaremos enfrentar os desafios que se colocam diante de nós. E uma dessas provocações que recebemos é a necessidade de estar presente para o outro e legitimamente oferecer-lhe um olhar que intenta ver com clareza. Queremos ser vistos, mas estamos dispostos a enxergar o outro? E também a vislumbrar a nós mesmos? Quais os transbordamentos de mim eu permito que aconteçam? Como eu deságuo no oceano das relações interpessoais? Quais os desvelamentos de mim e do outro eu tenho disponibilidade para acolher? (Eu Maior, 2013).

Às vezes, o que buscamos no contato com o outro é uma conexão, seja com o outro, seja com a vida, seja com nossos sentidos e significados mais profundos. Uma conexão que nos devolva a sensação de pertencimento. Porém, caminhamos tão desconectados do mundo e de nós mesmos que fica difícil estabelecer um vínculo expressivo com o outro (Somé, 2009).

Se o mundo que conhecemos não nos mostra maneiras de nos conectarmos uns com os outros, talvez seja porque chegou o momento de descobrirmos, conquistarmos e construirmos novas formas que nos possibilitem esse encontro que tanto almejamos. Se não experimentarmos algo diferente, permaneceremos desencontrados uns dos outros, caminhando solitários por um mundo cuja hostilidade não nos oferece condições de sobreviver sozinhos.

Relações adoecidas e adoecedoras

Vimos até aqui que muitas são as facetas do desencontro. O fato de as pessoas estarem juntas não garante que elas estejam realmente *juntas*. Para onde olharmos conseguimos visualizar casais desencontrados independente do *status de relacionamento*. A vivência de um encontro amoroso profundo é apenas uma das razões para que as pessoas escolham estar uma com a outra. Acontecem, não raramente, relações que se mantêm apesar das inconformidades e adoecimentos que causam aos parceiros.

Para alcançarmos algum entendimento sobre o que dificulta nossa vivência plena da amorosidade, precisamos compreender que tipo de amor as pessoas estão buscando. O que aprendemos sobre a atitude de amar e ser amado? Sim, o amor é aprendido. Aprendemos o que é amor e como amar nas nossas relações com nossos pais, avós e outras pessoas de referência durante a nossa infância (Vieira, 2019). E continuamos aprendendo ao longo de nossas vidas com nossos familiares, mas também com amigos e com nós mesmos e nossas experiências satisfatórias ou frustradas. Vamos, assim, construindo

uma definição própria do que é amor e do que não é amor.

Se temos como referência que amor é encontro genuíno, entrega, respeito, abertura, parceria, então buscaremos relações que nos proporcionem viver isso que acreditamos ser uma experiência real e significativa de amor. Porém, se, de outro modo, internalizamos que relacionamento amoroso é sofrimento, submissão, posse, agressividade, facilmente admitiremos nos envolver com pessoas que nos façam passar por estas práticas, por mais que nos pareçam desagradáveis.

Para dizer o mínimo, podemos agir de duas formas diante das experiências emocionais desagradáveis: ou aprendemos com a vivência e crescemos na direção de nos colocar abertos e mais próximos do nosso objetivo de viver um amor recíproco, ou nos tornamos amedrontados e defendidos perante o contato com o outro no intuito de evitar mais situações de desamparo como a que experienciamos (Vieira, 2019, p. 58).

Quando nos envolvemos em uma redoma é difícil que o outro consiga nos tocar. Se deixamos que nossa insegurança torne muito vívida a lembrança do que sofremos no antigo relacionamento, pouco espaço sobra para que a nova relação aconteça. Atitudes assim favorecem que a tensão tome conta. Os impedimentos e insatisfações que se colocam fazem com que a saúde emocional e relacional dos parceiros vá ficando comprometida. “Precisamos ser capazes de nos defender. O problema é quando transformamos as defesas em armaduras que impossibilitam o curso natural de nossas experiências” (Cardella, 2009, p. 129).

Outro cenário de adoecimento nas relações amorosas é quando os parceiros não concebem um ao outro em suas humanidades. Por exemplo, quando um acredita que o outro precisa atender a todas as suas expectativas como forma de provar o seu “amor”. Neste tipo de relação, não há possibilidade de comunhão. O que existe é uma pessoa que só recebe e outra que só doa. E

aqui não se trata de uma doação genuína, de transcendência, numa saída de si mesmo em direção ao outro. Esta é uma situação em que aquilo que se dá não leva em conta a personalidade e possibilidades daquele que oferta, anulando este que está a serviço do outro.

Notamos, na situação acima, o adoecimento de ambos os parceiros. Aquele que só recebe não tem a chance de viver a dimensão da doação e ainda permanece emocionalmente imaturo ao transmitir ao outro a responsabilidade do próprio cuidado. A pessoa que está somente servindo não encontra espaço para ser si mesma, pois está limitada aos desejos do outro. Sendo assim, não há oportunidade de crescimento para nenhum deles. Este casal não compreende que “amar não tem nada a ver com se anular, não tem a ver com posse, mas sim com felicidade, liberdade e responsabilidade pelas escolhas feitas” (Vieira, 2019, p. 85).

Percebemos, portanto, que, por motivos diversos, é comum se ter “experiências relacionais muitas vezes marcadas por sofrimento e pela impossibilidade amorosa.” (Cardella, 2009, p. 18). Frente à ausência de sentidos vivida por muitos na atualidade (refletida nos altos índices de depressão, ansiedade, autoextermínio, automutilação, feminicídio), o amor se mostra como possibilidade de entrelaçamento e resposta para o vazio experienciado como muitas vezes insuportável. O amor seria, então, um retorno para casa, um lugar seguro, acolhedor e que confere sentidos à existência (Cardella, 2009, p. 29).

Mas, para que seja possível a construção desse lar seguro, precisamos confiar que é possível. Pois, se acreditamos que não existe nada além das relações adoecidas que vivemos, não tem o que buscarmos de diferente do que conhecemos. Por isso, é importante nos perguntarmos: quais são nossos conceitos de amar? Estamos na direção dos nossos sentidos? Para garantir a saúde em nossos relacionamentos, é necessário que estejamos em relações libertadoras.

O ENCONTRO

Autenticidade

As nossas reflexões até aqui nos mostram que relações impessoais, superficiais, que carecem de entrega e humanização não nos satisfazem enquanto existência num mundo de possibilidades. Diversos são os cenários onde podemos viver desencontrados e as relações que não são construídas a partir de encontros verdadeiros podem nos trazer adoecimentos ao invés de nos proporcionar realizações. Identificamos nos nossos relacionamentos amorosos, a inexistência de um espaço para sermos assim como somos, não havendo lugar para a vivência de autenticidades nesta sociedade contemporânea marcada por superficialidades, desencontros e adoecimentos.

No empenho de mostrar aquilo que acreditamos ser nosso eu mais íntimo, o que a maioria de nós procura, em algum nível, é deixar sua marca no mundo. É viver uma história que valha a pena ser contada, apreciada e, quem sabe, que sirva de referência às próximas gerações. De algum modo queremos, quem sabe, nos eternizar, deixando nossos legados. Ao sermos nós mesmos pode ser que aconteça de deixarmos uma herança que seja significativa para o mundo como consequência. Porém, se ser lembrado pelos outros passa a ser o meu principal objetivo de vida, corro o risco de, sem perceber, me distanciar de mim ao procurar me adaptar ao que entendo ser a demanda externa. Autenticidade é algo que se vive lançando-se para fora, mas que só pode ser alcançada olhando-se para dentro.

Compreendemos, então, que ser autêntico é ser capaz de viver a própria verdade. É estar de acordo com aquilo que se tem de mais íntimo, de mais pessoal, de mais específico. É entrar em contato com a sua interioridade. E experimentar a liberdade de se mostrar ao mundo sem constrangimentos. É também ter autonomia e escolha no momento de agir. Pois, se estamos conscientes de quem somos, saberemos decidir acerca de nossos comportamentos

em cada situação (Saint-Arnaud, 1984 a).

Acreditamos que para desenvolver a habilidade de agir com autenticidade é importante se manter numa postura de “abertura à experiência” (Saint-Arnaud, 1984 a). O que pressupõe um receber o mundo de forma plena, mantendo um contato com a experiência e consigo mesmo. Acolher a vivência e responder a ela com espontaneidade, evitando-se julgamentos de valor e culpabilidades. Atuar no mundo com naturalidade, reconhecendo e honrando as próprias necessidades existenciais. Viver seu eu verdadeiro é também identificar suas necessidades autênticas, fundamentais. Ou seja, é utilizar sua forma particular de responder a essas necessidades que se colocam à sua frente, tais como a necessidade de amar e ser amado, por exemplo.

Quando discorremos sobre residir na nossa autenticidade precisamos ressaltar que “todo homem precisa dos outros para aceder à autenticidade ou verificar seu grau de autenticidade” (Saint-Arnaud, 1984 a, p. 61). Se entendemos que a nossa existência acontece na relação com outros, quando dizemos de ser autêntico estamos falando em ser necessariamente com o outro. E, sendo assim, até para demonstrar a minha verdade preciso considerar o outro com o qual me comunico.

Sustentar a autenticidade, no entanto, não diz de uma sinceridade total frente aos outros. A pessoa pode ser consciente de sua experiência e escolher agir de determinada forma. Ainda que o comportamento selecionado sirva para esconder um lado seu que não quer mostrar, se esta ação promove um ajustamento para que essa pessoa se mantenha fiel aos seus sentidos, não podemos dizer de inautenticidade. Ela pode não estar sendo sincera com os outros, mas se atua com consciência de suas necessidades, estará sendo verdadeira consigo mesma (Saint-Arnaud, 1984 a). Isto também é ser autêntico.

Um relacionamento amoroso profundo reivindica um estar autenticamente em reciprocidade. Para estabelecer um encontro verdadeiro, os

parceiros precisam estar um com o outro em sinceridade. É na relação com o outro que eu posso ser e me ampliar enquanto existência. Se nos meus relacionamentos não encontro espaço para expandir o meu ser, o adoecimento se instaura. “Na vivência do amor o mundo de quem ama é alargado pelo mundo da pessoa amada” (Viktor Frankl, 2010, p.193 citado por Vicente, 2017, p. 39).

Desta forma, acreditamos que outro em nossas vidas é quem nos possibilita ser. Somente nas relações interpessoais é que podemos existir. E se construímos relações saudáveis encontramos espaço para sermos quem somos, na originalidade de cada um. Lugar onde as particularidades são aceitas e o outro é recebido e reafirmado enquanto outro, enquanto diferente. A experiência amorosa pressupõe uma mutualidade que se aceita na diferença (Cardella, 2009, p. 26).

Reconhecemos uma relação amorosa livre quando as diferenças são acolhidas. Amamos alguém justamente pelo que ele nos traz de estranho, de novo. E também pelo que ele nos revela de nós mesmos. Ainda que esse acontecimento nem sempre seja totalmente claro para quem o experiencia. Um amor pleno, portanto, é quando os parceiros se posicionam em confiança na existência peculiar do outro. “Na atitude de amor, o outro é reconhecido na sua essência singular, no seu intrínseco valor pessoal e na sua capacidade de realizar aquilo que ele, e só ele, pode e deve ser” (Vicente, 2017, p. 27).

O amor se coloca para nós como um convite para experimentar a nossa autenticidade, pois, “só no amor se conhece o outro verdadeiramente e em profundidade e somente o amor ‘é capaz de ver a pessoa na sua singularidade, como indivíduo absoluto que é’” (Viktor Frankl, 2006b, p.29 citado por Vicente, 2017, p. 38). Precisamos de um contato real com pessoas reais. Necessitamos de alguém com quem possamos nos deixar tocar pela vida, de alma despida. Pessoas que nos encorajem a ser quem somos e nos ofereçam um porto seguro para arriscar experimentar o mergulho

profundo em nós e nelas. Alguém com quem eu não precise me desculpar por ser quem sou. Com quem sejam construídos laços que garantam que as autenticidades sejam respeitadas e honradas. Alguém que nos permita submergir sem medos ao se colocar como morada para o amor existir, residir e resistir.

Relação tipicamente humana e a relação amorosa profunda

A partir das nossas reflexões sobre existir em autenticidade, reconhecemos que ser e deixar ser é fundamental para um relacionamento amoroso saudável. Quando me coloco diante do outro de forma sincera, verdadeira, com tudo que sou, propicio que o outro me alcance na minha especificidade, na minha autenticidade. Me permito ser tocado pela presença desse outro. Mas se, ao contrário, eu me fecho, me escondo, acabo por me distanciar do contato com o outro e comigo.

Enquanto pessoas humanas temos a necessidade fundamental de amar e ser amado. “Sem amor a humanidade não poderia sobreviver um só dia sequer” (Fromm, 1968, p. 35 citado por Saint-Arnaud, 1984 a, p. 35). E se o amor acontece no “espaço” entre duas pessoas, entendemos que as relações interpessoais são aspecto fundamental da existência humana. Só podemos compreender o humano enquanto ser em relação, numa conexão pessoa com pessoa. Nesse sentido, realizar-se na dimensão interpessoal faz parte do processo de crescimento no existir. Esta realização pode ser alcançada por meio de relações de solidez, estabilidade e segurança. Laços estáveis em uma experiência de amar possibilitam uma relação de confiança onde as pessoas podem se sentir seguras para se assumir (Saint-Arnaud, 1984 a). O que seria, então, uma relação tipicamente humana?

Identificamos duas formas possíveis de vivenciar o encontro e que vão depender de como será minha resposta a este acontecimento. Se entendo que o outro será para mim objeto de meu desejo, estabeleço uma relação objetal. Se, ao

contrário, vejo o outro como uma pessoa e também sou visto por ele como tal, construímos uma relação pessoal (Entralgo citado por Giovanetti, 2017, p. 84).

Numa relação objetual, o outro é visto como um meio para alcançar um objetivo e se instaura um relacionamento do tipo Eu-Isso (Buber, 2006). Ou seja, um contato comercial, numa situação de prestação de serviços, por exemplo. Uma relação amorosa casual em que não há intenção de aprofundamento. E em qualquer situação outra em que o Eu é priorizado em detrimento do Outro. É quando me relaciono com alguém com o propósito de satisfazer uma necessidade pessoal. Por mais que eu me direcione a este alguém de forma respeitosa, não estabeleço com ele um diálogo, um encontro.

Porém, precisamos lembrar que “[...] o homem não pode viver sem o Isso, mas aquele que vive somente com o Isso não é homem” (Buber, 2006, n.p.). Porque nos tornamos humanos quando estabelecemos uma relação humana com o outro, quando construímos um diálogo *entre nós*. Aqui se estabelece uma relação pessoal, onde nos colocamos numa atitude Eu-Tu (Buber, 2006). Ou seja, é quando as singularidades são consideradas, as pessoas são recebidas enquanto *pessoas* indispensáveis para que o encontro ocorra como tal. É sentir que o outro me “diz algo” não sobre ele, mas “[...] diz algo a *mim*, transmite algo a mim, fala algo que se introduz dentro da minha própria vida” (Buber, 1982, p. 42, grifo do autor).

Na relação Eu-Tu os parceiros se reconhecem enquanto humanidades e estabelecem um diálogo íntimo e autêntico. Através do diálogo, as pessoas, “como pessoas”, podem se definir de forma verdadeira (Yontef citado por Cardoso, 2018, p. 47). Precisamos nos abrir ao diálogo com o outro, recebendo o que este tem a nos dizer para que se estabeleça uma relação humana. Se deixar envolver pelo outro, vivenciando a reciprocidade, entrando na intimidade dele, participando de sua existência (Giovanetti, 2017). Esse dialogar, no sentido de *falar a alguém*, é indispensável para o que chamamos de relação especificamente humana.

Para que uma relação tipicamente humana aconteça é preciso que os parceiros se encontrem numa atitude de abertura para receber o outro enquanto outro, reconhecendo-se as especificidades de cada um e acolhendo-se num mesmo nível de existência. Que se coloquem enquanto pessoa que se volta em totalidade para uma outra pessoa, possibilitando a si mesmas se mostrarem como humanidades que dialogam entre si. Uma conversação genuína que se constitui na presença dos pares no momento da conexão. Diálogo este que proporciona que se realizem enquanto pessoas humanas e colham as contribuições de cada um. Uma interlocução que envolve os parceiros no estabelecimento de um vínculo significativo que os chama a responder à percepção da existência um do outro com uma disposição recíproca. Estabelecendo, assim, um contato inter-humano que oportuniza a abertura para o acontecimento de algo que sem a formação de um *entre* não surgiria (Buber, 1982; Buber, 2006; Giovanetti, 2017). Nesse sentido, a troca entre os pares também faz parte de uma relação especialmente humana. A reciprocidade se coloca como oportunidade para que os seres se abram a se conhecerem a si mesmos e ao outro em profundidade. Para isso é preciso deixar-se tocar pelo outro. “Relação é reciprocidade. Meu Tu atua sobre mim assim como eu atuo sobre ele” (Buber, 2006, n.p.).

Refletindo sobre o que acreditamos ser uma relação tipicamente humana, juntamente com o que indicamos acerca das possibilidades de busca de ser autenticamente, fica ainda mais claro para nós o aspecto humanizado do amor. Só mesmo no interior da nossa humanidade é que poderemos ser atravessados por uma captação e experimentação real do afeto da amorosidade. Uma experiência profunda de amar e ser amado, portanto, não tem como acontecer senão *entre* pessoas humanas.

O amor acontece exatamente entre o Eu e o Tu, num encontro puro e direto, sem nada que se coloque nesse meio (Buber, 2006). Assim, os parceiros se alcançam em profundidade. Mas, afinal, o que sustenta um encontro de amor rico e enriquecedor?

O verdadeiro amor acontece na dialógica, daí a importância da comunicação legítima entre o casal (Buber, 1982). Comunicar se refere não às palavras pronunciadas, mas ao conteúdo. E neste contexto, estamos entendendo por conteúdo todo o ser de cada um; seres que, em sua inteireza, são compostos por vozes e por silêncios. O que queremos dizer é que quando nos comunicamos de forma plena, é exatamente isso que acontece: nós *nos* comunicamos. Ou seja, colocamos a nós mesmos em favor desse diálogo. Atitude esta que nos remete à possibilidade de surpreender e ser surpreendido. É aqui que se coloca um outro elemento essencial para o encontro de amor: a abertura. Eu preciso estar aberto para receber as contribuições que serão comunicadas por mim e pelo outro. A partilha se dá, portanto, quando há uma fresta por onde poderemos explorar zonas desconhecidas e, por isso mesmo, com muitas chances de recompensa (Saint-Arnaud, 1984 b).

Comunicar nosso mundo interior requer nos deixar tocar pelo mundo e nos exige também entrega. Para viver a dimensão da entrega, precisamos estar presentes. Presentificar nos promove conhecimento íntimo e experimentação profunda do estar não somente com o outro, mas *para* o outro. Até mesmo porque “o essencial é vivido na presença” (Buber, 2006, n.p.). E a experiência de me esvaziar de mim para que o outro me habite é o que me coloca completamente no encontro.

Estabelecer um contato pleno requer essa vivência da comunicação com abertura, entrega e presentificação. Mas, para que o relacionamento seja sincero e terno, precisamos que nossas atitudes sejam advindas de escolhas espontâneas, livres e responsáveis. A escolha por amar alguém, desde que seja autêntica, conduz a um sentimento não de privação diante das possibilidades “perdidas”, mas sim a uma experiência de liberdade, pois reafirma a sua condição de pessoa autônoma.

Para conferir esta oportunidade de transformação a partir do acolhimento de modos de existir enquanto direito, os parceiros precisam desenvolver

a curiosidade amorosa e se dedicar um olhar com serenidade. Olhar devagar é um dom que precisa ser conquistado para quem cogita amar. Precisamos olhar mais lentamente para a pessoa amada. Oferecer aquele olhar desacelerado, contemplativo. Um olhar silencioso que garante a permanência do contato após cessarem as palavras ditas em voz alta. Afinal, “se depois das palavras o assunto não continuar nos olhos, então, nós estamos longe de ser íntimos” (Melo, 2017).

Me permitir desaguar plenamente em alguém me traz a necessidade de confiança. E a “experiência de que podemos confiar em alguém, de que esse alguém quer o nosso bem e faz tudo para que isso aconteça, coloca-nos num estado de descontração e de despreocupação com a vida” (Giovanetti, 2017, p. 76).

Até aqui descrevemos os muitos elementos necessários e/ou desejáveis em uma relação amorosa profunda. É importante mencionar, ainda, um aspecto que consideramos essencial: a gratidão. A abertura ao outro precisa ser vivenciada não como dever, mas como gratidão (Buber, 2006). A experiência do amor, sendo assim, envolve não somente um sentimento amoroso, mas também uma reciprocidade amorosa e uma postura de doação de si mesmo pela gratidão, não como encargo. É a capacidade de receber o outro e viver o encontro como oportunidade, como presente, como algo sagrado. E “talvez a forma de começar a caminhar na direção de uma vida íntima saudável seja reconhecer o divino em tudo” (Somé, 2009, p. 95).

Concebemos a relação amorosa profunda como algo da ordem do sagrado devido ao seu potencial transformador. Por isso, sempre que somos presenteados pela vida com um encontro assim, não podemos perder a oportunidade de nos indagarmos: o quanto esse encontro me manifesta? Quais revelações ele faz de mim e do mundo para mim? (Eu Maior, 2021). Quem consegue alcançar as dimensões do verdadeiro encontro não haverá como escapar de se sentir imensamente grato por uma vivência tão preciosa assim.

A PSICOTERAPIA FENOMENOLÓGICO-EXISTENCIAL COMO POSSIBILIDADE DE EXPERIMENTAR UMA NOVA RELAÇÃO COM O MUNDO

Percebemos a relação humana como uma trilha para alcançarmos a autenticidade de ser e estar no mundo. No sentido de que o *entre* do nosso *nós* é onde nos configuramos não simplesmente como pessoas, mas exatamente como pessoas que só cada um de nós pode ser. Tais alegações fundamentam-se em nossa concepção do que acreditamos que é ser humano numa dimensão existencial. Vejamos.

Somos seres existenciais. O que isto significa? Compreendemos o humano enquanto ser que se constrói na vivência das possibilidades que se apresentam a ele em sua existência no mundo. Mais do que isso, alguém que existe num mundo que, ao nosso ver, somente pode ser concebido numa perspectiva do co-existir, do compartilhar, no horizonte em que vislumbramos muito mais do que simplesmente ser, mas ser-no-mundo-com-outros (termo que se refere à noção de ser no mundo em Heidegger, citado por Bello, 2006 e Evangelista, 2016).

Ser-no-mundo é um movimento que faço em direção ao mundo e aos outros. É nos apresentarmos ao outro enquanto solo para que ele nos habite, acolhendo-o enquanto parte de nós, parte constituinte do nosso existir. Ser existencial é também ser transcendente, ou seja, é sair de si mesmo na direção de um outro (Frankl, 2005).

Na experiência de amar, este movimento de saída enquanto vivência da transcendência não se dá rumo a um outro qualquer, mas sim a um outro significativo que se apresenta a nós enquanto possibilidade para um encontro de amor. Aqui precisamos nos perguntar: de que forma preparamos nosso solo para receber o outro em nós? O que esperamos desse outro que nos habita? Ser humano existencial é ser aquele que se faz questionamentos, que busca respostas sobre seu próprio existir. Quem sou eu? De onde vim? Para onde vou?

Quais meus propósitos? O conhecimento sobre nós mesmos, sobre o mundo e sobre os outros nunca cessa (Eu Maior, 2013).

O mundo atual como tem sido construído por nós vem reduzindo cada vez mais os espaços para que possamos expressar nossos sentimentos e modos de ser. Com isso, vamos nos isolando e surge a necessidade de descobrir ambientes que nos permitam a manifestação de nós mesmos. A psicoterapia é um desses lugares privilegiados que encontramos para falar de nossas dores, conflitos e dilemas.

Se disponibilizar a fazer uma psicoterapia de base fenomenológico-existencial é pensar em lidar com os fenômenos que se apresentam. E compreendê-los como eles aparecem à consciência. Para além de suas características, buscar apreender seus sentidos fundamentais. Se colocar numa postura de abertura às possibilidades das coisas assim como se mostram. Distanciando de uma visão objetivante baseada em predeterminações e concepções generalizadas (Giovanetti, 2018).

Podemos dizer que uma das possibilidades da psicoterapia fenomenológico-existencial é revelar a vida em seus muitos aspectos, no sentido de elucidar possibilidades existenciais. Estamos falando sobre relacionamentos amorosos. E neste contexto, consideramos ser-casal como possibilidade existencial. A psicoterapia, aqui, se apresenta como convite para ir além do óbvio e se dispor a enxergar o outro enquanto estranhamento. Numa atitude de se abrir a receber o outro enquanto ele mesmo.

Uma vivência de acordo com uma postura fenomenológico-existencial sugere a nossa busca por um dizer mais autêntico, um estar com o outro genuinamente, ouvindo-o e tornando-se presença a ele. Ou seja, a nossa disponibilidade para construir com o outro relações humanas mais puras, mais satisfatórias, que nos proporcionem a singularização de nosso ser e de um viver autêntico, real e pleno.

Psicoterapia fenomenológico-existencial com casais

Sendo o fenômeno aquilo que se mostra em si mesmo, por si mesmo e como si mesmo, podemos pensar o casal também enquanto esse algo que aparece. E a partir de uma abordagem fenomenológico-existencial, construiremos uma possibilidade de psicoterapia junto ao casal, embasando-nos nas discussões que fizemos até aqui sobre o contexto das relações contemporâneas, a busca humana por encontrar-se consigo e com o outro, a necessidade fundamental de amar e ser amado e a vivência de autenticidades desse ser existencial de abertura.

Numa psicoterapia fenomenológico-existencial com casais, portanto, buscamos assimilar o casal enquanto manifestação, em sua dimensão fenomênica. Construindo um espaço de abertura para que o casal aconteça enquanto tal. Para que os parceiros tenham contato com os próprios sentimentos, num movimento de reconhecimento dos afetos. O psicólogo, então, procura compreender o existir do casal e onde reside a dificuldade de realização de suas possibilidades (Sampaio, 2019).

Auxiliando os parceiros desta relação a identificar como estão estabelecendo seu relacionamento, algumas reflexões se fazem pertinentes: cada um está aberto a receber o outro na procura por entendê-lo a partir desse outro? Ou está se antecipando a definir quem o outro é e se amparando em seus (pré) julgamentos e (pré)definições constituídos por experiências alheias ao *entre* que compartilham? Aqui, o psicólogo atua junto ao casal enquanto facilitador para que os pares se percebam naquilo que são e reconheçam suas outras possibilidades de ser um com o outro, seus outros modos de coexistir.

Enquanto psicoterapeuta preciso estar aberto a receber o casal em sua verdade. Buscar conhecer os seus próprios sentidos. Me proponho, aqui, a assumir uma postura fenomenológica de suspender meus predeterminados e ficar à espera do inesperado. Afinal, são muitas as configurações possíveis de um casal. São muitas as formas de amar. E são muitos os tipos de contrato

entre casais. Nesse sentido, enquanto psicólogo, ofereço “uma presença reservada, permitindo que o casal se mostre um ao outro, interferindo o mínimo possível” (Beatriz Cardella citada por Vieira, 2019, p. 116).

A proposta aqui, sendo assim, é *estar com* o casal, testemunhando-o, livre de preconceções, predefinições e aberto ao desvelar do fenômeno. Diante disso, o que posso disponibilizar aos casais junto com o meu testemunho presentificado? Como cuidar do casal? Como fazer psicoterapia com casais? Como o meu ser e estar junto ao casal enquanto psicólogo fenomenológico-existencial pode contribuir para que os parceiros estejam consigo mesmos enquanto *unidade casal*?

O psicoterapeuta pode auxiliar para que os pares tenham uma perspectiva diferente de seu relacionamento. Ajudando-lhes a ampliar o olhar sobre si mesmos, suas limitações e possibilidades. Chamando o casal para uma desconstrução de seus preconceitos sobre o que acreditam que faz parte do estar juntos para que possam construir um conceito próprio de ser casal a partir deles mesmos e de como se mostram em si mesmos, a si mesmos e um ao outro. No atendimento com casais buscaremos formas de compreender a relação estabelecida até ali e verificar novas possibilidades de ser de cada casal.

Como possibilidade estamos considerando toda e qualquer possibilidade. Não cabe ao psicólogo buscar maneiras de manter o relacionamento, de “salvar” a relação. Ao contrário, somente compete a nós psicoterapeutas promover as reflexões dos parceiros sobre eles próprios acerca do casal que são. Ficar juntos ou separar-se, então, são situações possíveis (Sampaio, 2019). Algumas vezes, aliás, os parceiros chegam ao psicólogo já com a decisão de se separar e apenas esperam que a psicoterapia os ampare nesse processo. Não caberá ao profissional fazê-los mudar de ideia, mas apenas segui-los pelo caminho que escolherem.

Quando abrimos espaço para que o fenômeno casal apareça, possibilitamos que ele se manifeste tal como é. E esta manifestação diz de uma completude, de um mostrar-se e esconder-se. Observar o que se mostra e o que se esconde, mais que isso, buscar perceber como aquilo que se desvela aparece e como aquilo que se vela permanece ali como parte constituinte daquela manifestação, apesar de aparentemente oculta. O nosso olhar precisa ser atento àquele casal. “Se quisermos ver teremos que olhar bem” (Melo, 2017). E dizemos de um olhar descritivo, compreensivo, acolhedor. E não explicativo, interpretativo ou teorizado.

Retomando as reflexões que fizemos em capítulos anteriores, dissemos da nossa necessidade fundamental de amar e ser amado. E também da nossa busca humana por construir encontros verdadeiros e experienciar a intimidade. Percebemos os anseios dos casais por relações de sentidos e a procura por encontrar-se. Diante disso, o espaço da psicoterapia pode se fazer lugar seguro para que o casal experimente outros modos de ser, de se comunicar e se relacionar. Estabelecer com o casal uma relação de confiança para que saibam da preservação desse lugar enquanto abrigo entregue aos parceiros. Além disso, possibilitar que eles instituem entre si também essa relação de confiança. A experiência da confiança possibilita a vivência da intimidade. “Quando há intimidade, é possível desnudar-se porque há ali olhos capazes de ver e acolher nossas profundezas, delicadezas e nossos mistérios” (Cardella, 2009, p. 35).

A psicoterapia aparece, então, como lugar para que os parceiros avaliem a qualidade do vínculo afetivo que os une, para que se reconheçam como o casal que estão sendo e para que percebam suas restrições e também suas possibilidades de ser e acontecer. Identificamos desdobramentos do atendimento psicológico com casais no sentido de possibilitar caminhos de abertura aos fenômenos que se apresentam ao casal, num processo de cura. Cura aqui no sentido de cuidado. No sentido de construir uma relação mais satisfatória, engrandecedora e libertadora. “Para manter o casamento saudável, a coisa mais importante é honrar a relação” (Somé, 2009, p. 94).

Que a psicoterapia fenomenológico-existencial com casais possa proporcionar aos parceiros a experiência de consagrar o encontro, de honrar a sua história e seu compartilhamento de mundo. Que se faça caminho para o resgate do direito de *existir-com* sendo quem se é no mais profundo de si mesmo – ainda que, em última instância, decidam por seguir rumos diferentes um do outro. Afinal, tomar uma decisão consciente construída através da experiência da relação no presente, mesmo que a escolha seja por partir, isso também é experiência de autenticidade e vivência de possibilidades existenciais.

Na busca por psicoterapia de casal, as pessoas tentam cuidar da relação, da experiência de ser casal. A demanda que motiva a procura do casal por psicoterapia diz de um futuro que querem evitar, no sentido de que pretendem interromper um modo de ser casal que pode estar ameaçando a permanência deles juntos. Talvez os parceiros não percebam que existem outros modos possíveis de se relacionar. Ou, mesmo percebendo, não encontram confiança para tentar ou não acreditam na sua possibilidade de realização.

Outras vezes, porém, os parceiros querem se separar, mas não sabem antecipadamente como fazê-lo. Decidir seguir caminhos diferentes nem sempre é tarefa fácil. “Quando separamos, não separamos meramente do outro; separamos do projeto que tínhamos com essa pessoa” (pensamento trazido por Maria Madalena Magnabosco em uma aula por ela ministrada no Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-Terapia e Análise Existencial da UFMG, no ano de 2020).

Decidindo seguir separados ou escolhendo reafirmar o encontro, o casal estará diante da missão de redescobrir sentidos, seja reconhecendo alguns já existentes que estavam por eles esquecidos, seja ajustando os que já construíram ao seu momento atual ou então concebendo novos. É preciso pensar quais são as motivações para que a relação se estabeleça. O que sustenta a união? Quais desejos individuais estão em jogo? E quais destes são compartilhados?

Uma experiência significativa que se coloca para os parceiros em psicoterapia é a percepção de outras possibilidades de acontecer enquanto casal. Muitas vezes estas pessoas chegam limitadas a concepções impostas do que é ser casal e elas até então não haviam experimentado outros modos. Precisamos observar as influências dos padrões transgeracionais e da ancestralidade em nossos modos de se relacionar (Cardella, 2009). Se ficam presos ao ter que ser, ficam impedidos de ser autenticamente. A não concessão para ser como se é pode vir tanto de fora (sociedade), quanto de dentro (íntimo-pessoal) e até mesmo do entre (quando um dos parceiros ou ambos não acatam a liberdade de ser do outro). Em alguns casais percebemos, diante disso, um desconforto devido à falta de espaço e permissão para ser quem se é nas relações conjugais.

“É preciso abdicar da vida que planejamos para ter a vida que está esperando por nós” (Joseph Campbell, 2003, citado por Cardella, 2009, p. 96). A possibilidade que se abre aos casais é a de descobrir qual a vida possível de ser vivida. Quanto mais conseguem abrir mão de seus ideais, mais se aproximam da vivência real da intimidade, que é este “lugar do aconchego, do espontâneo, é a própria expressão da espontaneidade de um casal” (Cardella, 2009, p. 135).

Amar demanda tempo, investimento, esforço, doação. Amar é “um estado de *ser*” (Cardella, 2009, p. 156). Ser-com o outro em amorosidade é uma possibilidade existencial. O encontro em psicoterapia é para os casais uma oportunidade de ampliar a sua experiência de amar. E se a separação acontecer, que, enquanto casal, possamos ser gratos pelo tempo que compartilhamos. Que possamos dizer que *valeu a pena*. E que seja para um verdadeiro seguir em frente na constante busca por sermos nós mesmos. Que seja para o movimento da vida rumo aos muitos caminhos do amor e do poder ser.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Fizemos o nosso caminho na direção de refletir sobre nossas relações amorosas contemporâneas e descobrir modos de ser em autenticidade com o outro. Percebemos que muitos são os fatores que podem influenciar quando falamos das possibilidades do encontro: regras construídas social e culturalmente que são internalizadas como maneiras únicas de se relacionar, a busca individualizada pela vivência de uma relação sem a noção de mundo compartilhado, a abertura insuficiente para receber o outro em nossas vidas.

Inicialmente apostávamos numa relação amorosa plena como um *lugar* para a experiência de ser si mesmo. No entanto, os estudos feitos aqui demonstraram que para se viver uma relação amorosa autêntica é preciso também alcançar certo nível de autoconhecimento e autonomia. Acreditamos que, por mais que tenhamos caminhado em nosso propósito, ainda são passos insuficientes para considerar se uma relação amorosa verdadeira propicia a vivência da autenticidade do ser ou se é por ser autêntico que consigo me colocar plenamente na relação com o outro e construir um genuíno *nós*. Arriscamos em supor que qualquer dos trajetos se torna possibilidade. Tanto mais autenticamente eu me colocar na vida, mais realizável será meu encontro com o outro. Ao mesmo tempo, tanto mais completo, verdadeiro e pleno for o encontro, mais espaço reconheço enquanto seguro para que eu seja eu mesmo nesse *entre*.

Portanto, podemos conceber que muitos são os caminhos do amor. Independente dos percursos que escolhemos, *estar com* se trata exatamente disto: uma escolha. Eu preciso escolher estar com o outro para que o encontro aconteça.

A vida é um caminho, um processo, um percurso. Sendo assim, as coisas mais significativas da vida não poderiam ser alcançadas senão a partir de uma construção cuidadosa, ao invés do surgimento de soluções (falsas) instantâneas (e, por isso, passageiras). É isso que movimenta a vida: estar aberto

para a experiência do desconhecido, do outro. Para vivermos em autenticidade, precisamos experimentar a vida de forma ampla.

E se a procura é por *estar com*, preciso perceber: como o outro ecoa em mim? Como eu ressoo nas minhas relações? Intimidade é troca, é compartilhar ideias, sonhos e imperfeições. É o contato com o outro que também me questiona: quais são meus sonhos? Minhas necessidades mais profundas? O que me realiza?

Uma resposta muito comum a tais questionamentos seria que o que procuramos nesta vida a todo momento é a felicidade. Mas, o que seria esta tal felicidade? Podemos dizer que quando nos disponibilizamos a *estar com* de forma saudável estamos buscando a felicidade compartilhada.

A busca seria, então, não por somente *estar com*, mas sim *ser com*. Ser em plenitude com o outro. Partilhar a vida. Compartilhar o mundo que cada um de nós é. Se encontrar num *entre* construído a dois. Envolvidos em acontecimentos e em fenômenos que se mostram a nós, mesmo que por vezes veladamente, como é também de sua essência. A vida acontece. E a vida acontece no aqui e no agora. Precisamos estar presentes. Precisamos ser presença. Presentificar. Ficar presentes a nós e ao outro, oferecermo-nos como presente a nós para esse encontro que é nosso. Só precisamos ser. Só precisamos *ser-e-estar-com*.

Eu não sou só eu. Eu sou parte eu e parte você. Sou também o que concebemos juntos. Eu sou também nós. Eu sou o amor. Eu sou o nosso amor. Eu sou o mundo que me cerca, que me envolve e me abraça. Eu sou a vida que juntos celebramos. Eu sou o *entre* que construímos, contemplamos e compartilhamos. Eu sou a cura. Eu sou abrigo. Eu habito esse *nosso entre* que se faz para mim morada e aconchego. Eu sou o nosso nós. Aqui me reconheço; aqui te reconheço. Aqui encontro um lugar seguro para ser quem sou, descobrir o que posso ser e até o que já sou e ainda nem sei, mas que já faz parte de mim.

Aqui estou em casa. Eu sou o lar que nós somos. Eu sou o *nosso encontro*. Eu sou eu diante de você. Eu sou eu para mim. Eu sou eu para você. Eu sou eu *com* você. Eu sou *nós*.

O sagrado em mim reverencia o sagrado em ti. Assim *somos*. *Aqui nos encontramos*.

REFERÊNCIAS

- BAUMAN, Zygmunt. **Amor líquido**: sobre a fragilidade dos laços humanos. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2004. E-book (não paginado). Disponível em: http://static.tumblr.com/jh0avtj/8xdooienw/amor_liquido_-_zygmunt_bauman.pdf. Acesso em: 20 out 2020.
- BAUMAN, Zygmunt; LEONCINI, Thomas. **Nascidos em tempos líquidos**: transformações no terceiro milênio. Rio de Janeiro: Zahar, 2018.
- BELLO, Angela Ales. **Introdução à fenomenologia**. Bauru: EDUSC, 2006. E-book (não paginado).
- BUBER, Martin. **Do diálogo e do dialógico**. São Paulo: Perspectiva, 1982.
- _____. **Eu e tu**. 10. ed. São Paulo: Centauro, 2006.
- CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos. **Laços e nós**: amor e intimidade nas relações humanas. São Paulo: Ágora, 2009.
- CARDOSO, Claudia Lins. Apontamentos sobre a utilização do método fenomenológico na psicoterapia. In: GIOVANETTI, José Paulo (org.) **Fenomenologia e psicologia clínica**. Belo Horizonte: Artesã, 2018. p. 33-52.

EU maior. Direção: Fernando Schultz, Paulo Schultz. Produção: André Melman, Marco Schultz. Brasil: Catalisadora Audiovisual, 2013. Documentário (90 min.). Disponível em: <http://eumaior.com.br>. Acesso em: 12 abr. 2021.

EVANGELISTA, Paulo Eduardo Rodrigues Alves. **Psicologia fenomenológica existencial**: a prática psicológica à luz de Heidegger. Curitiba: Juruá, 2016.

FRANKL, Viktor. A desumanização do sexo. In: _____. **Um sentido para a vida**: psicoterapia e humanismo. Aparecida - SP: Ideias & Letras, 2005. p. 83-88.

GIOVANETTI, José Paulo. **Psicoterapia fenomenológico-existencial**: fundamentos filosófico antropológicos. Rio de Janeiro: Via Verita, 2017.

_____. Fenomenologia e prática clínica. In: _____. (org.). **Fenomenologia e psicologia clínica**. Belo Horizonte: Artesã, 2018. p. 11-32.

GOLDENBERG, Miriam. **Sobre a invenção do casal**. Rio de Janeiro: Estudos & Pesquisas em Psicologia, v. 1, n. 1, p. 46-53, 2001. Disponível em: <http://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revispsi/article/view/7693/5557>. Acesso em: 27 abr 2021.

MELO, Padre Fábio de. **Olhar devagar**. 2017. (10m15s). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Jq0qlKgOjls>. Acesso em: 03 jun 2021.

SAINT-ARNAUD, Yves. **A pessoa humana**: introdução ao estudo da pessoa e das relações interpessoais. 2. ed. São Paulo: Edições Loyola, 1984 a.

_____. **A dinâmica do amor**. São Paulo: Paulinas, 1984 b.

SAMPAIO, Vitor Faustino. **Atendimento psicológico com casal:** fenomenologia existencial e prática clínica. Curitiba: Juruá, 2019.

SOMÉ, Sobonfu. **O espírito da intimidade:** ensinamentos ancestrais africanos sobre maneiras de se relacionar. São Paulo: Odysseus, 2009.

VICENTE, Ronaldo de Oliveira. **O sentido do amor na logoterapia e análise existencial de Viktor Frankl.** Várzea Grande: Studium Revista de Filosofia e Teologia Faculdade Sedac, ano 3, n. 4, p. 26-44, abril 2017. Disponível em: <http://unifacc.com.br/wp-content/uploads/2019/09/Sedac-Revista-ABRIL-2017.pdf>. Acesso em: 20 mar 2021.

VIEIRA, Caroline. **Disposição para amar:** relações amorosas mais saudáveis e psicoterapeutas de casais mais seguros. Rio de Janeiro: Vermelho Marinho, 2019.

9. O PLANTÃO PSICOLÓGICO GESTÁLTICO: UMA PROPOSTA DE ASSISTÊNCIA PSICOLÓGICA NA ASSOCIAÇÃO DE PROTEÇÃO E ASSISTÊNCIA AOS CONDENADOS - APAC

Claudia Lins Cardoso

Jéssica Gonçalves da Silva

O interesse em pesquisar sobre pessoas privadas de liberdade surgiu durante a graduação em Psicologia de uma das autoras. Seu trabalho de conclusão de curso foi *Juventude, Negritude e Criminalidade: um olhar inspirado no documentário Ônibus 174*. O interesse pelo tema levou-a a fazer uma pós-graduação em Direitos Humanos e Cidadania e, a convite de um professor, em 2019 tornou-se psicóloga voluntária de uma Associação de Proteção e Assistência ao Condenado (APAC) masculina da região metropolitana de Belo Horizonte e posteriormente, em 2020, foi contratada.

Ao vivenciar a experiência na APAC, deparou-se com um ambiente totalmente diferente do qual já havia visto. Além de ser um modelo prisional alternativo, possui uma metodologia própria. A pessoa privada de liberdade na APAC passa a utilizar suas próprias roupas, é chamada pelo nome ao invés de números e o estudo é obrigatório. O sistema prisional comum tem uma prática excludente e estigmatizante que trata o preso como a escória da sociedade e, mesmo após cumprir sua pena, esta é estendida extramuro fazendo com que a manutenção de desigualdades sociais continue atuando sobre a vida dessas pessoas, segundo Tavares e Menandro (2004).

9. O Plantão Psicológico Gestáltico: uma proposta de assistência psicológica na Associação de Proteção e Assistência aos Condenados - APAC

Claudia Lins Cardoso e Jéssica Gonçalves da Silva

Estar imersa no contexto do sistema prisional e utilizar a abordagem da Gestalt-terapia, está relacionado à visão de homem como um ser bio-psi-co-sócio-espiritual. A Gestalt-terapia, de acordo com Ribeiro (2013) vê o ser humano como um ser de possibilidades, dando ênfase à autonomia, à autorresponsabilidade e à liberdade para fazer as próprias escolhas. Nessa perspectiva, a pessoa tem a capacidade de autorregular-se.

Para atuar no sistema prisional é necessário despir-se de todo pré-conceito, para assim adentrar no universo daquele que ali se apresenta, conhecer suas necessidades e ajudá-lo em seu desenvolvimento. Amatuzzi (2001) sustenta que a Gestalt-terapia se fundamenta no contato genuíno entre seres humanos, na possibilidade de desenvolver o diálogo através da consideração incondicional.

A APAC é custeada pelo convênio da Secretaria do Estado de Justiça e Segurança Pública e no termo de colaboração não prevê técnicos no quadro de funcionários efetivos, por esse motivo, técnicas como advogada, assistente social, psicóloga e técnica de enfermagem são contratadas como prestadoras de serviço. Devido à limitação financeira, a instituição supracitada, em que uma das autoras atua, conta com apenas uma psicóloga contratada. A prática a fez perceber que, embora estivesse disponível incondicionalmente, uma nova estratégia deveria ser adotada nessa instituição total, visando uma mudança de perspectiva acerca da participação da psicologia na APAC. O presente trabalho tem a pretensão de apresentar uma proposta de ampliação de uma nova modalidade de atendimento: o Plantão Psicológico na perspectiva da Gestalt-terapia.

Portanto, para pensar a ampliação de serviço psicológico na APAC, o primeiro tópico discorre sobre Instituição Total e seus aspectos disciplinares sob a ótica de Foucault e Goffman. Nele são caracterizadas as instituições totais e contextualiza historicamente como o modo de punição foi se transformando com o tempo. O sistema prisional convencional trata-se de uma instituição total, assim como a APAC, a realidade de ambos é descrita também no decorrer desse tópico.

Em seguida, são apresentados os efeitos da privação de liberdade sob a luz da Gestalt-terapia. A visão de homem, o conceito de ajustamento criativo e a teoria organísmica são os principais conceitos utilizados para elucidar sobre esses efeitos no contexto de privação de liberdade.

Por fim, é situado sobre a atuação do psicólogo no contexto prisional e a experiência de uma das autoras como psicóloga na APAC, apontando o desafio de ser a única psicóloga na instituição diante de tanta demanda e fundamenta a proposta de ampliar os serviços psicológicos ofertados através do plantão psicológico. Além de caracterizar essa modalidade e propor que ela seja utilizada dentro da abordagem da Gestalt-terapia.

Frente a esse contexto, é possível dialogar com a práxis do Gestalt-terapeuta no sistema prisional. Porém, na revisão da literatura, a aplicação da Gestalt-terapia no sistema prisional ainda é uma área a ser explorada. Os achados sobre esse conteúdo ainda são incipientes.

INSTITUIÇÃO TOTAL

O nascimento das prisões aponta para aspectos disciplinares. Goffman (2001) e Foucault (1999) são autores importantes para este estudo por serem referências nesse tema. Ambos discorrem sobre a realidade dessas instituições, principalmente pelas características de confinar indivíduos e modificá-los através de um regimento próprio.

Foucault, em sua obra *Vigiar e Punir* (1999), retrata o nascimento da prisão. O autor aponta os aspectos disciplinares que estão presentes nos presídios e em como esse condicionamento molda os sujeitos que estão privados de liberdade. Ele utiliza a metáfora do Panóptico, que é uma estrutura arquitetônica que foi projetada por Bentham: trata-se de uma construção em formato de anel, na qual em seu centro tem uma torre e nas laterais localizam-se as celas. Dessa maneira, os prisioneiros estariam constantemente sendo vigiados pela

pessoa que está na torre. Esta não pode ser vista pelos prisioneiros, fazendo com que esse olhar exerça controle, uma vez que eles nunca saberão se estão sendo observados ou não, induzindo-os a permanecer em vigilância. Portanto, o poder é efetivado, mesmo que o aprisionado não esteja necessariamente sendo observado.

Para Goffman (2001), as instituições totais são reconhecidas por serem estabelecimentos fechados que funcionam em regime de internação, espaço esse no qual vive em tempo integral um número considerável de pessoas. As instituições totais funcionam como local de residência, trabalho, lazer e espaço de atividades específicas, que podem ser terapêuticas, correccionais ou educativas, entre outras. O gerenciamento administrativo da vida na instituição é regido por uma equipe dirigente. Nesse sentido, o autor apresenta como uma das características das instituições totais a tendência ao fechamento, sendo algumas são mais fechadas do que outras:

Seu ‘fechamento’ ou seu caráter total é simbolizado pela barreira à relação social com o mundo externo e por proibições à saída que muitas vezes estão incluídos no esquema físico – por exemplo, portas fechadas, paredes altas, arame farpado, fossos, água, florestas ou pântanos. A tais estabelecimentos dou o nome de instituições totais [...] (GOFFMAN, 2001, p.16)

Portanto, ele aponta que as instituições totais têm como premissa a reclusão. Aqueles que ali se encontram são retirados do convívio em sociedade e realizam suas atividades geralmente de forma coletiva, no mesmo espaço sob uma autoridade, com horários fixos.

Coerente com essa perspectiva, Foucault (1999) propõe que o sistema carcerário junta em uma mesma figura discursos e arquitetos, regulamentos coercitivos e proposições científicas, efeitos sociais reais e utopias invencíveis, programas para corrigir a delinquência e mecanismos que solidificam

a delinquência. E, então, questiona se o fracasso não seria parte do próprio funcionamento da prisão:

Os castigos, não se destinam a suprimir as infrações; mas antes a distingui-las, a distribuí-las, a utilizá-las; que visam, não tanto tornar dóceis os que estão prontos a transgredir as leis, mas que tendem a organizar a transgressão das leis numa tática geral das sujeições. A penalidade seria então uma maneira de gerir as ilegalidades, de riscar limites de tolerância, de dar terreno a alguns, de fazer pressão sobre outros, de excluir uma parte, de tornar útil outra, de neutralizar estes, de tirar proveito daqueles... O fracasso da prisão pode, sem dúvida, ser compreendido a partir daí. (FOUCAULT, 1999, p. 229)

A partir do momento que o autor discorre sobre o fracasso das prisões, podemos falar de um modelo de gestão diferenciado das ilegalidades que funciona através da penalidade, que por sua vez é um instrumento penal da justiça. Tal modelo é uma estratégia global que concretiza táticas de sujeições e mecanismos gerais de dominação. Para, além disso, ele também atribui o fracasso das prisões ao fato de que, ao invés de reduzir os crimes, a prisão reproduz/fabrica delinquentes.

Os presídios são considerados instituições totais, portanto, possuem aspectos disciplinares. Nesse contexto, a disciplina tem a finalidade de produzir indivíduos dóceis, que se submetam as regras estabelecidas. Ao longo da história houve modificações na maneira de punir, e Foucault (1999) ressalta que a punição sai do âmbito do suplício público e espetacularizado e passa a ser um adestramento de corpo e alma. Ou seja, existe o intuito de docilizar os corpos aprisionados.

[...] O poder disciplinar é [...] um poder que, em vez de se apropriar e de retirar, tem como função maior “adestrar”: ou sem dúvida adestrar para retirar e se apropriar ainda mais e melhor. Ele não amarra as

forças para reduzi-las; procura liga-las para multiplica-las e utilizá-las num todo. [...] “Adestra” as multidões confusas [...] (FOUCAULT, 1999, p. 143)

Para este autor, é considerado um corpo dócil aquele que pode ser submetido, utilizado, transformado e aperfeiçoado. A partir do século XVIII, surgiram o poder disciplinar e as disciplinas para manterem a sociedade em harmonia. Para tanto, elas tinham por objetivo controlar os indivíduos estabelecendo relações de poder reguladas pelas normas vigentes.

Outro ponto relevante apontado pelo referido autor é o perfil dos apenados: ele alega que as prisões foram construídas para prender as classes mais numerosas e menos esclarecidas. Em alusão a essa constatação, ele sugere que observemos os locais onde se julga e se prende e assim veremos duas classes distintas de homens: aqueles que ocupam os assentos de acusadores e dos juízes e os outros nos bancos dos réus e dos acusados. Ao longo da história, a parcela da população menos favorecida, que vivia à margem da sociedade, aqueles que eram considerados indesejados, desajustados, acabaram sendo criminalizados e institucionalizados, principalmente em prisões e manicômios.

SISTEMA PRISIONAL NO BRASIL

Diante do exposto acima, podemos pensar sobre a realidade das prisões no Brasil. O sistema prisional brasileiro é regido pela Lei de Execução Penal, nº 7.210, de 11 de julho de 1984, que trata do direito do reeducando nas penitenciárias e da sua reintegração à sociedade. Ele se caracteriza pela superlotação, pela ociosidade e pela violência, de tal forma que o ambiente estigmatiza aquele sujeito recluso e o rótulo segue impregnado extramuros, abalando sua integridade física, psíquica e moral, dificultando sua reinserção na sociedade, como apontado por Valois (2019). Zaffaroni (2001) aponta que o preso tem sua autoestima ferida de inúmeras formas, como através de perda de privacidade,

9. O Plantão Psicológico Gestáltico: uma proposta de assistência psicológica na Associação de Proteção e Assistência aos Condenados - APAC

Claudia Lins Cardoso e Jéssica Gonçalves da Silva

submissão a revistas vexatórias, além do fator mencionado anteriormente, a superlotação, alimentação precária, condições higiênicas insalubres e etc.

No primeiro semestre de 2020, o Departamento Penitenciário Nacional (Depen) informou que 702.069 pessoas estavam presas no Brasil, incluindo os regimes semiaberto, fechado, aberto, presos provisórios, medidas de segurança e tratamento ambulatorial. Segundo os dados do Infopen (Levantamento de Informações Penitenciárias), sistema de informações estatísticas do Depen, em junho de 2019 o Brasil permanecia sendo o 3º país com a maior população carcerária do mundo, perdendo apenas para Estados Unidos e China.

No Brasil, além do sistema prisional convencional descrito acima, existe o modelo de humanização do sistema penitenciário que se chama Associação de Proteção e Assistência aos Condenados (APAC), que tem uma metodologia própria e difere completamente do sistema prisional convencional como veremos a seguir.

Inicialmente, a APAC surgiu em 1972, na cidade de São José dos Campos/São Paulo, e era intitulada como “Amando o Próximo Amarás a Cristo” pelo grupo de voluntários cristãos que eram liderados por Mário Ottoboni. O objetivo do grupo era evangelizar e dar apoio aos presos da cadeia pública da cidade. Em 1974, Ottoboni e seus discípulos concluíram que para enfrentar as dificuldades que permeavam o sistema prisional, era necessário cunhar uma entidade juridicamente organizada e assim tornou-se a Associação de Proteção e Assistência aos Condenados.

Em 1979, o presídio de Humaitá, naquela cidade, foi desativado pelo Poder Público por não oferecer condições de segurança para manter a prisão em funcionamento. O grupo apaqueano dedicou-se em motivar a cidade de São José dos Campos para reformar o presídio. Após anos de reforma, com todas as estruturas adequadas, em 1983 foi convocada uma reunião entre o comandante da Polícia Militar, o Delegado e o Mário Ottoboni para deliberarem

9. O Plantão Psicológico Gestáltico: uma proposta de assistência psicológica na Associação de Proteção e Assistência aos Condenados - APAC

Claudia Lins Cardoso e Jéssica Gonçalves da Silva

sobre a reabertura da prisão Humaitá. As autoridades não concordaram em reabrir, então o juiz convidou Ottoboni e sua equipe para administrar a prisão e eles aceitaram.

No ano seguinte, surgiu a primeira APAC no Brasil e no mundo, administrada por voluntários, sem policiais ou agentes penais e as chaves da prisão ficavam sob a responsabilidade das pessoas privadas de liberdade que são referidas como recuperandos nessa instituição. Inicialmente, a capacidade era para 35 pessoas e foi expandida gradualmente até comportar 175 recuperando em regimes fechado e semiaberto.

A APAC de São José dos Campos permaneceu aberta por 25 anos, sem ter recebido recursos financeiros do Estado, tendo suas atividades encerradas em 1999. A partir dessa experiência, segundo o Centro Internacional de Estudos do Método APAC (CIEMA), outras APAC's estão em processo de implementação ou com aplicação parcial do método ao redor do Brasil e do mundo, como na Argentina, Alemanha, Chile, Colômbia, Coréia do Sul, Costa Rica, Guatemala, Itália, México, Paraguai, Peru e Portugal. O modelo Apaqueano foi reconhecido pelo Prison Fellowship International (PFI), organização não-governamental que atua como órgão consultivo da Organização das Nações Unidas (ONU) em assuntos penitenciários, como uma alternativa para humanizar a execução penal e o tratamento penitenciário.

A APAC é uma organização da sociedade civil e sem fins lucrativos. Trata-se de um modelo alternativo ao buscar amenizar o problema penitenciário, descentralizar o cumprimento da pena e humanizar as prisões, sendo assim, é uma alternativa a superlotação, as más condições, a falta de dignidade e descumprimento dos direitos humanos do sistema prisional brasileiro comum (CARDOSO; SILVA; FREITAS. 2016, p.03).

A APAC tem como objetivo recuperar o preso, proteger a sociedade, socorrer as vítimas e promover a justiça restaurativa. Diferentemente do sistema

prisional comum, a pena pode ser cumprida de forma humanizada, o preso é chamado de recuperando, não existe uniforme, eles deixam de ser o Infopen¹ e passam a ser chamados pelo próprio nome, a equipe de segurança não é formada por agentes penais, mas sim por plantonistas desarmados, além dos recuperandos serem responsáveis um pelos outros e pelas chaves do Centro de Reintegração Social (CRS). Aos recuperando é ofertada assistência espiritual, médica, psicológica, jurídica, existe a participação da comunidade e o acesso à educação. Outra característica importante é que a APAC permite a municipalização da execução da pena, podendo o recuperando cumprir sua pena mais próximo de seus familiares.

Diante dos dois modelos de sistema prisional existentes no Brasil – o convencional e o alternativo –, um desdobramento possível é que no primeiro, a forma de tratamento, as condições insalubres, a superlotação, a reprodução da violência tanto por parte dos policiais penais quanto entre os próprios presos, o déficit de assistência à saúde, jurídica e afins, estão atrelados ao adoecimento e à reincidência da criminalidade, conforme aponta os dados do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA), no relatório de pesquisa sobre Reincidência Criminal. No entanto, em um sistema prisional humanizado como a APAC, onde esses fatores não estão presentes, o adoecimento psíquico e o sofrimento dessas pessoas são recorrentes.

OS EFEITOS DA PRIVAÇÃO DE LIBERDADE SOB A LUZ DA GESTALT-TERAPIA

O presente trabalho tem como principal arcabouço teórico a Gestalt-terapia. A terminologia “Gestalt-terapia” foi cunhada por Frederick Perls e em

1 É um sistema de informações estatísticas do sistema prisional penitenciário brasileiro. O sistema, atualizado pelos gestores das unidades prisionais são atualizados desde 2004 e sintetiza informações sobre os estabelecimentos penais e a população prisional.

1951 o termo surgiu com o lançamento do livro *Gestalt therapy – excitement and growth in human personality*, escrito por Frederick Perls, Paul Goodman e Ralph Hefferline. Suas bases antropológica e teórica têm influências principalmente da Fenomenologia, do Existencialismo, do Humanismo, da psicologia da Gestalt, da teoria de campo, da teoria organísmica e das filosofias orientais, no entanto, ela é mais que uma síntese dessas tendências; ela reconfigurou como uma nova Gestalt. É uma visão de mundo que privilegia a relação e não os objetos, o processo em detrimento ao conteúdo (FERRAZ, p. 139, 2016).

Um fundamento essencial é a concepção de ser humano adotada por essa abordagem. A Gestalt-terapia possui uma visão holística de homem e de mundo, oriundas do Humanismo, do Existencialismo e da Fenomenologia. Com base nessas correntes, compreende que a pessoa se reorganiza de acordo com as suas necessidades, fazendo parte de um contexto que o modifica e é modificado por ele constantemente. Existe a crença no potencial da pessoa, no impulso para o crescimento no qual no processo de individualização o homem é responsável por sua atualização interpessoal.

Para Ribeiro (1985), o homem é visto como um ser concreto com vontade e liberdade pessoais, consciente, responsável, particularizado, singularizado no seu modo de ser e agir, concebendo-se como único no universo e individualizando-se a partir do encontro com sua subjetividade e sua singularidade.

Essa concepção de homem possibilita, então, tentar compreender o sofrimento humano atrelado ao cárcere de uma perspectiva particular, uma vez que este é concebido como um fenômeno do campo que se dá na fronteira de contato com o outro. Francesetti (2013 *apud* Cardoso, 2016) argumenta que nesse fenômeno emergente a partir da fronteira de contato, quem sofre é a relação da pessoa com o mundo, denominando assim uma “psicopatologia do entre”. Isso é coerente com a afirmação dos autores do livro que fundou a Gestalt-terapia, os quais sustentaram que:

Quando dizemos “fronteira” pensamos em uma “fronteira entre”; mas a fronteira – de contato, onde a experiência tem lugar, não separa o organismo e seu ambiente; em vez disso limita o organismo, o contém e protege, ao mesmo tempo que contata o ambiente. Isto é, [...] a fronteira de contato – por exemplo, a pele sensível – não é tão parte do organismo como é essencialmente o órgão de uma relação específica entre o organismo e o ambiente (PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, p.43, 1997).

A concepção teórica acima pode ser ilustrada através das dificuldades geradas pelo cárcere em âmbito psicológico, e que de acordo com Medeiros (2014), são decorrentes do afastamento físico e do medo. O autor explica que o afastamento de um dos membros familiar provoca um processo de ruptura da dinâmica familiar, pois a convivência diária é substituída por visitas esporádicas. O distanciamento físico ocasiona o afastamento emocional, tendo como consequência um sofrimento bilateral envolvido na privação de liberdade. Além da relação entre pais e filhos, a separação incide nos relacionamentos amorosos, tendo em vista que a rotina que alimentava os vínculos afetivos é interrompida e o cárcere impede a convivência diária. Uma alternativa possível para lidar com essa situação são as visitas realizadas no sistema prisional, como possibilidade de manutenção de vínculo afetivo como ajustamento criativo diante dessa realidade.

Para a Gestalt-terapia, o ajustamento criativo é a capacidade de lidar com a não-solução de uma satisfação considerada como prioridade, fazendo com que o indivíduo busque outras formas de buscar essa satisfação. Esse conceito descreve a natureza do contato que o indivíduo mantém na fronteira do campo organismo/ambiente, visando à sua autorregulação sob condições diversas. Assim, o homem é dotado de um potencial criativo, o que possibilita mudar o campo ao seu redor, conseqüentemente, transformando-se constantemente. Nesse sentido, o ajustamento criativo é fundamental

para a autorregulação humana (PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997; PERLS, 1985).

Por outro lado, Lima (2005) destaca que a perda da criatividade é uma consequência frequente diante dos processos de restrição de funcionamento no ciclo da autorregulação organísmica. A autora afirma que ser criativo é algo inerente à natureza do organismo e a perda da criatividade incapacita a pessoa de autorrealizar-se e de viver prazerosamente, lindando com as adversidades e restrições de forma atípica e reinventando formas de estar no mundo a cada instante. Coerente com essa perspectiva, Mendonça (2016) afirma que os ajustamentos na fronteira podem se cristalizar, assumindo formas crônicas de reação. Neste caso, devido à interrupção do ciclo de autorregulação, o indivíduo fica incapaz de satisfazer suas necessidades, em estado de tensão e de desequilíbrio constante, pela inibição temporária ou permanente da capacidade de ajustar-se de forma nova, em um campo sempre novo.

A teoria organísmica, um dos pilares teóricos da Gestalt-terapia, pressupõe que em qualquer alteração no estado de equilíbrio do organismo existe a tendência das partes de se reorganizarem da maneira que o campo permite. Assim, o equilíbrio pode ser restabelecido de duas formas: através de sistemas internos de compensação fisiológica e de sistemas de contato sensoriais e motores, e é através deles que o organismo procura um meio para atender as suas necessidades. Tellegen (1984) aponta que em um contexto adverso, o organismo irá desenvolver mecanismos adaptativos e, nesse sentido, um sintoma é compreendido como um ajustamento que pode ser mais ou menos funcional. Portanto, o sujeito tem uma dinâmica de autorregulação e autorrealização, ou seja, a cada experiência o organismo opta por um ajustamento possível em razão das condições daquele momento. Nesse sentido, o organismo atua de maneira ativa (GRANZOTTO & GRANZOTTO, 2007).

A frustração tem papel importante no ciclo autorregulativo. Perls (2002) defende que o ser humano pode experimentar a frustração diante de

uma situação que o impeça de resolver de modo ideal sua necessidade, sem se permitir paralisar; ele poderá criar outros recursos e alternativas para tentar se autorregular. Ou seja, uma situação pode se resolver não apenas pela plena satisfação da necessidade emergente.

Além disso, a privação de liberdade pode causar efeitos psíquicos, uma vez que essas pessoas são afastadas das suas referências com o mundo exterior, sendo submetidas às regras institucionais, às vezes por longos períodos, dificultando a adaptação ao retorno em sociedade. Lemgruber (1998) aponta que a privação de liberdade jamais atingiu o objetivo de ressocializar os condenados, ele acredita que não pode esperar que alguém aprenda a viver em liberdade, estando privado de liberdade.

De acordo com Kiyon (2006), a existência humana constitui-se a partir da “relação entre o campo/organismo/meio, sendo impossível conceber o ser humano fora do contexto e do meio no qual ele está inserido, e das relações que estabelece a partir daí” (p.146). O atendimento psicológico na abordagem gestáltica assume uma postura que inclui a totalidade da pessoa, e não apenas o que ela experimenta como mal-estar, ampliando a perspectiva do/a cliente para aquilo que, talvez sem o perceber, ele/a tem a sua disposição, como principal e, às vezes, única porta de saída para sua reorganização e renascimento

No contexto do cárcere, a família do encarcerado se depara com uma nova dinâmica econômica que dela exige um novo ajustamento criativo. Devido ao fato de um ou mais membros da família estarem em situação de privação de liberdade, perde-se uma renda e aumentam as despesas. Essa circunstância também interfere na dinâmica familiar, a qual por sua vez precisa se organizar mediante da nova realidade. A Lei de Execução Penal (LEP) prevê no seu art. 12 ser responsabilidade do Estado a assistência material ao preso e ao internado, consistindo no fornecimento de alimentação, vestuário e instalações higiênicas. Porém, na realidade, as condições das instituições prisionais e suas limitações fazem com que as famílias tenham gastos extras, tendo que

levar o “kit” composto por alimentação complementar, produtos de higiene e vestuário (IPEA, 2015).

As pessoas privadas de liberdade estão sujeitas às leis e normas do sistema prisional e podem experimentar isso de maneiras distintas, com graus e intensidades diferentes. Assim, os desdobramentos do encarceramento podem apontar para efeitos nocivos para os presos, familiares e funcionários, mas o presente trabalho tem como foco os encarcerados.

A condenação para aqueles que estiveram privados de liberdade extrapola os muros das penitenciárias. Após cumprirem a pena estipulada pela justiça, os egressos do sistema prisional encontram dificuldades de reintegrar-se à sociedade de forma digna. Nesse sentido, reintegrar e ressocializar as pessoas que passaram pelo sistema prisional ainda é um desafio a ser superado (VALOIS, 2019).

Para Baratta (1990), o sistema prisional não consegue cumprir sua função ressocializadora. De acordo com o autor, o sistema prisional caminha na contramão, cumprindo uma função neutralizadora do criminoso, sem reintegrá-lo a sociedade:

Não se pode conseguir a reintegração social do sentenciado através do cumprimento da pena, entretanto se deve buscá-la apesar dela; ou seja, tornando menos precárias as condições de vida no cárcere, condições essas que dificultam o alcance dessa reintegração. Sob o prisma da integração social e ponto de vista do criminoso, a melhor prisão é, sem dúvida, a que não existe (BARATTA, 1990, p.02)

Portanto, inúmeras são as consequências durante e após a privação de liberdade. O profissional da psicologia tem papel fundamental na intervenção para a transformação desse contexto de vulnerabilidade social e de risco criminal. Porém, a realidade do psicólogo no sistema prisional aponta para desafios diante da vasta demanda.

ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NO CONTEXTO PRISIONAL

O papel do psicólogo no contexto prisional, segundo Medeiros e Silva (2014), não deve ser restrito à elaboração de documentos técnicos, tais como laudos e relatórios psicológicos, mas agir deve incluir ações sobre a condição humana na qual o encarcerado se encontra, buscando desenvolver um trabalho de (re)construção da cidadania orientada pela garantia dos Direitos Humanos. Por conseguinte, o psicólogo deve construir uma prática emancipadora que transforme seu campo de intervenção, o que vai ao encontro do primeiro princípio fundamental do Código de Ética do Psicólogo: “o psicólogo baseará o seu trabalho no respeito à promoção da liberdade, da dignidade, da igualdade e da integridade do ser humano, apoiado nos valores que embasam a Declaração Universal dos Direitos Humanos” (Conselho Federal de Psicologia [CFP]. 2005, p.7).

Levando em consideração o ponto de vista do CFP e em consonância com a Declaração Universal dos Direitos Humanos, a práxis do psicólogo deve assumir o compromisso de tocar a dimensão subjetiva da experiência de privação de liberdade, permitindo ao condenado um espaço de elaboração subjetiva (Medeiros & Silva, 2014; Mameluque, 2006). Para Freitas (1998), a intervenção psicológica deve ir ao encontro à produção de conhecimento em conjunto com os sujeitos a partir de um envolvimento e implicação com a transformação social do meio em questão. As condições que estão sobrepostas nas situações que levaram os protagonistas ao encarceramento, para Tavares e Menandro (2004), devem ser compreendidas e emergir a partir disso, uma reflexão sobre a realidade de exclusão desses sujeitos. O CFP por meio de sua resolução N^o 012/2011 orienta que a atuação do psicólogo no contexto prisional deve priorizar em sua prática os Direitos Humanos dos indivíduos presos, tendo em vista a construção da cidadania por meio de intervenções e de práticas psicológicas que visem a sua reinserção e o fortalecimento de seus laços sociais (CFP, 2011).

Cardoso (2016) reflete sobre a prática do psicólogo no sistema prisional, mais especificamente na APAC. Seu estudo dialoga com a psicologia social e a realidade do contexto prisional e propõe uma intervenção psicossocial baseada no trabalho com grupos. Ele propõe que as particularidades da instituição e a participação dos recuperando nos grupos, possibilitam o resgate de si, da sua identidade, autonomia, autoestima, além de servir como espaço de reflexão.

Ambos os autores fazem ponderações pertinentes e relevantes, mas suas pesquisas não se fundamentam na Gestalt-terapia, embora a Fenomenologia dialogue com a mesma. Por isso, o conhecimento desse estudo é tecido através de autores da Gestalt-terapia e de outras abordagens que convergem entre si. O foco principal deste trabalho está na ampliação dos serviços psicológicos ofertados ao recuperando da APAC, sendo a modalidade do plantão psicológico gestáltico a proposta e para isso, outras discussões fazem-se necessárias.

Diante do exposto, o atendimento psicológico ao recuperando nessa abordagem gira em torno da experiência imediata, concentrando-se na estrutura concreta da situação, tornando presentes as fixações e tensões que se apresentam, na forma que se configuram (RIBEIRO, 1985; ALVIM, 2014).

Para que o psicólogo atue de forma efetiva no sistema prisional é necessário que o profissional compreenda a visão do sistema prisional sobre o apenado. Entender como se dão os processos de exclusão, a criminalização da pobreza e a influência dos grupos sociais nos quais estão inseridos contribuem para novas perspectivas de trabalho. Os psicólogos estão posicionados em um lugar estratégico que possibilita pensar em novas frentes de trabalho e de atuação que estejam alinhadas ético-estético-politicamente no sentido oposto ao da mortificação institucional (ALVES; FERREIRA, 2020).

Portanto, o trabalho do psicólogo em uma unidade prisional se depara com dimensões que precisam ser refletidas em sua prática. A realidade do profissional da psicologia no contexto prisional apresenta desafios a serem

superados, como poderemos perceber a partir da minha experiência como psicóloga em uma APAC masculina situada na região metropolitana de Belo Horizonte.

EXPERIÊNCIA ENQUANTO PSICÓLOGA EM UMA APAC MASCULINA DA REGIÃO METROPOLITANA DE BELO HORIZONTE - MG

Em 2019, uma das autoras estava se especializando em Direitos Humanos e Cidadania, quando foi convidada por um professor, que naquela época era o atual presidente da APAC referida, a conhecer a unidade e se tornar psicóloga voluntária da instituição. Havia um psicólogo contratado para atender todos os recuperandos que demandassem atendimento, além dos extensionistas de diversos cursos da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) e da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC-MG) que realizavam rodas de conversa, projetos de vida, elaboração de livros, atendimentos psicológicos e etc. Enquanto voluntária, ela realizava entrevistas para transferência de presos do sistema comum para a APAC, acolhimento dos recuperandos novatos, atendimentos individuais e valorização humana. Com a saída do psicólogo contratado, passou de voluntária à psicóloga contratada. A carga horária é de 16 horas semanais, comparecendo na APAC duas vezes por semana. Pouco tempo após sua contratação, veio à pandemia e o trabalho presencial dos extensionistas foi interrompido, e se deparou com as dificuldades de ser a única profissional da psicologia para atender todas as demandas. A carga horária é um desafio que acarreta uma longa fila de espera para os atendimentos.

Durante o acolhimento dos recuperandos novatos, todos relatam que no sistema prisional comum, eles eram atendidos pela psicóloga de seis em seis meses ou uma vez ao ano. Há quem diga que nunca se consultou com uma profissional da psicologia. Nesses relatos, os recuperandos alegam que era um atendimento obrigatório, porém superficial e rápido. Na APAC, o atendimento não é obrigatório e todos os novos recuperandos passam por um

acolhimento individual feito por todos os técnicos do psicossocial (psicóloga, advogada, assistente social e técnica de enfermagem).

É comum ouvir dos recuperandos no acolhimento que é a primeira vez que eles se sentem realmente escutados e hipotetizam que, se tivessem tido a oportunidade de serem acolhidos diante das mazelas em que viviam, talvez tivessem trilhado outros caminhos que não perpassassem pela criminalidade. Alguns se emocionam ao expor isso, ficando evidente a importância da escuta e do acolhimento e embora, nem todos demandem atendimento psicológico, eles demonstram através da fala gratidão por esse momento.

No contexto da pandemia, sem o suporte dos extensionistas e sem outros voluntários da psicologia, a fila de espera para atendimento psicológico aumentou exponencialmente. Enquanto ela focava nos acompanhamentos psicológicos individuais, eram os parceiros que desafogavam a fila de espera fazendo trabalhos em grupos e outros individuais. E foi pensando na realidade do profissional da psicologia no sistema prisional comum e a nova realidade frente à pandemia na APAC, é que se fez necessário, inicialmente, cogitar uma nova proposta para tentar superar esse desafio.

Recentemente, uma psicóloga voluntária especialista em compulsões propôs realizar atendimento em grupo. Porém, não houve adesão por parte dos recuperandos. Mesmo na APAC, percebe-se que existe um estigma por parte dos recuperandos com relação aos psicólogos. Por vezes, ela ouviu pelo Centro de Reintegração Social (C.R.S) que os psicólogos poderiam utilizar as informações dos atendimentos para prejudicá-los em seus processos ou de que seriam “espiões” para expô-los à administração. O medo e a desconfiança estão enraizados nas pessoas privadas de liberdade, seja pela experiência no crime e/ou pela vivência no cárcere. A confiança no trabalho da profissional veio com o tempo, com discussões acerca do sigilo e do código de ética do psicólogo. Porém, o atendimento em grupo, embora pareça uma boa alternativa, inclusive pela redução da fila de espera de atendimentos, na prática parece ser mais complexo.

Na APAC, existe uma frase que diz “Aqui entra o homem, o delito fica lá fora”. As palestras, as valorizações humanas ou qualquer outra atividade reflexiva buscam enfatizar que naquela instituição não é distinção por delito, mas só o homem importa. Entretanto, não é algo fácil. Um exemplo disso são os crimes contra a dignidade sexual. Segundo relato dos recuperandos, na “lei do crime” é inadmissível e no sistema prisional comum, os presos que se enquadram nesse crime ficam separados dos demais para não sofrerem retaliações.

Por não haver distinção na APAC, todos permanecem no mesmo ambiente, dividem o dormitório, almoçam no mesmo espaço e realizam a rotina da instituição de forma horizontal. Ou seja, eles passam a viver em uma realidade totalmente diferente daquela a qual estão acostumados. Propor o atendimento em grupo, levando em consideração o que foi exposto, ainda é um desafio. Um exemplo disso é o fato de que as pessoas que respondem judicialmente por crimes contra a dignidade sexual, em geral, não se sentem seguras para se expressar em grupo. Assim, neste contexto, não é possível que todos os recuperandos façam psicoterapia. São quase 200 recuperandos no total e apenas uma psicóloga contratada. A ideia não é substituir a psicoterapia enquanto um serviço que já está sendo ofertado, mas incluir a modalidade de plantão psicológico como um espaço de escuta e de acolhimento no momento em que o recuperando sentisse a necessidade de compartilhar seu sofrimento. Isso permitiria, inclusive, encaminhamentos para outros profissionais ou mesmo para a psicoterapia. Uma das características do plantão psicológico é sua acessibilidade, no qual o profissional atua de acordo com a procura espontânea da escuta, focado na urgência apresentada pelo sujeito, o que seria de grande valia naquela instituição.

PLANTÃO PSICOLÓGICO

No final da década de 1970, no Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, através do Serviço de Aconselhamento Psicológico, surge o plantão psicológico fundamentado na Abordagem Centrada na Pessoa (ACP). Para

solucionar o problema da fila extensa de espera, instituíram o plantão, para acolher os clientes em dias e horários previamente definidos (MAHFOUD, 2013; ROSENTHAL, 1999).

O plantão psicológico é uma modalidade de atendimento clínico caracterizado por ser um processo com início, meio e fim em apenas um encontro, o que não impede de a pessoa retornar posteriormente. Outra característica é que não há necessidade de um agendamento prévio, o profissional fica disponível para aquele que o procura apresentando sua demanda. Essa modalidade de atendimento não tem a pretensão de substituir a psicoterapia, embora possa servir de porta de entrada para tal. Por vezes, um único atendimento é o suficiente para que ela possa dar-se conta do seu momento existencial, a fim de se apropriar de seus sentimentos e que servem de orientação para o porvir. O terapeuta acolhe o sofrimento do cliente, explora seus planos, ajuda-o a tomar consciência de suas emoções e ambivalências e a explorar suas alternativas (MAHFOUD, 2012; FERREIRA-SANTOS, 1997).

Na perspectiva gestáltica, Guedes (1991) afirma que quando a pessoa recorre a essa modalidade de atendimento, a atenção do psicólogo deve estar focada no problema tal qual ele é trazido e não somente como um elemento revelador de uma trama mais complexa. Esse último concerne à psicoterapia que requer disponibilidade pessoal do atendido para cumprir esse processo. O que se apresenta orienta e re-orienta o profissional a todo instante e o cliente aumenta seu campo de percepção e sua questão é incluída num todo relacionado.

O autor aponta que não significa que o psicólogo se dispõe a lidar apenas com o problema. Pelo contrário, o profissional lida com a atitude da pessoa frente as suas dificuldades, acompanhando suas interrupções, seus significados, detectando possíveis Gestalten fixas, num movimento que vai dando contexto, contorno, fundo à figura em questão, que então, adquirindo nitidez, propicia condições para uma re-significação e uma re-organização (GUEDES, 1991).

9. O Plantão Psicológico Gestáltico: uma proposta de assistência psicológica na Associação de Proteção e Assistência aos Condenados - APAC

Claudia Lins Cardoso e Jéssica Gonçalves da Silva

Frequentemente, os serviços de aconselhamento e plantão psicológico são apresentados como sinônimos. No entanto, o aconselhamento psicológico é o encontro entre o psicólogo e seu cliente, no qual o cliente pode dirimir suas dificuldades, sejam elas de ordem pessoal, profissional, educacional ou vital, a fim de que possa fazer um melhor uso de seus recursos pessoais (SCHEEFFER, 1983). Segundo Mahfoud (2012), o plantão psicológico é considerado uma dentre as várias modalidades de prática de aconselhamento. O foco do plantão está no atendimento emergencial do cliente que tem sua demanda acolhida pelo profissional no exato momento de sua expressão (TASSINARI, 2003; MAHFOUD et al., 2012;), e que pode ser implementando em diversos contextos, dentre eles o sistema prisional.

Sobre o Plantão Psicológico Gestáltico, a literatura a respeito também é escassa, fazendo com que os pesquisadores recorram a outras abordagens para discutir o tema. Essa prática apresenta-se como um exercício político e inclusivo, conseqüentemente, democrática. Essa modalidade contempla na contemporaneamente a demanda por atenção psicológica pontual, em diferentes espaços e contextos como apontado anteriormente. Mostra-se necessário verificar se a pessoa atendida tem clareza sobre sua queixa, sendo o psicólogo responsável por disponibilizar-se à compreensão do que é trazido e apresentar-lhe seu entendimento para uma possível conscientização de sua situação atual (Soares, 2019).

Outra característica apontada pela autora é embora na maioria dos casos as sessões são únicas, há casos que envolvem o retorno de até três vezes. No entanto, ela destaca que cada sessão deve ser fechada em si mesmo, como se fosse a última. Essa modalidade de atendimento é considerada por Soares (2019) uma prática da clínica ampliada, porque expande a noção de fazeres do psicólogo para além da psicoterapia, sem, entretanto, negá-la como uma prática necessária. O Plantão Gestáltico expande as experiências do fazer clínico no aqui-e-agora.

Diante da privação de liberdade dos condenados, eles ficam restritos ao convívio social e familiar. Temporariamente, eles perdem o direito de ir e vir passando a viver em um lugar que não é a própria casa, modificando o seu próprio mundo interior e exterior. Até o momento, relatos de sofrimento advindos da privação de liberdade apontam para vivências que acarretam sentimentos de ansiedade, solidão, quadros depressivos e que são preponderantes na APAC referida nesse estudo. Portanto, o Gestalt-terapeuta no sistema prisional, assume papel fundamental como suporte para assistência psicológica. A atuação do Gestalt-terapeuta, segundo Ferreira-Santos (1997), no plantão psicológico é ativa e intervencionista, indo além de refletir e ouvir. Nessa perspectiva, o plantão psicológico é presença que mobiliza (MAHFOUD, 2012).

Considerando o fundamento relacional da Gestalt-terapia, Cardoso (2020) acredita que toda proposta de trabalho clínico deve enfatizar os aspectos relacionais e do campo co-construído pelo Gestalt-terapeuta e pela pessoa atendida. A autora, diante da sua experiência com o atendimento na modalidade de Plantão Psicológico, revela o seguinte:

O quanto o sofrimento humano, por mais diverso e intenso que seja, não se mantém o mesmo quando a pessoa consegue estabelecer uma relação com o psicólogo que se oferece como presença afetiva e apoio necessário para sua expressão e elaboração. E a Gestalt-terapia, com seus fundamentos humanistas, existenciais e fenomenológicos, pautada nas perspectivas organísmica e de campo, tem muito a contribuir em prol de uma prática clínica que busca resgatar as potências, os aspectos positivos, a capacidade de se expressar genuinamente e a vitalidade daqueles com quem trabalhamos. (CARDOSO, 2020, p. 233-234)

O sofrimento humano é descrito como uma experiência dotada de sentido, de direção e de significado, a qual se revela na relação inter-humana Francesetti (2019 *apud* Cardoso, 2020). Kleespies (2000) descreve esse

momento como crise, caracterizado pela paralização, na qual o sujeito não consegue utilizar de métodos costumeiros para solucionar seus problemas.

Implementar o plantão psicológico enquanto uma modalidade de atendimento na APAC, possibilitaria que naquele único encontro a dor seja revelada e transformada, abrindo caminho para novas possibilidades e trabalhando com a realidade que evidencia a impossibilidade de realizar psicoterapia de forma contínua a todos que buscam por atendimento psicológico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse trabalho foi efetivado com o intuito de propor a ampliação do serviço de Psicologia ofertado em uma APAC masculina da região metropolitana de Belo Horizonte – MG, percorrendo sobre o sistema prisional enquanto uma instituição total e sua caracterização, fazendo uma interlocução com a Gestalt-terapia e um relato pessoal para propor o Plantão Psicológico.

A prisão é considerada uma instituição total, sendo assim, a APAC se encaixa nas características apontadas por Foucault (1999) e Goffman (2001). Apesar de ser um modelo diferenciado, ela não deixa de apresentar aspectos disciplinares, com rotina rígida, regras e vigilância. Nesse caso, a disciplina tem a intenção de transformar os recuperandos em corpos dóceis, submetidos, utilizados, transformados e aperfeiçoados, que pode ser exemplificado através do lema institucional “ninguém é irrecuperável”. As instituições prisionais podem ser consideradas umas das mais fechadas, devido ao distanciamento que ocorre entre o aprisionado e a sociedade em tempo integral. Embora na APAC os recuperandos detenham as chaves dos portões e das celas, um auxiliando o outro, existe uma equipe dirigente responsável pela instituição.

O sistema prisional convencional brasileiro está fadado ao fracasso, como bem observado por Silva e Pimenta (2014). O mesmo é pautado em

uma dinâmica punitiva e não oferece as condições necessárias para que as pessoas cumpram suas penas com dignidade. O distanciamento de um ou mais membros da família decorrente do encarceramento muda a dinâmica familiar e o apenado passa a viver temporariamente em um ambiente afastado da sociedade. A partir do aprisionamento, questões familiares, econômicas, sociais e psicológicas podem se tornar intensas, ocasionando o sofrimento e adoecimento psíquico dos apenados.

O psicólogo tem um papel importantíssimo no sistema prisional e que não se restringe à elaboração de documentos técnicos. Alguns aspectos da vida humana se transformam em decorrência do encarceramento, e é o acolhimento e a escuta que possibilitam que o atendido explore suas alternativas e seja agente transformador e protagonista da própria vida. O campo co-construído através da relação entre o plantonista e seu cliente, a presença afetiva e genuína e a disponibilidade incondicional, são aspectos cruciais para elevar a potência e os aspectos positivos do atendido.

Os aspectos sociais ligados à exclusão, os desafios financeiros e os aspectos psicológicos podem ser ressignificados através dos atendimentos psicológicos. O Gestalt-terapeuta deve propiciar ao seu cliente a compreensão da totalidade das circunstâncias em que está inserido, ao invés de alimentar os “porquês”. Os atendimentos psicológicos não devem focar em uma relação de causa e efeito, mas na multiplicidade de eventos que organizam o campo. Porém, é utópico pensar que todos os recuperandos conseguiriam ser atendidos na modalidade de psicoterapia com a realidade de apenas uma psicóloga na instituição, atuando duas vezes por semana. Nesse sentido, a proposta aqui formulada, tendo em vista os aspectos abordados, como a concepção de homem a partir de uma visão integrada adotada pela Gestalt-terapia e a crença da APAC de que todo mundo é recuperável, compreende que o trabalho deve ser focado nas possibilidades do recuperando, em sua capacidade de autorregular e de se ajustar criativamente.

O Plantão Psicológico tem características singulares, como atendimento sem agendamento, na maioria das vezes ocorre em um encontro único e quando não é o suficiente, pode ocorrer outro atendimento e se necessário, o atendido é encaminhado para psicoterapia ou para outros profissionais. Diante das particularidades do sistema prisional, essa modalidade de atendimento apresenta-se como uma possibilidade promissora devido as suas características apresentadas ao longo deste trabalho. O Plantão Psicológico, além dos benefícios discutidos anteriormente, pode ter como consequência secundária a possibilidade de abranger um número maior de pessoas atendidas quando pensado na perspectiva quantitativa – uma vez que atualmente os atendimentos em grupo tem sido recusados na APAC, evitando que haja um gargalo de pessoas em espera de atendimento psicológico. É importante ressaltar a necessidade de se trabalhar constantemente os estigmas com relação ao trabalho do psicólogo no sistema prisional, uma vez que o profissional atua para auxiliar no desenvolvimento pessoal e não para prejudicar o apenado judicialmente.

Escrever esse trabalho foi um desafio devido à escassez de estudos sobre a aplicação da Gestalt-terapia no contexto prisional e sobre o Plantão Psicológico Gestáltico, mostrando que são campos que precisam ser explorados para além da psicoterapia, uma vez que a literatura sobre essas temáticas é ainda incipiente, sendo essa uma proposta de formulação de pesquisa futura para expandir os conhecimentos nessas áreas.

REFERÊNCIAS

ALVES, H. G. P., FERREIRA, W. N. B. **Interloquções da abordagem gestáltica no sistema prisional.** In: NASCIMENTO, L. C. S., VALE, K. S. (orgs). Sentidos em Gestalt-terapia: novas vozes, outros olhares. Ponta Grossa: ed. Atena, 2020.

ALVIM, M. B. **Awareness: experiência e saber da experiência.** In: FRAZÃO, L. M., FUKUMITSU, K. O. (orgs). Gestalt-terapia conceitos fundamentais. São Paulo: Summus, 2014. p. 13-30.

AMATUZZI, M. M. **Por uma psicologia humana.** Campinas, SP: Editora Alínea; 2001.

BRASIL. **Lei de execução Penal.** Lei nº 7210 de 11 de julho de 1984.

CABRAL, Y. T.; MEDEIROS, B. A. **A família do preso: efeitos da punição sobre a unidade familiar.** Revista Transgressões: Ciências Criminais em Debate, Natal, v. 3, n. 3, p. 50-72, maio 2014.

CARDOSO, C. L. **Sobre as dores de existir: uma introdução à psicopatologia em Gestalt-terapia.** In: Sofrimento Humano e Cuidado Terapêutico. CARDOSO, C.L; GIOVANETTI, J. P. (orgs). Belo Horizonte: ed Artesã, 2019. p. 75-110.

CARDOSO, C.L. **O plantão psicológico em tempos de pandemia.** In: Olhares da Gestalt-terapia para a situação de pandemia / Organização: ABG – Associação Brasileira de Gestalt-terapia e Abordagem Gestáltica (organizador) – Curitiba : CRV, 2020. 322 p. (Coleção: Vozes em letras, v. 1). Disponível em: < <http://www.fafich.ufmg.br/cepc/wp-content/uploads/2021/02/Livro-ABG-Vozes-em-Letras.pdf>>. Acesso em: 06 de julho de 2021.

CARDOSO, L. F. V.; SILVA, M. V; FREITAS, M. N.C. **O processo de reintegração social de egressos do método de execução penal APAC.** Cadernos de Segurança Pública, [S.L], n. 10, jun. 2014.

CARDOSO, L. F. V. **O trabalho do psicólogo no método de execução penal APAC: desafios e possibilidades.** 2016. Disponível em: < https://www.encontro2016.minas.abrapso.org.br/resources/anais/18/1483844810_ARQUIVO_OTRABALHODOPSIKOLO-

GONOMETODODEEXECUCAOPENALAPAC.pdf>. Acesso em: 26 de julho de 2021.

CIEMA. **Quais países implementam a metodologia APAC, além do Brasil?** Disponível em: <<http://www.fbac.org.br/ciema/index.php/pt/questoes/40-quais-paises-implementam-a-metodologia-apac-alem-do-brasil>>. Acesso em: 26 de maio de 2021.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA [CFP]. **Resolução CFP N° 010/05.** Aprova o código de ética profissional do psicólogo. Brasília: CFP, 2005.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA [CFP]. **Resolução CFP 012/2011.** Regulamenta a atuação da (o) psicóloga (o) no âmbito do sistema prisional. Brasília: CFP, 2011.

DEPEN. **Levantamento Nacional de Informações Penitenciárias.** 2020. Disponível em: <<https://www.gov.br/depen/pt-br/assuntos/noticias/depen-lanca-dados-do-sisdepen-do-primeiro-semester-de-2020>>. Acesso em: 26 de maio de 2021.

FERRAZ, P. **Gestalt-terapia.** In: D'ARCRI, G; LIMA, P; ORGLER, S. (orgs) Dicionário de Gestalt-terapia. São Paulo: ed Summus, 2016. p. 137-139.

FOUCAULT, M. **Vigiar e Punir - História das violências nas prisões.** 20.ed, Petrópolis: ed. Vozes, 1996.

FREITAS, M. F. Q. **Inserção na comunidade e análise de necessidades: reflexões sobre a prática do psicólogo.** Rev. Porto Alegre: Psic. Reflex. Crit. 11 (1), 1998.

GOFFMAN, E. **Manicônios, Prisões e Conventos.** 7.ed. São Paulo: ed.

Perspectiva, 2001.

GRANZOTTO, M; GRANZOTTO, R.L.M. **Fenomenologia e Gestalt-terapia**. São Paulo: ed. Summus, 2007.

GUEDES, A. et all. **A consulta avulsa**. Revista de Gestalt. Nº1, p. 59-65.

IPEA. **Reincidência Criminal no Brasil: relatório de pesquisa**. Rio de Janeiro, 2015. Disponível em: <<https://www.cnj.jus.br/wp-content/uploads/2011/02/716becd8421643340f61dfa8677e1538.pdf>>. Acesso em: 26 de agosto de 2021.

KLEESPIES, P. M. **Behavioral Emergencies and Crises: an overview**. J. clin. psychol. 2000;56(9):1103-1108.

KIYAN, A. M. M. **E a Gestalt emerge: vida e obra de Frederick Perls**. São Paulo: ed. Altana, 2006.

LEMGRUBER, J. **Cemitério dos vivos: análise sociológica de uma prisão de mulheres**. 2ª edição. Rio de Janeiro: ed. Forense, 1999.

LIMA, P. **Psicoterapia e mudança: uma reflexão**. Tese (Doutorado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro (RJ), 2005.

MAHFOUD, M. et al. (org.). **Plantão psicológico: novos horizontes**. 2. ed. São Paulo: Companhia Ilimitada, p. 65-95, 2012.

MAMELUQUE, M. da G. C. **A subjetividade do encarcerado, um desafio para a psicologia**. Psicologia Ciência e Profissão, 26 (4), 620-631, 2006.

MEDEIROS, A. C. Z. de.; SILVA, M. C. S. **A atuação do psicólogo no sistema prisional: analisando e propondo novas diretrizes**. Rev. Transgressões Ciências Criminais em Debate. 2 (1), 100-111, 2014.

MENDONÇA, M.M. **Ajustamento criativo**. In: D'ARCRI, G; LIMA, P; ORGLER, S. (orgs) Dicionário de Gestalt-terapia. São Paulo: ed Summus, 2016. p. 20-22.

PERLS, F. **A abordagem gestáltica e Testemunha ocular da terapia**. 2. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1985.

PERLS, F. **Ego, fome e agressão**. São Paulo: ed. Summus, 2002.

PERLS, F; HEFFERLINE, R e GOODMAN, P. **Gestalt-terapia**. São Paulo: ed. Summus, 1997.

PIMENTA, V. M., SÁ e SILVA, F. **Alternativas à prisão**. 2014, ano II, ed. 82. Disponível em: < https://www.ipea.gov.br/desafios/index.php?option=com_content&view=article&id=3114&catid=> . Acesso em: 26 de agosto de 2021.

RIBEIRO, J. P. **Gestalt-terapia: refazendo um caminho**. São Paulo: ed. Summus, 1985.

RIBEIRO, J. P. **Psicoterapia: teorias e técnicas psicoterápicas**. 2ª Ed. São Paulo: Summus; 2013.

ROSENTHAL, R. W. **Plantão de Psicólogos no Instituto Sedes Sapientiae: Uma proposta de atendimento aberta à comunidade**. In MAHFOUD, M. (Org.). Plantão Psicológico: Novos horizontes, p. 15-28, 1999.

SCHEEFFER, R. **Aconselhamento psicológico: teoria e prática**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 1983.

SOARES, L. L. M. **Plantão Psicológico Gestáltico: a escrita de uma experiência**. 2019. Disponível em:< <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revispsi/article/view/49298/32947>>. Acesso em: 26 de julho de 2021.

- TASSINARI, M. A. **A clínica da urgência psicológica: contribuições da abordagem centrada na pessoa e da teoria do caos.** 2003. 243f. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2003. Disponível em: <http://www.gruposerbh.com.br/textos/teses_doutorado/tese02.pdf>. Acesso em: 6 jul. 2021.
- TAVARES, G. M.; MENANDRO, P. R. M. **Atestado de Exclusão com Firma Reconhecida: o Sofrimento do Presidiário Brasileiro.** *Psicologia: Ciência e Profissão*, 24 (2), 86-99, 2004.
- TELLEGEN, T. A. **Gestalt e grupos: uma perspectiva sistêmica.** São Paulo: ed. Summus, 1984.
- VALOIS, L. C. **Processo de execução penal e o estado de coisas inconstitucional.** Belo Horizonte, ed: D'Plácido, 2019.
- ZAFFARONI, E. R. **Em busca das penas perdidas: a perda de legitimidade do sistema penal.** 5. ed. Rio de Janeiro: ed. Revan, 2001.

10. SAÚDE E TRABALHO: UMA COMPREENSÃO GESTÁLTICA ACERCA DOS PROCESSOS DE SAÚDE E ADOECIMENTO DA PESSOA

Rubens Ferreira Peixoto

Claudia Lins Cardoso

O trabalho, cada vez mais, tem sido uma atividade de grande relevância para o homem. É a essa atividade que grande parte da população dedica, pelo menos, um terço de sua rotina diária. Desde crianças somos levados a ter contato com o mundo do trabalho através das brincadeiras típicas que representam profissões: professor(a), astronauta, policial, etc. Trabalhar pode ser mais que uma atividade pela sobrevivência financeira. Em alguns casos, pode se tornar a atividade central da vida de uma pessoa, aquilo que dá sentido à sua existência e sem o qual ela não se reconhece no mundo.

No presente texto, a proposta foi compreender de que maneira o trabalho pode impactar, positiva ou negativamente, na saúde mental da pessoa, não se referindo apenas às suas influências no campo pessoa-trabalho, mas também aos demais ambientes pelos quais o indivíduo transita. A perspectiva teórica adotada foi a Gestalt-terapia. Dentre todas as possibilidades de compreensão psicológica do sujeito e do mundo, a Gestalt-terapia apresenta-se a mim como a mais pertinente a esse tema, pois contempla o sujeito tanto em suas dimensões física quanto psicológica. O comportamento da pessoa não é interpretado como reflexo de uma instância oculta que governa e nem como uma simples resposta a uma cadeia de estímulos, mas sim como um ato que emergiu no aqui e agora, e a partir de dada relação com o campo na qual ambas as partes, indivíduo e



ambiente, atuaram ativamente para a vivência manifesta. A compreensão humanista da Gestalt-terapia traz o olhar para o potencial positivo da pessoa; coloca-a em posição de crescimento. O adoecimento existe, mas não é o sintoma ou a patologia que será a figura do processo e sim a pessoa como um todo, o que inclui essa perspectiva, mas não se limita a ela.

Inicialmente, será apresentado um breve recorte da fundamentação da Gestalt-terapia que não irá abranger a sua totalidade, mas ater-se-á aos aspectos mais relevantes para a compreensão da presente discussão. Alguns conceitos básicos foram selecionados por serem aqueles que melhor ilustram as temáticas abordadas sendo relacionados com a visão de homem e de mundo da Gestalt-terapia. A seguir, serão apresentados os objetos centrais da discussão, sendo eles os conceitos de saúde e trabalho e suas articulações no campo da pessoa. Por fim, será apresentada uma discussão ilustrada por um caso fictício na qual pretende-se compreender os processos de saúde e adoecimento do sujeito em decorrência do trabalho sob a perspectiva gestáltica. Não é proposta deste texto a discussão sobre o adoecimento laboral, mas sim como o trabalho pode, ou não, impactar na saúde da pessoa, de maneira geral, e não restrita a agravos pontuais.

FUNDAMENTO DA ABORDAGEM GESTÁLTICA

Pertencente ao grupo comumente conhecido como “a terceira força” da Psicologia encontra-se a Gestalt-terapia. Seus primórdios datam do ano de 1951, com a publicação do livro *Gestalt-therapy: excitement and growth in the human personality*, escrito por Frederick Perls, Paul Goodman. O livro foi fruto de um longo período de estudos destes autores que, em conjunto com Isadore From, Laura Perls, Paul Weisz, Sylverter Eastman e Elliot Shapiro, compunham o autointitulado “Grupo dos Sete”. O termo “terceira força” refere-se ao surgimento do movimento das psicologias humanistas, que ocorreu posterior ao behaviorismo e à psicanálise. Sendo concebida, de certa forma, tardiamente, é esperado que a

Gestalt-terapia tenha sofrido influências de várias vertentes, tornando-se “uma síntese coerente de várias correntes filosóficas, metodológicas e terapêuticas, formando uma verdadeira filosofia existencial, uma forma particular de conceber as relações do ser vivo com o mundo” (Ferraz, 2014, p. 226) Tal afirmativa não faz da Gestalt-terapia uma mera articulação de conceitos e teorias pré-existentes, mas sim diz que esta se valeu do conhecimento produzido até então para constituir suas bases e se desenvolver como ciência.

Visão de homem

A compreensão do homem, em Gestalt-terapia é norteada pelos princípios dos movimentos do existencialismo, do humanismo e da fenomenologia. Apresento brevemente as premissas de cada um deles.

Cardoso (2013, p. 47) define o existencialismo como um “conjunto de doutrinas filosóficas cujo tema central é a existência humana em sua concepção individual e particular, tendo por objetivo compreender o homem como ser concreto nas suas circunstâncias e no seu viver, conforme se mostra na realidade.” Diferente dos demais animais, o ser humano não nasce destinado a tornar-se algo, mas a ele são oferecidas diversas possibilidades de ser. Um cachorro será um cachorro ainda que seja criado em meio a porcos, mas isso não ocorre com o homem. Os poucos instintos que possuímos estão presentes unicamente nas fases iniciais de nossa vida e são associados diretamente com a nossa necessidade de sobrevivência durante aquele curto período, por exemplo, o reflexo de sucção que nos permite ser amamentados quando bebês, desaparecendo à medida em que crescemos e tornando-se um ato consciente e voluntário.

Mendonça (2013) o define o movimento humanista como:

Um conjunto de princípios que estabelecem a valorização e a dignidade inerentes à pessoa, independentemente de qual seja sua condição atual no mundo, prescrevendo que cada homem deve ser

tratado por qualquer outro homem e por todas as instituições sociais sob a regência de valores morais como respeito, justiça, honra, amor, liberdade, solidariedade, etc. (p. 69)

A partir do humanismo, o homem passa a ser visto sob uma nova perspectiva, agora não mais centrada em suas dificuldades e faltas, mas em suas potencialidades. Maslow (apud Mendonça, 2013) acreditava que todos os indivíduos possuíam uma força que os conduzia ao prazer e ao sucesso, levando-os a um direcionamento de seu potencial em prol de um objetivo. Reconhecer o homem por suas potências possibilitou o desenvolvimento de uma nova psicologia, em contraponto aos dois modelos predominantes na época: o behaviorismo e a psicanálise. Os primeiros humanistas consideravam que tais abordagens abarcavam apenas uma visão parcial do homem, e não sua totalidade. Por essa razão, segundo Holanda (apud Mendonça, 2013), a psicologia humanista nasce da necessidade de se compreender o homem em sua completude. Uma das críticas discutidas era o foco central das abordagens anteriores nos processos de adoecimento, e não na saúde.

Quanto à fenomenologia, um dos seus principais teóricos é Edmund Husserl (1859-1938). Preocupado em que as práticas vigentes na época abordavam a percepção do mundo através de conceitos prévios da realidade e por mecanismos de interpretação e explicação, Husserl começa a desenvolver seus estudos no estabelecimento de um método investigativo que pudesse se aproximar, ao máximo, da essência da própria coisa em si, evitando qualquer tipo de determinismo. Segundo Rehfeld (2013, p. 21), o autor busca “a princípio, pela epoché (redução eidética e fenomenológica) chegar a um Eu e a um Objeto puros em suas propriedades e essências”, saindo assim do campo das impressões.

Fenomenologia, em seu sentido etimológico, significa o “estudo dos fenômenos”, ou seja, daquilo que é dado à consciência. Logo, há que se tomar certo cuidado com a interpretação do conceito da redução fenomenológica. Atingir um

Eu e um Objeto em suas essências significa colocar a realidade do senso comum entre parênteses, porém a consciência não se ausenta deste campo. Não se pode observar um fenômeno se não há um contato com ele. O que a fenomenologia vem estabelecer são as dimensões desta nova perspectiva de contato.

Husserl (apud Rehfeld, 2013, p. 22) vê a consciência como “uma síntese em fluxo que não tem nenhuma substancialidade, sendo mais uma dinâmica entre Sujeito e Objeto, onde todo ser recebe seu sentido e valor”. Ou seja, a consciência aqui descrita refere-se a um modelo de relação, e não a uma instância psíquica que dará sentido ao mundo a partir de um referencial próprio. Rehfeld (2013) reitera esse aspecto dinâmico da consciência englobando a ele a importância da corporeidade, pois a consciência habita um corpo e é por meio deste corpo que o sujeito se relaciona com o mundo.

Teorias de Base

A Gestalt-terapia abarca as preposições da Teoria de Campo, Teoria Organísmica e da Psicologia da Gestalt.

O homem não habita o vazio, ele existe em algum lugar. Essa existência não é neutra: indivíduo e o meio interagem constantemente em uma troca relacional na qual cada parte influencia e é influenciada uma pela outra. A essa relação entre o homem e seu meio dá-se o nome de campo organismo/ambiente, em Gestalt-terapia.

Proposta inicialmente por Kurt Lewin, a Teoria de Campo, a qual ele prefere nomear de método (apud Rodrigues, 2013), não se trata de um estudo passivo da realidade física e material na qual habitamos, mas sim de uma compreensão e análise das relações estabelecidas entre sujeitos e ambiente. Ainda segundo Rodrigues (2013):

A teoria de campo de Kurt Lewin se propõe a fundamentar a nossa compreensão sobre como o sentido das ações de uma pessoa é algo que

se coaduna à relação dela com seu meio. Segundo essa teoria, meio ou campo referem-se a quando e onde algo pode produzir uma diferença na percepção da pessoa. Além disso, a noção de tempo se apresenta como unidade situacional, com foco no presente, que se articula com os dados a ele anteriores e aponta possibilidades futuras. (p. 91)

Por campo, Lewin considera a dimensão espaço temporal da vida de uma pessoa, onde o contato dessa dimensão física com o sujeito opera mudanças em ambas as partes. (Elídeo, 2014) Não é o ambiente físico o item de interesse da Gestalt-terapia, mas como este aparece na experiência da pessoa. Um mesmo espaço poderá, ao mesmo tempo, constituir um campo saudável para um indivíduo um campo adoecedor para outro. Essas diferenças serão dadas de acordo com a forma pela qual o campo é significado por cada pessoa, o que pode incluir, por exemplo, em como este facilita ou impede a satisfação das necessidades emergentes de cada um.

A Teoria Organísmica foi originalmente proposta pelo neurofisiologista Kurt Goldstein. As teorias anteriores compreendiam os processos de saúde e adoecimento da pessoa pelas partes adoecidas, desconsiderando a totalidade do organismo e das experiências do ser. Goldstein propõe que a observância da totalidade é uma premissa básica para se compreender o funcionamento humano (Alvim, 2014). Dessa forma, a compreensão de qualquer sintoma que acometesse à pessoa deveria levar em conta seu organismo como um todo, e não apenas a parte na qual este se manifesta. Em um sistema complexo regido por leis de funcionamentos próprias, qualquer alteração em uma de suas partes afeta o todo. Alvim (2014) ressalta que corpo e mente compõem essa totalidade, não havendo domínio ou supremacia de uma parte sobre a outra.

Goldstein chamou este novo método de percepção do homem de método holístico, no qual nenhuma experiência deva ser excluída ao se estudar os seres vivos pois, de alguma forma, cada uma delas se relacionam, de alguma maneira, com a totalidade do ser. Quanto à visão de homem, esta se assemelha

à apresentada por Kurt Lewin em sua Teoria de Campo, na qual o sentido da experiência do ser é compreendida a partir da interação deste com outros seres e com o próprio meio (Lima, 2021).

Surgindo no início do século XX, a Psicologia da Gestalt, ou Psicologia das Formas, estabeleceu alguns dos conceitos fundamentais da Gestalt-terapia. Segundo essa teoria, a percepção das vivências psicológicas pode ser associada, de certa forma, a tipos de percepções visuais que, ao mesmo tempo em que se encaixam para descrever os padrões físicos da observação, também o fazem no que se refere às vivências subjetivas.

Uma Gestalt é uma forma, uma configuração, um modo particular de organização das partes individuais que entram em sua composição. A premissa básica da Psicologia da Gestalt é que a natureza humana é organizada em partes e/ou em todos, sendo vivenciada pelo indivíduo nestes termos e só podendo ser entendida em função da relação de uma com a outra. (Perls, 2020, p. 19)

Segundo Frazão (2013), Edgar Rubin teria sido o primeiro autor a propor que a percepção visual se organiza em duas camadas: figura e fundo. Constituirá figura aquele objeto ou vivência de maior relevância em determinado momento, estando as demais partes no plano de fundo. Não é o objeto em si que determina sua posição como figura ou fundo, mas sim sua relevância para o observador. Em uma mesma situação experienciada várias pessoas, cada uma irá perceber sua figura de acordo com aquilo que lhe for mais emergente. Essa premissa constitui um dos conceitos fundamentais da Gestalt-terapia, que será definido com mais detalhes em momento posterior.

Figura e fundo não atuam de maneira isolada. Ainda que nem todos possam assumir a posição de figura simultaneamente, é o conjunto destes elementos que define a gestalt – forma – percebida. O todo dos elementos envolvidos em um campo perceptual difere da percepção individual de seus elementos. A essa premissa denomina-se Qualidade da Percepção. Por exemplo, o presente texto

foi subdividido em tópicos e subtópicos. Estes pequenos textos, organizados da maneira como estão, compõem um todo, relacionam-se entre si e constituem, em conjunto, um determinado sentido. Caso estes fossem desmembrados, a leitura de apenas alguns itens não seria suficiente para a compreensão da ideia geral do trabalho, embora ainda contenham sua própria significação.

Conceitos

A Gestalt-terapia possui diversos conceitos, cada qual com sua importância e com particularidades específicas. Não caberia aqui descrever a todos, portanto, foram selecionadas cinco ideias fundamentais que irão nortear a discussão proposta.

Aqui e Agora

Uma vez que possui como base filosófica a fenomenologia, que explora os fenômenos tal qual se apresentam, o tempo de interesse da Gestalt-terapia é o presente. Passado e futuro não são desconsiderados, mas sim percebidos a partir de sua relação com a vivência atual. A existência do passado manifesta-se a partir de sua relação com o presente, enquanto o futuro nada mais é que uma projeção do tempo atual, uma possibilidade (José e Müller-Granzotto, 2014, p. 28). A Gestalt-terapia não desconsidera que as causas para um sofrimento presente possam ser encontradas no passado ou em uma possibilidade futura, mas é somente no tempo presente que o sujeito é capaz de ser, de existir e de atuar. As influências dessas temporalidades serão abordadas a partir de sua interferência no aqui e agora do indivíduo.

Figura e Fundo

Este é um conceito herdado da Psicologia da Gestalt. Tal conceito pode ser ilustrado ao se observar uma foto tirada de qualquer smartphone da atualidade. Caso, na mesma imagem, existam dois objetos em planos distintos, ou seja, cujas distâncias entre eles e as lentes da câmera possuam uma diferença significativa, um destes elementos constituirá o foco da imagem, e o outro

terá sua forma distorcida, geralmente adquirindo um aspecto borrado. O objeto focado será a figura, enquanto aquele que recebeu menor relevância irá compor o fundo. O foco não necessariamente estará no objeto mais próximo, o fotógrafo pode defini-lo para se ajustar à parte que mais lhe interesse.

Conforme a câmera fotográfica, e até mesmo o olho humano, percebe o mundo por camadas ou planos, assim também o fazemos no que se refere às vivências subjetivas. Enquanto escrevo este texto, o meu foco de trabalho, figura, dá-se em meu computador e nas ideias relativas ao tema que aqui descrevo. Mas, ao mesmo tempo, outras coisas acontecem ao meu redor: ouço os passos dos vizinhos caminhando pelo corredor, o cantar dos pássaros na varanda, etc. A estes e outros eventos de menor relevância no campo em determinado momento denominamos fundo. Figura e fundo não são posições estáticas. Da mesma forma que o foco da câmera pode ser alternado, figura e fundo alternam-se na consciência do sujeito. Enquanto escrevo, se ouço um barulho muito incomum para o ambiente em que estou, é provável que, pelo menos por alguns minutos, deixe o presente trabalho para verificar se algo inusitado aconteceu. Em síntese, a necessidade mais importante para o indivíduo em seu aqui e agora organiza seu comportamento em prol de sua satisfação e, quando esta é atingida, ela cederá o lugar de destaque para a próxima necessidade, e assim sucessivamente (PHG, apud Araújo, 2014)

Contato

Em Gestalt-terapia, contato pode ser definido como uma troca do sujeito com o meio que promove mudança, “um intercâmbio entre o indivíduo e o ambiente que o circula” (Silveira, 2014, p. 90) Esse contato não se dá de maneira passiva, sujeito e campo se afetam e se transformam mutuamente a partir da experiência em conjunto.

Todo contato ocorre em um limite que, em Gestalt-terapia, chama-se fronteira. A fronteira é o espaço entre o indivíduo e o meio, no qual as experiências de cada um irão se encontrar e onde a mudança pode acontecer. A fronteira

do contato pode ser comparada a uma membrana celular. Nossas células possuem membranas semipermeáveis, ou seja, elas são capazes de selecionar quais tipos de proteínas serão absorvidas e quais serão rejeitadas. Da mesma forma, a fronteira pode tornar o contato com o meio mais fácil ou mais difícil dependendo da situação, o que varia de indivíduo para indivíduo. Por ser seletivo, PHG (apud Silveira, 2014, p. 91) afirma que o contato “é a formação de uma figura de interesse contra um fundo ou contexto do campo organismo/ambiente.”

Ajustamento criativo

No contato entre o indivíduo e o meio, as necessidades e possibilidades de ambos se chocarão. Nesse processo, ambas as instâncias sofrerão transformações para que, assim, possam continuar tendo suas necessidades atendidas. A esse movimento de adaptação chamamos de ajustamento criativo. É através desse ajustamento que o indivíduo consegue assegurar sua sobrevivência e seu crescimento, atuando de maneira ativa no meio em que se encontra (Mendonça, 2014, p. 23).

Todo contato é ajustamento criativo. Silveira (apud Mendonça) esclarece que o termo “criativo” se refere ao fato de que esse contato não se constitui de uma mera internalização pelo indivíduo daquilo que seu meio lhe apresenta, mas ambos se transformam mutuamente, influenciando e sendo influenciado um pelo outro.

Em uma forma de ajustamento saudável, o indivíduo será capaz de perceber suas novas necessidades e sentir-se-á apto a realizar movimentos que irão contemplá-las. Já em um processo de ajustamento disfuncional, este poderá não se dar conta de suas novas necessidades e, portanto, não conseguir estabelecer um bom contato com o meio; ou pode até percebê-las, mas sentir-se impotente de operar as mudanças necessárias.

O ajustamento criativo, assim como a maioria dos pressupostos da Gestalt-terapia, é um processo dinâmico. O que foi ajustado no aqui e agora pode

não contemplar as necessidades de um momento posterior. É preciso estar sempre atento quanto a formas de ajustamentos que podem ter se tornado cristalizadas, impedindo que o fluxo continue a ocorrer e podendo tornarem-se processos adoecidos.

Homeostase e Autorregulação Organísmica

Alvim e Ribeiro (2005, p. 214) definem o conceito de homeostase como “a capacidade de um organismo de manter um estado de equilíbrio dinâmico, ou seja, um estado de movimento, de troca entre sistemas que busca manter um equilíbrio relacional básico entre todas as partes”. A autorregulação organísmica é o processo pelo qual o organismo busca a homeostase, de acordo com as novas figuras emergentes e características do campo. Em Gestalt-terapia, homeostase não significa apenas um retorno ao ponto de equilíbrio anterior, mas sim a busca de um novo equilíbrio, respeitando sempre as circunstâncias do aqui e agora.

O organismo possui tanto necessidades psíquicas quanto fisiológicas, e ambas, de acordo com a Teoria Organísmica, precisam ser compreendidas em conjunto, e não isoladas. Cada uma contém partes da outra e somente pela harmonia do todo, o organismo poderá atingir um novo ponto de equilíbrio (Perls, 2020).

SAÚDE E TRABALHO

Conceito Geral de Saúde

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social”, e não apenas como a ausência de doenças. A expressão completo bem-estar, usada nessa definição, pode tornar esse conceito, de certa forma, limitante, e até mesmo utópico. Seria possível um sujeito, em determinado momento de sua vida, atingir um estado de completo bem-estar físico, mental e social?

O grande diferencial nesse conceito é a ampliação do que abrange saúde, não mais reproduzindo um modelo médico-biológico no qual essa é associada unicamente à ausência de agravos clínicos. Ao incluir também o bem-estar mental e social, o corpo físico deixa de ser o objeto único de cuidado e o sujeito emerge, passando a ser observado como um todo, em suas dimensões física, psíquica e relacional. A questão nesse conceito, observando as considerações de Segre (1997), encontra-se no uso do termo *completo bem-estar*.

Toda ciência precisa de critérios para avaliar seus métodos e resultados. Se considerarmos que o conceito da OMS deva ser para uso geral, como seria possível avaliar um estado de completo bem-estar que se aplicasse igualmente a todas as pessoas? Sentir-se bem é uma avaliação pessoal; fatores que, para um indivíduo, serão indicadores de um estado de bem-estar, para outros poderão ser geradores de sofrimento. E ainda, o uso da palavra completo na expressão pode pressupor uma ausência total e absoluta de qualquer sofrimento ou desajuste, portanto, uma pessoa em uma crise pontual de seu cotidiano deixaria de ser considerada saudável.

Levando em conta as particularidades de cada indivíduo, as dimensões física, mental e social, conforme citação da OMS, apresentariam diferenças significativas de uma vivência para outra, logo, se o conceito de saúde for determinista, considerar um grupo de pessoas como saudável implicaria em, automaticamente, taxar outros grupos como não-saudáveis. Sabe-se que algumas pessoas são acometidas por agravos clínicos crônicos particulares que podem ter como causa diversos fatores: condições genéticas, fatalidades, má alimentação, condições sociais precárias, etc. Tais pessoas, vez ou outra, encontrar-se-ão em situações de desconforto físico e mental. Mesmo não cabendo a elas a resolução de tais eventos, e não se enquadrando na definição de completo bem-estar, tais sujeitos seriam permanentemente categorizados como não saudáveis, embora aquela seja a realidade que lhes é possível.

Na dimensão relacional, as diferenças são ainda mais evidentes. O homem, por ser um ser social, transita por diversos ambientes e relaciona-se com incontáveis grupos, influenciando e sendo influenciado por eles. Como seria possível

avaliar um completo bem-estar social? Por esse pressuposto, uma mãe solteira que precisa deixar seus filhos aos cuidados de terceiros para trabalhar e sustentá-los, e estando em sofrimento com essa dinâmica familiar, não seria considerada uma pessoa saudável. Um trabalhador insatisfeito com a atividade que executa e com a convivência em seu ambiente profissional também não poderia ser considerado saudável, pois não apresenta uma condição de completo bem-estar. Tais exemplos ilustram que, na tentativa de ampliar o conceito de saúde como algo para além da ausência de doenças, o que de fato aconteceu foi um deslocamento de ideias. Saúde passa a não ser entendida como ausência de patologias, mas sim como ausência de sintomas.

E por perceber essa lacuna nas possibilidades de interpretação do conceito trazido pela OMS, Segre (1997) em seus estudos, sugere uma atualização da leitura do conceito de saúde como sendo “um estado de razoável harmonia entre o sujeito e sua própria realidade” (p. 542): razoável, pois a realidade não é estática, mas sim dinâmica, e as diferentes reações a cada vivência não são necessariamente indicativas de desequilíbrio ou ausência de bem-estar, mas compreendem as singularidades de cada sujeito; harmonia, pois pressupõe relação, vínculo, uma possibilidade de ser entre o sujeito e o seu meio, permitindo-o momentos de não-bem-estar sem deixar de concebê-lo como um sujeito saudável; e, por fim, referir-se à própria realidade de cada pessoa torna-a sujeito e protagonista de sua própria história. A mãe solteira e o trabalhador dos exemplos ilustrados anteriormente, sob essa nova visão, poderiam ser consideradas pessoas saudáveis, pois dentro da história particular de cada uma delas, as organizações relacionais citadas podem ser o ponto de harmonia que lhes foi possível atingir naquele momento.

Os Processos de Saúde e Doença em Gestalt-terapia

A revisão conceitual anteriormente descrita aproxima-se mais do olhar gestáltico sobre o conceito de saúde. Em Gestalt-terapia, saúde e doença são concebidos como processos dinâmicos, ou seja, formas particulares do organismo

significar sua existência física e subjetiva, processo este que ocorre por constantes trocas entre o organismo e o meio em que se encontra (Fukumitsu et. al. 2009, p. 174). Um processo saudável será vivenciado por um sujeito que apresente certa facilidade em seu desenvolvimento, crescimento e manutenção de seus processos vitais em equilibrada sintonia com o ambiente. Esse processo ocorre quando há fluidez no processo de formação de figura e fundo, sendo cada necessidade respeitada e atendida conforme a sua urgência e emergência.

O percurso descrito acima pode ser atravessado por fatores dificultadores que levam ao processo de adoecimento. Frazão (2014, p. 122) define o conceito de doença dentro da Gestalt-terapia como sendo “uma perturbação nos processos vitais de uma pessoa diante de situações que representam risco para ela”, risco este que levará em conta os sistemas de suporte individual que cada sujeito possui para enfrentá-los. Já Holanda (1998, p. 41) define o processo de adoecer em Gestalt-Terapia, como uma “desarmonia relacional, seja com o mundo em geral, seja consigo mesmo”, lembrando que o corpo é parte do sujeito, logo, quando o autor usa o termo “desarmonia”, não se refere apenas à relação subjetiva do homem com seu meio, mas também da relação física de seu corpo com este. Há duas possibilidades da ocorrência do adoecimento a partir dos processos de formação de figura e fundo. Em um deles, haverá a cristalização da figura, ou seja, uma necessidade ou evento irá recusar-se a deixar a posição de figura, consumindo grande parte do foco da consciência do sujeito e impedindo que outras necessidades possam ser contempladas. Em uma segunda hipótese, poderá não ocorrer a formação da figura, o que irá bloquear a percepção do sujeito quanto às suas necessidades. Em adição, Alvim e Ribeiro (2005) relacionam outros conceitos gestálticos a esse processo:

O conceito de autorregulação na Abordagem Gestáltica funciona com base na ideia de ajustamento criativo que proporciona homeostase e está intrinsecamente relacionado à questão da satisfação de necessidades. A homeostase é o processo por meio do qual o indivíduo satisfaz suas necessidades. Quando o processo de homeostase falha

em uma certa intensidade, quando o organismo permanece num certo estado de desequilíbrio por muito tempo e não é capaz de satisfazer suas necessidades, ele está doente. (p. 212)

Sendo a Gestalt-Terapia uma abordagem humanista, esta compreende o sujeito a partir de suas potencialidades. O ser doente, então, somente poderá ser compreendido a partir de seu ser sadio, uma vez que esta é sua constituição fundamental, e o adoecimento nada mais é do que a privação deste de seu modo sadio e nato de ser (Forghieri, apud Holanda, 1998, p. 41). Porém, não se trata de uma mera inversão de polaridades, o foco não deixa simplesmente de ser a doença para se tornar a saúde, pois ambos são processos vivenciados por um sujeito que sente. O objeto central da avaliação gestáltica nos processos de saúde e adoecimento será a experiência e a relação do sujeito com tais eventos.

Um processo de adoecimento é detectado pela presença de sintomas, que são reações ou manifestações do sujeito que não se faziam presentes em seu ser sadio. Frazão (2014) descreve os sintomas como tentativas de o organismo adaptar-se ao ambiente diante das novas condições impostas a este, sejam estas internas ou externas. Logo, os sintomas não são inimigos do sujeito, mas sim uma forma de experienciar, é o processo de ajustamento criativo se manifestando. O sintoma é a linguagem corporal e subjetiva, é a maneira que o organismo encontra para comunicar algo que se passa, seja no mundo interno ou externo. Um fator complicador durante esse processo ocorre quando o sintoma é calado precocemente e sem a devida investigação. Nessa situação, a mensagem por ele transmitida pode não ser compreendida, o que pode acarretar o agravamento de algum processo que continue a ocorrer, porém agora, de maneira silenciosa: uma dor de cabeça recorrente pode ser indicar o início de algum quadro de maior gravidade; a ansiedade e a insônia podem estar relacionadas a uma rotina estressante. Esse movimento pode ser associado ao imediatismo vivido na contemporaneidade pela sociedade, no qual as soluções mais rápidas são comumente mais acessadas, independentemente de serem as mais adequadas.

O Trabalho e a Pessoa

O trabalho sempre ocupou um lugar significativo na vida e na identidade do sujeito. Borsoi (2007) o descreve como sendo um momento significativo dentre vários outros na vida do indivíduo, o que lhe garante também um lugar no mundo dos afetos. Não se trata apenas da atividade desempenhada ou do produto criado, mas também do sentido que estes possuem na vida do sujeito. Em alguns casos, pode-se observar certa relação de devoção da pessoa com seu trabalho, o que remete à laços similares aos estabelecidos com as entidades religiosas (Alvim, 2006).

Ao conhecer uma nova pessoa, uma das primeiras perguntas que se costuma fazer é a clássica “o que você faz?”, referindo-se a que tipo de atividade aquela pessoa desempenha. A atividade profissional acompanha a identidade do sujeito, complementa-a, revela algo do seu lugar na sociedade, referenciando-a em um contexto coletivo. Considerando uma jornada comum de oito horas diárias de trabalho, cerca de um terço do tempo da rotina de uma pessoa adulta é dedicado à atividade profissional, se não mais, o que não significa que o trabalho seja sempre uma atividade prazerosa. Desde a adolescência, somos preparados para o mercado de trabalho. Juntamente com as transformações corporais características da puberdade, surgem as dúvidas e possibilidades quanto ao tipo de emprego que se deseja possuir. Inicialmente, é comum que essa escolha passe por um campo lúdico que, aos poucos, é enriquecido com detalhes mais realistas como remuneração, status social e as possibilidades oferecidas naquele campo. É através do trabalho que a maioria da população obtém os subsídios para satisfazer suas necessidades, desde as mais básicas para a sobrevivência àquelas diretamente ligadas ao conforto, prazer e bem-estar.

Borsoi (2007) ilustra em três pontos o ingresso de um indivíduo no mundo do trabalho. O primeiro deles é a própria sociedade. A expressão “custo de vida” é um termo de uso comum, que representa o valor monetário necessário para que um indivíduo possa sobreviver, com certa dignidade, em determinado local. Para se pagar por este custo, é necessário um rendimento, que geralmente dar-se-á

através do trabalho. Portanto, ingressar, no mercado de trabalho nem sempre será uma escolha, mas sim como e quando fazê-lo, o que nos leva ao segundo ponto destacado pelo autor. O ingresso no mercado de trabalho pode ocorrer bem no início da adolescência. Tal fase da vida, já característica pelas grandes transformações corporais e descobertas de mundo, pode se tornar um início precoce à vida adulta, englobando responsabilidades e deveres que ofuscam as vivências esperadas para este período. Por fim, no terceiro ponto, o indivíduo já se encontra ingresso na malha do trabalho, passando a estruturar sua rotina, seu espaço físico, suas relações e diversos outros aspectos da vida em torno deste. Não é mais o trabalho que serve ao homem, mas o homem que serve ao trabalho.

Sendo uma atividade diretamente ligada à subjetividade e à condição humana, o sujeito irá se deparar com diversos tipos de vínculos desenvolvidos entre trabalhadores e suas atividades. Heloani e Capitão (2003) afirmam que “não é raro encontrar pessoas que, por uma condição de sua psicodinâmica interna, possuem a propensão a trabalhar em excesso e a divertir-se muito pouco; outras, pelo contrário, passam os dias a divertirem-se; outras ainda não conseguem fazer nem uma coisa nem outra” (p. 102). Em outras palavras, enquanto alguns utilizam-se em excesso de sua jornada de trabalho – seja por fuga, necessidade ou simplesmente prazer – outros já não conseguem incorporar essa faceta da organização social em suas rotinas. Atualmente, sabe-se que tanto o trabalho quanto o lazer, em proporções adequadas, são necessários para um funcionamento psíquico saudável do sujeito. Ainda sobre essa dicotomia de relações acerca da atividade profissional, os mesmos autores continuam sua reflexão comparando o trabalho a um complexo monstruoso que possui, ao mesmo tempo, o potencial tanto de alavancar o sujeito ao sucesso quanto de levá-lo a um abismo. Sobre essa dualidade, Dejours (apud Borsoi, 2007) classifica a experiência do indivíduo com o trabalho como equilibrante, quando este permitir ao sujeito a expressão de seu desejo e ocupar um lugar de sentido; ou fatigante, quando o indivíduo não conseguir obter de sua tarefa nenhum sentido para além da remuneração, o que pode se tornar um fator de grande sofrimento psíquico.

O “fruto do trabalho”, ou seja, o resultado proveniente do ato de trabalhar, geralmente dá-se por um produto físico ou serviço prestado. Logo, esse produto ou serviço torna-se um representante das forças que o sujeito empregou para executá-lo (Heloani e Capitão, 2003), estabelecendo um vínculo identitário direto entre produto e produtor: um médico será referência pelo tipo de atendimento que presta a seus pacientes; um marceneiro será conhecido pela qualidade das peças que produz; um político será mencionado pelas ações que executa na competência que lhe cabe, etc.

Gestalt-terapia e Trabalho

Em Gestalt-terapia, o trabalho é concebido como um dos ambientes do campo organismo-ambiente, relação que está em constante mudança a partir das influências que cada parte – pessoa e trabalho – exercem uma sobre a outra (Souza, 2013). Este campo não se refere apenas ao espaço físico no qual ocorre o contato, mas sim à experiência relacional entre as partes envolvidas. Ribeiro (apud Alvim e Ribeiro, 2006) evidenciam o aspecto “vivo” do trabalho, ou organização, que também se constitui de um sistema que pensa, sente e se move de maneira distinta de seus componentes. Os mesmos autores ainda propõem a compreensão das organizações como um macrocampo que é composto de outros micro campos:

(...) organização é um campo organizado e qualquer mudança no sistema o afetaria como um todo. A empresa seria vista como um grande campo unificado, um espaço vital para/no/do mundo e composta por diversos outros campos: um campo geobiológico, um campo sócioambiental, um campo psicoemocional e um campo sacro-transcendental. Descrevemos o que cada um desses elementos significa dentro do contexto da vida organizacional: (Alvim e Ribeiro, 2006, p. 208)

Da mesma forma que as pessoas, as organizações também possuem necessidades a serem satisfeitas. No trabalho, a cada colaborador é destinado

um cargo ou função específico. Nesta posição, o trabalhador irá exercer determinada atividade cujo objetivo será a satisfação de algumas das necessidades da empresa para a qual presta serviço. A necessidade da organização é figura para ela, mas pode não ser para o trabalhador. Nesse contato entre trabalhador e trabalho, um processo saudável será vivenciado quando for possível encontrar um ponto de equilíbrio entre a satisfação das necessidades do trabalho e do trabalhador (Alvim e Ribeiro, 2005). Ainda segundo os mesmos autores, a busca desse ponto de equilíbrio pode ser compreendida através de processos de autorregulação e ajustamento criativo.

Propõe-se aqui que o processo de autorregulação organizacional também seja um tipo de ajustamento criativo. A organização precisa adaptar-se e se utilizar de um senso de criatividade para manipular o meio e satisfazer suas necessidades. O processo de autorregulação ocorre na relação indivíduo-organização-mundo, mediado pelo self organizacional, sua cultura. As mudanças são permanentes, se vistas como processos naturais que decorrem da inter-relação dinâmica entre os principais subsistemas de influência: subculturas, contraculturas e coalizões externas à organização, que vão provocando ciclos de surgimento e satisfação de necessidades – o processo de autorregulação. (Alvim e Ribeiro, 2005, p. 213)

Coabitando o mesmo campo relacional, como propõe a teoria organísmica, qualquer fenômeno que afete uma das partes envolvidas afetará o sistema como um todo. Por vezes, o profissional psicólogo é chamado a realizar intervenções nas organizações nas quais torna-se figura apenas o produto da atividade exercida, buscando classificar e avaliar o trabalhador com base em critérios pré-determinados (Souza, 2013). Um profissional cuja visão fique limitada à pessoa poderá interpretar baixos resultados como produtos de desmotivação, falta de habilidades ou competências do trabalhador. Tal afirmativa até pode ser verdadeira, mas há que se observar também as demais variáveis presentes no campo, como as condições de trabalho oferecidas, as



relações hierárquicas e demais particularidades que se fizerem presentes (Ribeiro, 2007).

DISCUSSÃO: O CASO DE MARIA

Para ilustrar a presente discussão, apresento-vos o caso fictício de Maria, criado unicamente com o objetivo de se observar, em um campo prático, como os processos descritos nos capítulos anteriores podem se manifestar. O foco da análise será o campo relacional de Maria com seu trabalho, mas para uma melhor contextualização, será apresentado um breve histórico de vida, o qual não será discutido para além do objetivo do presente texto.

Maria tem 35 anos e é a enfermeira chefe de um hospital. Assim que concluiu o ensino médio, Maria dedicou-se aos estudos para ingressar em uma faculdade federal, uma vez que sua família não dispunha de boas condições financeiras para custear seus estudos. Escolheu a melhor faculdade da sua região e, durante dois anos, estudou dia e noite até conquistar seu objetivo. Ingressa na faculdade aos 20 anos e conclui seu curso aos 25.

Durante seu período na graduação, Maria estabeleceu fortes vínculos com professores e orientadores, sempre se destacando por sua competência e dedicação. Participou de várias atividades extracurriculares, ingressou em estágios nos mais diversos campos e sempre fez planos para o pós-curso.

Concluída a graduação, buscou oportunidades de trabalho utilizando-se dos vínculos que havia construído na faculdade. Uma de suas professoras a recomendou para um hospital de referência na região. Maria foi aceita e, após sentir certa estabilidade no trabalho, buscou imediatamente duas especializações, sendo uma em Cuidado Hospitalar e outra em Gestão de Saúde.

Aos 30 anos, Maria foi promovida a enfermeira chefe do hospital, título que lhe trazia muito orgulho. Compartilhou com toda a família sua conquista



e, graças ao aumento da remuneração, passou a dar-lhes maior conforto, embora eles nunca a tivessem pedido nada. Tendo conquistado o respeito e admiração da equipe, não teve problemas em sua gestão no que se refere às relações interpessoais. Havia criado um canal aberto de comunicação pelo qual todos os seus colaboradores sentiam-se à vontade para acessá-la sempre que necessário. Maria era, inclusive, procurada por médicos residentes que buscavam orientação sobre a realização de determinados procedimentos.

Até aqui, observa-se que o trabalho de Maria ocupava um lugar de destaque em sua vivência, conforme a proposição de Borsoi (2007). Por ter origem em uma família de classe baixa, Maria sentia-se desacreditada por seus familiares e amigos, tendo a necessidade de provar sua capacidade, tanto para os outros quanto para si mesma. Portanto, o reconhecimento profissional é figura para Maria, situação que permanece por um considerável período nessa posição. Segundo as considerações de Alvim e Ribeiro (2005), até o presente momento, Maria vivenciava um processo saudável pois, através do seu contato com o meio profissional, satisfazia suas necessidades de reconhecimento e de remuneração e, ao mesmo tempo, contemplava as necessidades do hospital ao prestar um serviço de qualidade e que atendia as expectativas de seus superiores. Ambas as partes se encontravam em equilíbrio.

Após quatro anos de chefia no mesmo hospital, Maria foi transferida para outro hospital da mesma rede, porém em outro município. A decisão foi tomada por seus superiores e ela apenas foi informada do fato; não houve discussão ou acordo. Maria ocuparia o mesmo cargo neste outro hospital e com a mesma remuneração. Pensou em questionar os motivos da transferência, mas, com receio de conflitos, decidiu respeitar a decisão e apenas cumpri-la. Precisou deixar a cidade onde residia, uma vez que o outro município era consideravelmente distante e não havia a possibilidade do deslocamento diário para o trabalho. Seria a primeira vez que Maria residiria em uma localidade tão distante de sua família.

Novamente, observa-se a relevância do trabalho para Maria. Ciente de que estaria privada da companhia de sua família e amigos, ainda sim mantém como objeto principal de sua decisão a carreira profissional. Ela tinha duas escolhas: ir para o outro hospital ocupar o cargo que lhe foi oferecido, ou buscar outro emprego na mesma cidade para se manter fisicamente próxima das pessoas com quem tinha vínculos. Não há escolha certa ou errada, ambas provocariam mudanças. Uma vez que no trabalho encontrava-se realizada financeira e pessoalmente, optou pela mudança. Observa-se, aqui, a manifestação da terceira fase de incorporação do mundo do trabalho proposta por Borsoi (2007), quando este passa a se tornar o referencial principal da vida, em torno do qual as demais instâncias irão se encaixar.

O novo ambiente de trabalho era muito diferente do anterior. Maria acreditava que, por se tratar de hospitais da mesma rede, sequer notaria a mudança para além do ambiente físico, pois já estava familiarizada com todos os procedimentos-padrão. Mas foi surpreendida. Descobriu que a mudança entre as chefias ocorreu na maioria dos hospitais da rede e para atender questões pessoais dos administradores. Diante disso, viu-se ocupando o lugar de uma enfermeira muito querida na atual instituição e que acabara demitida. Sua entrada no novo hospital foi associada, pela equipe, à saída da antiga colega, o que levou a movimentos hostis dos colaboradores para com Maria.

O trabalho de uma enfermeira chefe, dentro dessa rede hospitalar, dá-se mais na gestão da equipe e dos processos administrativos referentes ao cuidado do que no próprio fazer prático de uma enfermeira. Maria não era adepta dessas tarefas. No primeiro hospital em que trabalhou, pelo vínculo que havia estabelecido com a equipe, ela delegou a maioria destas tarefas a pessoas da sua confiança e passava mais tempo acompanhando a equipe no dia a dia com os pacientes, estando sempre envolvida, direta ou indiretamente, nos processos de cuidado. Isso não aconteceu após sua transferência.

Com algumas semanas, Maria percebia grande dificuldade em acessar sua equipe, sendo por vezes hostilizada, inclusive publicamente. Na busca de implantar seu antigo modelo de gestão naquela instituição, encontrou diversos desafios. As tarefas burocráticas acumulavam-se cada vez mais e a cobrança por resultados de seus superiores era recorrente. Descobriu que, para fins administrativos, não era suficiente que o hospital possuísse excelência em cuidado se não pudesse comprovar isso através de dados e relatórios, documentos cuja elaboração era atribuída a Maria. Tendo inicialmente delegado essas tarefas à equipe, como o fazia na instituição anterior, ela se depara com uma série de erros pelos quais era responsabilizada, uma vez que se tratava de atribuições do seu cargo. A equipe multidisciplinar do cuidado era inacessível, Maria sequer tinha conhecimento das reuniões e discussões de caso que havia. Ao tentar o contato, recebia ofensas e dizeres do tipo “isso não é sua função” ou “você vai receber o relatório das informações necessárias, não precisa estar conosco o tempo todo”. Certa vez, ao tomar conhecimento de uma conduta que considerava inadequada pela médica residente, foi até ela para oferecer suporte, como o fazia antes, mas acabou por ser humilhada e pedida que “se limitasse à sua função”.

Observa-se que o novo contexto de trabalho de Maria provocou um grande desequilíbrio do que, até então, ela havia construído. Maria ainda recebia a mesma remuneração, uma vez que, embora a prática se mostrasse diferente, o cargo que ocupava era o mesmo. Com tal remuneração, mesmo morando em outro município, conseguia ter uma estabilidade financeira que a permitia continuar ajudando seus familiares e viver com certo conforto material. Porém, como acompanhado pela sua trajetória, a satisfação financeira não era a única figura para Maria. Suas necessidades afetivas, de reconhecimento profissional e de liberdade no fazer de seu cargo agora não mais eram atendidas. Em contrapartida, Maria também não mais supria as necessidades do hospital, que eram diferentes do seu local de trabalho anterior. O campo organismo-ambiente encontrava-se em desequilíbrio, pois as figuras de cada

parte encontravam-se cristalizadas em um modo de satisfação anterior às mudanças ocorridas e, devido a isso, o processo de autorregulação orgânica não ocorria de maneira saudável. Buscava-se um retorno ao equilíbrio anterior, desconsiderando o aspecto dinâmico do conceito de homeostase.

Maria investiu muita energia em seu trabalho. Era através dele que buscava realizar grande parte de seus desejos, profissionais e pessoais. Muitos vínculos foram criados no decorrer de sua trajetória, mas, com a interferência de um evento inesperado, todo esse campo precisaria ser ressignificado. Diante de todo esse contexto, cada vez mais dedicava seu tempo livre a colocar em dia as tarefas pendentes, diminuindo assim o contato com a equipe com quem trabalhava. Já não mais se levantava disposta pela manhã para ir trabalhar, tampouco esperava pelos dias de folga, pois era nesse tempo que realizava muitas das atividades burocráticas. Esforçava-se cada vez mais para conseguir entregar um resultado satisfatório e obter melhorias no seu departamento, mas tal processo estava cada vez mais desgastante. Não via sentido nas atividades que desempenhava. O excesso de tempo dedicado ao trabalho levou Maria a investir menos no autocuidado: já não se alimentava adequadamente nem dormia o suficiente. Tornaram-se frequentes episódios de taquicardia e hiperventilação.

Depois de muitas recomendações de seus familiares, Maria decide buscar auxílio terapêutico. Jorge, seu psicólogo, proporcionou a ela um espaço aberto, livre de julgamentos e interpretações, no qual Maria pôde estabelecer um contato mais íntimo consigo mesma. E nesse diálogo com o próprio ser, Maria compreendeu o sentido que havia estabelecido para seu trabalho, longe de ser apenas uma fonte de remuneração. Percebe que seu fazer profissional foi um dos ajustamentos criativos que realizou para, ao mesmo tempo, satisfazer mais de uma de suas necessidades: a financeira e a afetiva. Para além disso, via como êxito do trabalho a fluidez do serviço, e isso era percebido ao acompanhar as etapas de tratamento de seus pacientes. Novas figuras passam a emergir a partir

dos questionamentos do terapeuta, por exemplo: o fato de que ela não realizasse o trabalho administrativo no hospital anterior não significa que este não existia, menos ainda que este não fosse importante. Ela só poderia prestar a assistência de qualidade à sua equipe e a seus pacientes uma vez que toda a documentação estivesse em dia. Da mesma forma, observou que nenhuma queixa relacionada ao cuidado oferecido por sua equipe no atual emprego chegava até ela, ou seja, o fato de não participar ativamente das intervenções não as tornava menos efetivas. Tais reflexões convidavam Maria a se questionar sobre o que ela realmente estava buscando no trabalho, e o quão rígida havia se tornado a figura de sua gestão anterior. Identificou que, para além da remuneração, gostava da interação com a equipe e com os pacientes, uma vez que este era o ambiente no qual passava a maior parte do tempo e que também estabelecia seus vínculos afetivos. O mesmo ambiente não necessariamente precisaria atender a todas as suas necessidades ao mesmo tempo: isso uma vez foi possível, mas no campo atual, novas variáveis precisariam ser consideradas.

Após algum período de psicoterapia, Maria conseguiu se adequar às novas especificidades da sua função e, uma vez que tais tarefas estivessem em dia, encontrava tempo e espaço disponível para realizar outras propostas que considerasse pertinentes. Ao mesmo tempo, tornou-se voluntária em uma casa de repouso da cidade e, sempre que possível, ia até a instituição prestar assistência aos asilados. Uma vez encontrando prazer em seu fazer enfermeira, optou por manter também seu cargo de gestora, pois a remuneração era satisfatória. Maria tornou-se consciente de que sua vivência atual era fruto de escolhas que ela mesma havia feito no passado. O impacto inicial de sua transferência ao novo hospital foi ressignificado e o contato com a equipe melhorou gradativamente. Ambas as partes vivenciaram este encontro a partir de experiências pregressas: Maria com sua bagagem da antiga gestão e a equipe com o luto da saída da colega anterior. Somente a partir da experiência fenomenológica do aqui e agora, um novo ponto de equilíbrio pode ser encontrado por ambas as partes.

Pelo exemplo acima, observa-se que o adoecimento de Maria ocorreu quando o novo ambiente não mais atendia às necessidades que eram supridas pelo campo anterior. As dificuldades na formação de novas figuras emergentes do fundo de sua história pessoal levaram-na a uma percepção limitada do novo campo. Em contrapartida, as circunstâncias do campo não foram favoráveis à sua chegada. Nenhuma das partes estava certa ou errada, mas encontravam-se em um esquema de ajustamento prévio que não mais atendia às novas necessidades. Conforme a Teoria Organísmica, qualquer mudança em uma das partes afeta o todo. Maria foi essa parte para a o hospital, e o hospital para Maria. Quando o contato entre as partes pode ser realizado fenomenologicamente, novos ajustamentos criativos passaram a se manifestar e um novo ponto de equilíbrio foi cocriado na relação organismo-ambiente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo influências de diversas abordagens teórica e filosóficas de origem anterior, a Gestalt-terapia surge com uma nova proposta: compreender o ser humano como uma totalidade, que pode sim ser constituído por diversos outros sistemas, mas cuja percepção deva se dar pela sua completude, e não a partir da visão isolada de seus microssistemas. Inclui também, nessa compreensão, a importância do mundo externo, ambiente, pois é neste que a pessoa existe, se relaciona, e o contato de ambas as partes é o que gera mudanças e compõe o campo organismo-ambiente. De certa forma, contempla a importância dos estímulos do meio, proposta pelo behaviorismo, e o aspecto subjetivo da psicanálise, criando um diálogo entre meio e homem e no qual nenhuma das partes é mais importante que o todo relacional composto por elas. Ao compreender o homem através de seu ser sadio, torna-o figura principal, seja de um processo terapêutico ou de um estudo de caso, como foi o presente texto, uma vez que o centro da compreensão é o ser adoecido, e não o adoecimento em si.

O trabalho, assim como a maioria das organizações sociais, passou por diversas mudanças ao longo dos anos. Em cada momento histórico, este retrata os valores e características daquela época. Na atualidade, observa-se em torno deste um grande investimento afetivo. Não mais se trata de apenas uma atividade voltada para a sobrevivência, mas há também um grande aspecto subjetivo envolvido. O trabalho é uma das características que compõem a identidade da pessoa, seja para si mesma, seja para os outros. Há todo um movimento social em torno da atividade profissional, para a qual somos preparados desde os anos escolares iniciais. Devido a todo esse contexto, atualmente existem órgãos reguladores das atividades profissionais, por exemplo, a Justiça do Trabalho. Tais órgãos surgiram diante da necessidade de se regulamentar as práticas trabalhistas vigentes no país, incluindo a dimensão da saúde no contexto. Tendo a atividade profissional toda essa relevância na vivência do sujeito, naturalmente há que se pensar que tais processos possam ser vividos de maneira saudável ou adoecida.

A Gestalt-terapia ilustra, através do caso fictício apresentado, a individualidade da experiência. Maria vivenciou a mudança de seu ambiente profissional para outro de maneira adoecida devido às cristalizações das figuras de ambas as partes em estágios de satisfação anteriores. Sua experiência é particular e diz da relação dela com aquele meio. Outra pessoa, em seu lugar, poderia ter uma experiência diferente e saudável desde o princípio. Maria viveu um desequilíbrio em seus processos de formação de figura, mas ao mesmo tempo provocou também um desequilíbrio no ambiente em que ingressara. Foi necessária a percepção das particularidades de ambas as partes para que um novo ponto de equilíbrio fosse encontrado. Assim, o processo de ajustamento criativo pode se manifestar, considerando o aqui e agora do contato. Novamente, resalto o aspecto característico daquela relação organismo-ambiente. A solução encontrada diz respeito da relação de Maria com aquele ambiente, e não significa que possa ser aplicada de maneira saudável de forma generalizada.

Há muito o que se considerar nas relações de trabalho segundo a percepção Gestáltica. Pelo exemplo de Maria, observa-se que o ponto de encontro saudável entre organismo e ambiente deu-se através da percepção de ambas as partes, considerando suas potências e limitações. Não houve julgamentos ou busca por culpados: Maria estava insatisfeita em seu novo trabalho, no início, e o ambiente também estava insatisfeito. A relação quase religiosa com o trabalho, exemplificada por Alvim (2006), é muitas vezes reforçada pela sociedade, que ao mesmo tempo associa o trabalho com sobrevivência e busca de prazer. Mas nem sempre será possível obter ambos ao mesmo tempo e, talvez nem necessário. A pessoa circula por diversos ambientes e pode estabelecer diferentes tipos de relações, nutrindo-se de cada um com aquilo que lhe é oferecido, enquanto também o nutre com aquilo de que dispõe. A consciência daquilo que se busca em cada ambiente pode ser o diferencial entre a vivência de um processo saudável ou adoecido.

REFERÊNCIAS

- ALVIM, Mônica Botelho. A relação do homem com o trabalho na contemporaneidade: uma visão crítica fundamentada na gestalt-terapia. *Estud. pesqui. psicol.*, Rio de Janeiro, v. 6, n. 2, p. 122-130, dez. 2006. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812006000200010&lng=pt&nr=iso>. acessos em 17 jul. 2021.
- _____. Teoria Organísmica, Organismo, Campo Organismo-Ambiente. In: D'Arci, G.; Lima, P.; Orgler, S. (Org.) *Dicionário de Gestalt-Terapia*. 2ª ed. São Paulo: Summus, 2014 (p. 377-380)
- ALVIM, M. B.; RIBEIRO, J. P. Contato, self e cultura organizacional: uma abordagem gestáltica. *Rev. Psicol. Org. Trab.*, Florianópolis, vol. 5, nº 2, 2005, p. 197-225.

ARAÚJO, M. G. C. Figura e Fundo. In: D'Arce, G.; Lima, P.; Orgler, S. (Org.) Dicionário de Gestalt-Terapia. 2ª ed. São Paulo: Summus, 2014 (p. 194-198)

BORSOI, I. C. F. Da relação entre trabalho e saúde à relação entre trabalho e saúde mental. *Psicol. Soc.*, Porto Alegre, v. 19, n. spe, p. 103-111, 2007. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-71822007000400014&lng=en&nrm=iso>. access on 11 May 2021. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-71822007000400014>.

CARDOSO, C. L. A face existencial da Gestalt-terapia. In: FRAZÃO, L. M.; FUKUMITSU, K. O. (Org.) Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas. 1ª ed. São Paulo: Sumus, 2013 (p. 47-58)

CARDOSO, H. F.; BAPTISTA, M. N.; SOUSA, D. F. A.; JÚNIOR, E. G. Síndrome de burnout: análise da literatura nacional entre 2006 e 2015. *Rev. Psicol., Organ. Trab.*, Brasília, v. 17, n. 2, p. 121-128, jun. 2017. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572017000200007&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 28 maio 2021.

ELÍDIO, H. Teoria de Campo. In: D'Arce, G.; Lima, P.; Orgler, S. (Org.) Dicionário de Gestalt-Terapia. 2ª ed. São Paulo: Summus, 2014 (p. 373-376)

FERRAZ, P. Gestalt-Terapia. In: D'Arce, G.; Lima, P.; Orgler, S. (Org.) Dicionário de Gestalt-Terapia. 2ª ed. São Paulo: Summus, 2014 (p. 226-230)

FRAZÃO, L. M. Psicologia da Gestalt. In: FRAZÃO, L. M.; FUKUMITSU, K. O. (Org.) Gestalt-terapia: fundamentos

epistemológicos e influências filosóficas. 1ª ed. São Paulo: Sumus, 2013 (p. 78-89)

_____ Doença, Saúde e Cura. In: D arci, G.; Lima, P.; Orgler, S. (Org.) Dicionário de Gestalt-Terapia. 2ª ed. São Paulo: Summus, 2014 (p. 120-124)

FUKUMITSU, K. O.; CAVALCANTE, F.; BORGES, M. O cuidado na saúde e na doença: uma perspectiva gestáltica. Estud. pesquis. psicol., Rio de Janeiro , v. 9, n. 1, abr. 2009 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812009000100014&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 22 abr. 2021.

HELOANI, José Roberto; CAPITAO, Cláudio Garcia. Saúde mental e psicologia do trabalho. São Paulo Perspec., São Paulo , v. 17, n. 2, p. 102-108, June 2003 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-88392003000200011&lng=en&nrm=iso>. access on 18 May 2021. <https://doi.org/10.1590/S0102-88392003000200011>.

HOLANDA, A. Saúde e doença em Gestalt-Terapia: aspectos filosóficos. Estud. psicol. (Campinas), Campinas , v. 15, n. 2, p. 29-44, 1998 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X1998000200002&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 12 abr. 2021.

JOSÉ, M.; MÜLLER-GRANZOTTO, R. L. Aqui e Agora. In: D arci, G.; Lima, P.; Orgler, S. (Org.) Dicionário de Gestalt-Terapia. 2ª ed. São Paulo: Summus, 2014 (p. 27-31)

LIMA, P. V. A. Teoria Organísmica. Disponível em <https://www.igt.psc.br/Artigos/teoria_organismica.htm> Acesso 24 jul. 2021

MENDONÇA, M. M. A psicologia humanista e a abordagem gestáltica.

In: FRAZÃO, L. M.; FUKUMITSU, K. O. (Org.) Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas. 1ª ed. São Paulo: Sumus, 2013 (p. 60-76)

----- Ajustamento criativo. In: D arci, G.; Lima, P.; Orgler, S. (Org.) Dicionário de Gestalt-Terapia. 2ª ed. São Paulo: Summus, 2014 (p. 21-24)

PERLS, F. S. A Abordagem Gestáltica e testemunha Ocular da Terapia. Rio de Janeiro: GEN, 2020, 2ª ed.

REHFELD, A. Fenomenologia e Gestalt-terapia. In: FRAZÃO, L. M.; FUKUMITSU, K. O. (Org.) Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas. 1ª ed. São Paulo: Sumus, 2013 (p. 19-25)

RIBEIRO, J. P. O ciclo do contato: temas básicos na abordagem gestáltica. São Paulo: SUMMUS, 2007.

RODRIGUES, H. E. Relações entre a teoria de campo de Kurt Lewin e a Gestalt-terapia. In: FRAZÃO, L. M.; FUKUMITSU, K. O. (Org.) Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas. 1ª ed. São Paulo: Sumus, 2013 (p. 91-113)

SEGRE, M. O conceito de saúde. Rer. Saúde Pública. Vol. 31, nº 5, p. 538-542. USP, 1997.

SILVEIRA, T. M. Contato. In: D arci, G.; Lima, P.; Orgler, S. (Org.) Dicionário de Gestalt-Terapia. 2ª ed. São Paulo: Summus, 2014 (p. 90-92)

SOUZA, F. B. O papel do psicólogo nas organizações de trabalho: contribuições da gestalt-terapia. Ver. IGT na Rede, Rio de Janeiro, vol, 10, nº 19, 2013, p. 305-320.

11. SAÚDE MENTAL E ATENÇÃO PSICOSSOCIAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES: CONTRIBUIÇÕES DA DASEINSANALYSE

Lívia Maria Maia Mendonça

Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista

As práticas relacionadas à loucura no Brasil remontam ao século XIX, no qual encontramos os hospitais psiquiátricos como centralizadores dos tratamentos oferecidos ao “doente mental”. O primeiro hospital psiquiátrico brasileiro data de 1852 – o Hospício D. Pedro II – e após sua criação, várias outras instituições psiquiátricas foram construídas ao longo de todo território nacional (CCMS, s/d).

Ao modelo de atenção centrado no manicômio chamamos modelo hospitalocêntrico, médico-centrado ou asilar. O protagonista dessa cena é o médico psiquiatra, que é o detentor do saber sobre a “doença mental”. Aos olhos do alienista, isolada em um hospital especializado, a “doença mental” poderia ser melhor visualizada e após destrinchadas suas etapas de evolução, buscava-se a cura. O que se observou dentro desta perspectiva, entretanto, foram longas internações, processos de exclusão social, o silenciamento de subjetividades e sofrimentos adicionais, ocasionados pela institucionalização e pela perda dos laços sociais (Yasui, 2010).

O modelo asilar começa a ser questionado no fim da década de 1970, quando trabalhadores ligados ao movimento sanitário, associações de familiares, sindicalistas e pessoas com longo histórico de internações psiquiátricas

começam a se organizar coletivamente em torno do Movimento dos Trabalhadores da Saúde Mental (MTSM), denunciando as mazelas e formas indignas de “tratamento” envolvidas nas longas internações psiquiátricas (Brasil, 2005; Lobosque, 2020). Este processo ocorre juntamente com um rebuliço cultural e social e uma organização política de vários setores da sociedade que, enfrentando a ditadura militar, propiciou o processo de redemocratização do país na década seguinte (Lobosque, 2020).

A reforma psiquiátrica e o movimento da luta antimanicomial brasileiros foram fortemente influenciados pela reforma psiquiátrica italiana, que tem no psiquiatra Franco Basaglia, um de seus mais expressivos líderes. Basaglia se ocupava em compreender as relações entre o adoecimento e a sociedade, dando ênfase às perspectivas filosóficas, antropológicas, sociológicas e históricas. A partir disso, participou de grupos de estudos com outros jovens psiquiatras que se uniram às tentativas de desinstitucionalização presentes na Itália (Perotti, Holanda & Mariotti, 2020).

Dentre as ideias que influenciaram o pensamento basagliano está presente a fenomenologia de Husserl, de onde o psiquiatra concebe ‘a doença entre parênteses’, ponto relevante para a estruturação de um novo paradigma epistemológico (Araújo & Evangelista, 2021). Além da suspensão dos *a priori* psiquiátricos sobre o “doente mental”, Basaglia propôs novas categorias para se chegar à compreensão do sofrimento mental, como o conceito de “duplo” da doença mental, caracterizado como as manifestações do sofrimento decorrente do processo de institucionalização e que, na visão da psiquiatria tradicional, compunham o conjunto de sintomas decorrentes da patologia mental em si. Dessa forma, o psiquiatra pode propor a ‘desinstitucionalização’, caracterizada não apenas como o fechamento de leitos em hospitais psiquiátricos, mas a superação do poder psiquiátrico que estabelecia relações objetificantes e violentas com os pacientes a partir de categorizações abstratas de doença mental (Araújo & Evangelista, 2021).

Através das ideias de Basaglia, como alternativa ao manicômio, é proposto um outro modelo de cuidado: a atenção psicossocial, que representa uma ruptura com o paradigma psiquiátrico ao procurar desmontar o conceito de doença e retomar o contato com a existência e o sofrimento do sujeito. “O objetivo não é mais a cura, mas a produção de vida, de sentidos, de sociabilidade e de espaços coletivos de convivência” (Yasui, 2010, p. 20).

No Brasil, o primeiro serviço substitutivo ao hospital psiquiátrico data de 1987 na cidade de São Paulo, o Centro de Atenção Psicossocial Prof. Luiz da Rocha Cerqueira. Outras experiências surgiram na mesma época, como a criação dos núcleos de atenção psicossocial (NAPS) na cidade de Santos, os centros de convivência na cidade de São Paulo e muitas outras ações que traziam em seu bojo a insatisfação com o destino oferecido até então às pessoas em sofrimento mental, além do objetivo de repensar as relações estabelecidas entre a sociedade e a loucura (Yasui, 2010). Nesse interim, o projeto de lei da reforma psiquiátrica tramitou no Congresso Nacional 12 anos, sendo aprovado apenas em 2001 através da Lei Federal 10.216, a qual “dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadores de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental” (Brasil, 2004, p. 17).

Políticas públicas específicas para a atenção à saúde mental de crianças e adolescentes entraram tardiamente na agenda política brasileira, apenas no século XXI (Couto & Delgado, 2015). As razões para isto podem ser encontradas em um contexto mais amplo, que envolve a história do pensamento da psiquiatria em torno da infância e em pormenores relacionados às questões da infância no Brasil.

Cirino (2015) apontou três períodos epistemológicos distintos relacionados à história da psiquiatria infantil com base nos estudos realizados por Paul Bercherie (2001). O primeiro período compreende os primeiros 75 anos do século XIX, nos quais acreditava-se que a criança não possuía um “eu” estável, estando, dessa forma, imune às alterações persistentes. Além disso,

prevalencia a ideia de que as doenças apenas causariam às crianças distúrbios de desenvolvimento, afetando sua inteligência. Daí os estudos relacionados ao retardamento mental e as correlatas classificações de debilidade, imbecilidade e idiotia (Cirino, 2015).

O segundo período vai de 1880 até 1930 e “se caracteriza pelas tentativas dos psiquiatras de encontrar, na criança, as síndromes mentais descritas nos adultos” (Cirino, 2015, p. 22). Um exemplo desta época são os estudos referentes à “demência precocíssima” (Bercherie, 2001, *apud* Cirino, 2015, p. 22). O que caracteriza esses dois primeiros períodos é a ideia de que debruçar-se sobre a compreensão da criança não tem um fim em si mesmo, sendo que a criança é entendida unicamente como um adulto em potencial (Cirino, 2015).

O terceiro período compreende a década de 1930 e se estende até os dias atuais. Compreende a criança como detentora de uma existência e racionalidade próprias. Além disso, observa-se a inversão da lógica de pensamento anterior: agora a criança é a chave para a compreensão do adulto, principalmente ao se considerar a influência de ideias psicanalíticas sobre a clínica psicopatológica infantil (Cirino, 2015).

No contexto brasileiro, dentre os fatores que contribuíram para que as questões relativas à saúde mental das crianças e adolescentes ficassem esquecidas ou relegadas a um segundo plano, estão a grande quantidade de dificuldades referentes ao adulto, a não diferenciação do tratamento ofertado ao público adulto e infantil, principalmente por se considerar a clínica psiquiátrica da criança como uma reprodução da clínica do adulto, o entendimento de que as clínicas e escolas para os “retardados” responderiam a todos os problemas mentais da infância e a escassez na difusão de saberes sobre as especificidades da clínica com crianças e adolescentes (Campos, 1992, *apud* Brito, 2004). Ademais, as práticas educativas e psicológicas baseavam-se em um caráter ortopédico em torno do comportamento da criança. Soma-se a isso a fragmentação do atendimento em clínicas filantrópicas e conveniadas,

o que dificultava a construção de uma rede de serviços voltada para o cuidado da infância e adolescência (Brito, 2004).

As crianças no Brasil império e nos primeiros anos da República participavam do cotidiano das instituições psiquiátricas, notadamente precário, muitas vezes misturadas aos adultos e sujeitas a situações de “promiscuidade”. Em 1903, buscando extinguir essa situação, foi criado o Pavilhão-Escola Bourneville para Crianças Anormais, em uma ala específica para as crianças no Hospício Nacional de Alienados no Rio de Janeiro (Dias & Passos, 2017). O nome do pavilhão fazia referência a um médico francês cujo método de tratamento era a educação, que orientou as práticas executadas naquele espaço. Após a lotação e a ampliação do pavilhão Bourneville, houve a construção de pavilhões similares para crianças e adolescentes em outras partes do território nacional, todos obedecendo à íntima relação estabelecida entre a psiquiatria e a educação, objetivando a normalização dos corpos e comportamentos (Dias & Passos, 2017).

Segundo Dias e Passos (2017), o enclausuramento e a “manicomialização” das crianças e adolescentes ocorreram em instituições diversas, não se restringindo às internações em hospitais psiquiátricos. Casas de correção, escolas de reforma, educandários e presídios eram os destinos das crianças e adolescentes considerados menores abandonados e desvalidos e representaram a institucionalização da infância e adolescência no Brasil em sua maior parte. Essas instituições podem ser consideradas como integrantes da lógica manicomial, à medida que o manicômio pode ser pensado como “toda referência conceitual e ideológica produzida pela psiquiatria” (Dias & Passos, 2017, p.65) ou “como toda e qualquer lógica que se impõe sobre a vida do outro, desconsiderando qualquer rastro de subjetividade” (Dias & Passos, 2017, p. 65).

O direcionamento tutelar, disciplinar e amparado na institucionalização perdurou durante as oito primeiras décadas da República. Atualmente,

existe outro, muito diferente, o qual considera a criança e adolescente como sujeitos de direitos, amparado pelo princípio da proteção à infância e adolescência, tendo como norteador o cuidado em liberdade (Couto & Delgado, 2015). A transformação na concepção da infância ocorreu graças a alguns marcos importantes: a Convenção Internacional sobre os Direitos da Criança, realizada pela Organização das Nações Unidas (ONU) em 1989, da qual o Brasil foi signatário; e a promulgação, no Brasil, do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) em 1990, que alterou sua condição jurídica de “menor” para sujeito de direitos e substituiu a doutrina da situação irregular pela da proteção integral (Couto & Delgado, 2015).

No âmbito da saúde mental, a lei 10.216/2001 e a III Conferência Nacional de Saúde Mental foram marcos importantes no que diz respeito à institucionalização da saúde mental pautada em bases territoriais e ao início das discussões em torno da saúde mental de crianças e adolescentes (Couto & Delgado, 2015). A III Conferência, que ocorreu em dezembro 2001, diferentemente das duas anteriores, priorizou discussões acerca da saúde mental infanto juvenil e convocou o Estado brasileiro a dar respostas sobre as questões relacionadas às crianças e adolescentes com sofrimento mental, considerando-os como “sujeitos psíquicos e de direitos” (Couto & Delgado, 2015, p. 22).

Em 2002, surge a primeira legislação que engloba os centros de atenção psicossocial infanto juvenis (Brasil, 2004). Tais dispositivos compõem o conjunto de serviços substitutivos ao hospital psiquiátrico. São dispositivos de bases territoriais e comunitárias, que constroem o cuidado em liberdade e organizam a atenção psicossocial de crianças e adolescentes onde estão inseridos, de modo a construir um cuidado intersetorial (conjuntamente com a educação, assistência social, cultura e esferas jurídicas) característica importante do cuidado na saúde mental de crianças e adolescentes (Couto & Delgado, 2015).

Considerar as crianças e adolescentes como sujeitos de direitos fez com que fossem reconhecidos aspectos fundamentais do cuidado à sua saúde de forma integral. As crianças e adolescentes

(...) guardam em comum com todos que partilham a condição humana o fato de terem histórias de vida e experiências particulares, serem atravessados pelos enigmas da existência, sofrerem, transtornarem-se e poderem expressar de diferentes maneiras seu transtorno, mal-estar ou sofrimento intenso. São sujeitos plenos, portanto, que podem se desenvolver, socializar, aprender, mas também serem atravessados por enigmas e vicissitudes subjetivas, inerentes à sua condição humana (Couto & Delgado, 2015, p. 21-22).

Os autores ainda defendem que, como seres passíveis de sofrimento e adoecimento mental, as crianças e os adolescentes têm o direito de serem cuidados sem que as práticas fiquem reduzidas “à correção, normalização ou adaptação de comportamentos” (Couto & Delgado, 2015, p. 22).

O QUE É O CAPSI E ONDE ELE SE INSERE

Os centros de atenção psicossociais (CAPS) são serviços estratégicos de saúde de caráter comunitário e aberto, substitutivos aos hospitais psiquiátricos, formados por equipes multiprofissionais, que realizam um trabalho sob a ótica interdisciplinar. Podem ser do tipo I, II e III, de acordo com o grau de complexidade. Atendem prioritariamente os casos de maior gravidade e os momentos de crise, oferecendo a permanência-dia (modalidade intensiva de tratamento, na qual a pessoa passa o dia no serviço), sendo que os CAPS III oferecem também a hospitalidade noturna. Alguns são CAPS-AD destinados às pessoas que fazem uso prejudicial de álcool e outras drogas e há também os CAPSi para crianças e adolescentes.

O CAPSi em que atuo está localizado em um município do interior de

Minas Gerais, localizado a aproximadamente 55 Km da capital, Belo Horizonte. Localiza-se próximo ao centro da cidade, funcionando de segunda à sexta-feira, das 8:00 às 18:00h. A equipe de trabalho é composta por profissionais de diferentes formações: 5 psicólogas, 2 psiquiatras, 2 psicopedagogas, 1 enfermeira, 1 assistente social, 1 terapeuta ocupacional e 1 fonoaudióloga, 3 assistentes administrativos, 1 vigia e 1 auxiliar de serviços gerais.

O CAPSi tem a função de oferecer atendimento às crises relacionadas à saúde mental infanto juvenil e orientar o cuidado da rede de atenção psicossocial (RAPS) das crianças e adolescentes do município. Esse é o desenho principal do nosso trabalho. Entretanto, como forma de apresentá-lo de maneira mais detalhada, farei a opção por descrever o cotidiano de nosso serviço, que transcende as portas do CAPSi e se constrói a cada dia.

A ARQUITETURA DO CUIDADO

O CAPSi em nada se parece a um hospital. Sua arquitetura é mais próxima à de uma casa, dividida em dois pavimentos. O primeiro possui uma ampla entrada e suas paredes estão coloridas com pinturas confeccionadas por adolescentes que utilizam o serviço em uma oficina de grafite, o que alterou o aspecto local, tornando-o mais convidativo e mais “vivo”. Dentre os grafites presentes nas paredes, o que mais me chama a atenção é o que mostra uma construção que possui uma grande janela, na qual uma criança está debruçada, olhando para seu interior. A imagem que a criança vê ao olhar para dentro não é a do interior de uma construção qualquer, como era de se esperar: móveis, pessoas ou paredes. O que ela vê é um céu azul com nuvens e a sigla “CAPS” saindo da janela em forma de balões flutuantes. Curiosa imagem que entrelaça o interior e o exterior, e estático e o movimento, borrando suas fronteiras e que me remete à ideia de que o CAPSi é uma janela capaz de abrir e reconhecer possibilidades de ser-no-mundo.

Adentrando o CAPSi há a recepção para onde há passagem para salas de atendimento, banheiro e cozinha. Alguns artesanatos ficam expostos para venda e há gibis para as crianças manusearem ou ler. A recepção extrapola a função de um mero aguardar pelo atendimento. Ali, encontros e relações são estabelecidos entre os aqueles que utilizam o serviço, quando se reúnem para colorir ou brincar. No andar de baixo é possível utilizar computadores, assistir a filmes e documentários, relaxar e até tirar um cochilo no sofá entre uma atividade e outra. Existe a sala de permanência-dia, muito utilizada para a realização de artesanatos e oficinas em grupo, que dá acesso à horta do CAPSi, espaço ao ar livre, onde realizamos atendimentos, atividades, oficinas, plantamos e colhemos nossos chás e hortaliças.

Todos os espaços mencionados são de livre acesso aos às crianças e adolescentes que frequentam o CAPSi. A circulação de pessoas dentro de um CAPS, como bem apontou Lobosque (2003), nunca se dá pela busca em vigiar, mas, sim, por uma atribuição importante do nosso trabalho: fazer companhia. Dessa forma, muitos atendimentos não necessitam de um *setting* clínico tradicional para acontecer. Eles ocorrem no espaço informal da cozinha, acompanhado por um café com queijo ou enquanto realizamos a atividade de cuidar da horta, por exemplo.

Em alguns momentos, o CAPSi tem uma atmosfera agitada e de intensa circulação de pessoas. Não são raras as vezes em que já fui interrompida por João¹, que chegou logo cedo já querendo mostrar as alianças que comprou para a sua namorada ou chamar para realizar um passeio no centro, a fim de comprar ingredientes para fazer um bolo em uma oficina de culinária. Ou ainda Júlia, que entra na sala para mostrar que chegou ao serviço e quer logo ser atendida, pois já se passaram alguns minutos de seu horário de atendimento. Às vezes, precisamos mudar de salas, pois George não consegue ser atendido em

1 Os nomes utilizados neste trabalho são fictícios.

nenhuma das salas de baixo e gentilmente algum colega nos cede algum outro espaço. As interrupções fazem parte do trabalho e responder à demanda ou justificar não poder realizá-la naquele momento são construções que realizamos dia a dia.

Existem algumas pessoas que frequentam o CAPSi continuamente e são conhecidos por todos no serviço. Algumas passam o dia todo no CAPSi, em decorrência de algum sofrimento ou vulnerabilidade maior em determinado período. Outras vêm e voltam para suas casas, participando de atendimentos ou de oficinas pontualmente.

Os nossos usuários são crianças, adolescentes, suas famílias e seus laços próximos. São adolescentes como Maria, que após abusos ocasionados por uma pessoa próxima, tem frequentes pensamentos de suicídio e já efetuou algumas tentativas de se matar. Ou como Guilherme, que após várias mortes em sua família (pai, mãe, irmã...) teve que assumir muitas responsabilidades, mesmo aos 13 anos de idade. Ou João, que está às voltas com o que irá lhe acontecer quando fizer 18 anos e tiver que sair do abrigo para adolescentes onde se encontra atualmente, devido à perda dos vínculos familiares após a morte de seu pai. Ou Joaquim, atualmente com 13 anos e usuário de substâncias desde os 6 anos de idade, com vivências de muitas violações durante sua vida. Estarão conosco aquelas crianças cujo choro fica incontrolável e que não conseguem comunicar o que está acontecendo, adolescentes que estão com dificuldades para dormir, aqueles que não conseguem se alimentar ou tomar banho, ou aqueles que não param de falar um minuto sequer, por exemplo.

Esta população não reúne apenas uma vasta gama de sintomas que poderão ou não desencadear quadros clínicos graves; reúne também e principalmente, crianças e adolescentes diferentes entre si (como sempre são crianças e adolescentes), com seus modos de ser, suas histórias, seus vínculos, seus estilos, seus medos, desafios e possibilidades. Alguns são mais tímidos, outros

mais extrovertidos, alguns gostam de desenhar, pintar ou brincar com argila, outros conversam sobre *Minecraft*, *Free Fire* ou os *youtubers* do momento. “Trata-se de promover um convívio entre estas pessoas e as que cuidam delas, sem violência, negligência ou abandono” (Lobosque, 2003, p. 27). Eu acrescentaria, com ajuda de Binswanger: trata-se de estar junto de nossos parceiros de existência, compartilhando projetos de mundo e co-construindo possibilidades junto a eles e suas famílias.

TUDO COMEÇA NO ENCONTRO

O CAPSi se configura como um serviço de “porta aberta”. Essa expressão tem diversos significados. Em primeiro lugar, “porta aberta” se contrapõe ao modelo de segregação e controle, comuns às instituições asilares, nas quais eram frequentes o isolamento e a presença de grades e muros. Outro significado importante e ligado ao primeiro refere-se à facilidade de acesso do usuário ao serviço. Atualmente, a equipe do CAPSi dispõe de profissionais para realizar atendimento às pessoas no momento em que elas nos procuram, sem a necessidade de encaminhamentos ou agendamentos prévios. O primeiro contato do usuário com o serviço ocorre através do chamado “acolhimento”, que, de forma simples, consiste em um plantão em que um profissional fica disponível para escutar as pessoas que estão chegando ao serviço pela primeira vez e responder às suas necessidades.

Segundo o dicionário Houaiss, formato online, os sinônimos para acolhimento são: “1: ato ou efeito de acolher; acolhida, acolho 1.1: maneira de receber ou de ser recebido; recepção, consideração 1.2: abrigo gratuito; hospitalidade 1.3: local seguro; refúgio, abrigo.” Observando os significados da palavra acolhimento podemos compreender que o ato de acolher contém em si uma postura ética daquele que acolhe. Essa postura é a de receber, dar atenção e ouvidos a quem nos procura.

O acolhimento acontece em um momento muito singular: as crianças e os adolescentes geralmente estão passando por situações delicadas, permeadas por sofrimentos diversos. Na maioria das vezes, não foram eles que escolheram estar ali, foram levados ao CAPSi por familiares, encaminhados pelo conselho tutelar, dispositivos da assistência social ou escolas. A pessoa que acolhe tem, portanto, uma dupla tarefa: escutar aquele ponto que foi responsável pelo acesso da criança ou adolescente ao serviço e realizar a escuta da criança ou do adolescente. Muitas vezes existem conflitos, o adolescente não quer estar naquele espaço por medo de ser considerado doido ou as crianças não sabem os motivos de estarem ali, demonstrando uma não preparação prévia e reforçando a ideia de que à criança falta uma capacidade para dar conta de si e do que lhe acontece. O trabalho consiste neste primeiro momento em construir um vínculo com a criança ou adolescente e suas famílias.

Se o profissional tem diante de si a dupla tarefa de escutar, à criança e ao adolescente cabe a tarefa de transformar a demanda que vem de fora (família, escola) em algo próprio. Essa tarefa só pode ser concretizada de fato, se eles encontram aquela postura de recepção, de dar atenção e levar em consideração o que eles têm a dizer (ou mostrar no caso de crianças que não falam). É a partir do encontro que o vínculo entre o profissional que acolhe e a criança e o adolescente pode se constituir.

Os fundamentos teóricos desse encontro entre o profissional e a criança ou adolescente originam-se em uma abordagem existencial, a partir da daseinsanalyse, a qual concebe o ser humano como ser-no-mundo e ser-com-os-outros, indeterminado e por isso, um ser de possibilidades. Dessa forma, o profissional que acolhe a pessoa assim que ela chega ao CAPSi deve receber a criança ou o adolescente de modo a não objetificá-los e sim recebê-los como um “parceiro-ser-aí”, ou parceiro da existência, com o qual propiciará o compartilhamento de seu mundo.

A partir deste encontro intersubjetivo que acontece no acolhimento será construído o modo como o acompanhamento irá se estabelecer. O CAPSi dispõe de diferentes formas de atenção e cuidado e novas formas estão sempre sendo buscadas e até mesmo inventadas para construir um cuidado que responda a cada criança ou adolescente singularmente, de forma a propiciar a descoberta de novos sentidos, pertencimentos e ampliação de possibilidades de vida.

O conceito-ferramenta (Yasui, 2010) que utilizamos para efetivar esse cuidado consiste no projeto terapêutico singular. Antes de abordar este tema, apresento, a seguir, a experiência de ser criança e ser adolescente a partir da *daseinanalyse*, de modo a presentificar um pouco dos seus modos de ser-no-mundo.

A criança e o adolescente e seus mundos

A infância é concebida tradicionalmente a partir do olhar do adulto (Oliveira, Rosa & Freitas, 2017), através de teorias desenvolvimentistas, que descrevem habilidades, comportamentos e aquisições esperadas ao longo do crescimento. A infância assim descrita é apreendida por sua condição de transitoriedade, significando uma passagem para a vida adulta ideal, esta sim definida como a etapa final e completa do desenvolvimento humano. De acordo com Cytrynowicz (2018), nas teorias de desenvolvimento “as crianças são consideradas como um estado inicial psicológico, físico ou mental que deverá ser superado na perspectiva de um bom crescimento” (p. 29). Desta forma, a criança é reconhecida, comumente, a partir do que ela ainda não é ou do que ela tem que deixar de ser, não se constituindo uma totalidade.

Da mesma forma, a maioria das teorizações acerca da adolescência está relacionada a determinações ora biológicas, ora sociais (Freire, 2007). A adolescência é conhecida como uma fase de desenvolvimento localizada entre a infância e a idade adulta, na qual ocorrem intensas transformações corporais, psíquicas e relacionais. Reconhecida também, a partir do século XX, como fase

de tensões e tempestades, a adolescência foi caracterizada como tempo de instabilidades emocionais e desequilíbrios, ocasionados por transformações endócrinas. Por conseguinte, os adolescentes tiveram e ainda têm seus questionamentos e a busca por novos valores desqualificados, sendo interpretados como secundários ou consequentes à sua instabilidade interna (Freire, 2007).

As perspectivas tradicionais da psicologia construíram conhecimentos sobre a infância e a adolescência, delimitaram etapas para a aquisição de habilidades, descreveram processos cognitivos e teorias explicativas acerca dos comportamentos e condutas infanto-juvenis, fornecendo critérios de avaliação para classificar essas condutas como normais ou patológicas. Entretanto, perguntas fundamentais, que se referem às experiências infantis compreendidas a partir das próprias crianças e adolescentes – Quem são? Como vivem? O que podem e o que não podem ser? – ainda carecem de respostas. Estas perguntas não podem ser respondidas apenas por teorias formuladas por conhecimentos gerais acerca do humano (Cytrynowicz, 2018).

Tempo e Desenvolvimento Humano

Para compreender os modos possíveis de ser criança ou de ser adolescente, é necessário, em primeiro lugar, compreender o existir humano, ou, em outras palavras, a condição humana. De acordo com Cytrynowicz (2018), “ser criança não constitui uma ‘essência’ diferente do existir humano. (...) A existência na infância deve ser compreendida a partir dos mesmos fundamentos do existir na adolescência, maturidade ou envelhecimento” (p.101).

A existência humana possui um caráter indeterminado, isto é, o Dasein está aberto e dirigido às possibilidades que lhe são apresentadas. Sob esta ótica, o ser humano não está acabado, está sempre se formando à medida em que se relaciona com o mundo e com os outros. Dirigido para o futuro, o Dasein já é também suas possibilidades. Desta forma, “a criança é sempre inteira, vive

o seu tempo em sua totalidade e já se mostra na completude de sua existência” (Cytrynowicz, 2018, p. 101). Ao mesmo tempo em que a criança é uma totalidade, ela traz consigo o anúncio de um horizonte de possibilidades. Não é necessário esperar que ela cresça para compreender suas aspirações, seus medos e os seus sentidos próprios. “O advir de seu futuro e a formação de seu passado começam a ser constituídos imediatamente juntos” (Cytrynowicz, 2018, p. 102).

A criança já é mortal, mesmo que seja difícil para nós compreender ou aceitar este fato. De acordo com Heidegger (1927) como citado por Cytrynowicz (2018), “a morte é um modo de ser que constitui o homem logo que ele existe” (p. 102). A morte, a partir de uma compreensão heideggeriana, é um fenômeno da vida. Ser mortal, nesta perspectiva, significa “ser relativamente ao fim” (Cytrynowicz, 2018, p. 102). Para todo ser-aí, é correlato um “ainda não”, que é justamente “o que falta” constantemente para realizar o projeto de ser-no-mundo. A criança é essencialmente poder-ser, mostrando-se também já limitada, já que sendo de um modo, não pode ser de outro (Cytrynowicz, 2018).

A criança é algo novo em um mundo que lhe é anterior e que, por isto, irá recebê-la ao nascer. A criança como ser-no-mundo é, desta forma, desde o início, junto a. O bebê compartilha uma época, um lugar e uma família. Quanto menor a criança, mais encobertos encontram-se tanto o seu mundo quanto o seu dizer. Dessa forma, para compreendê-la é necessário compreender seu mundo e suas relações mais próximas: o que a satisfaz, o que a faz chorar, como ela é tocada pelos acontecimentos (Cytrynowicz, 2018).

A criança vive inteiramente com os outros, ocupando-se com as coisas, brincando, descobrindo os objetos e a si mesma. Ela fantasia, sente medos e desejos. E apenas ela mesma pode vivê-los. Isso significa dizer que a criança é sempre responsável, à medida que ser responsável significa “responder e corresponder de seu modo próprio ao seu mundo” (Cytrynowicz,

2018, p. 105). Entretanto, a criança ainda não experimentou em uma amplitude maior as suas possibilidades existenciais para tomar certas decisões, desta forma, ela requer o cuidado de um adulto, que por ter mais possibilidades desveladas e um entendimento mais amplo do mundo, pode antever e antecipar possibilidades que ainda não estão desveladas para a criança.

De acordo com Cytrynowicz (2018), mesmo a criança não possuindo uma essência diferente do adolescente ou do adulto, somos confrontados a todo momento com expressões do tipo “quando eu era criança” ou “não sou mais criança”, que apontam para possibilidades anteriores não mais vividas. Essas expressões evidenciam diferenças presentes nos modos mais característicos da tarefa de ser.

Quando um recém-nascido chega ao mundo, já estão presentes expectativas e receios despertados antes mesmo de sua chegada. O adulto que o recebe logo se antecipa e procura reconhecer algo familiar naquele novo ser. Com quem ele se parece, o que ele vai ser quando crescer, para qual time irá torcer. Já nos primeiros dias, o bebê começa a surpreender todos a sua volta. Seja porque chora de menos, ou demais, seja porque amamenta menos ou mais do que deveria... Ao bebê cabe a tarefa primeira de mostrar-se, tal como é. Para que isto ocorra, não é necessário que ele tenha consciência do que está fazendo, “a ele cabe apenas e, sobretudo, realizar a tarefa de ser” (Cytrynowicz, 2018, p. 108).

Algumas características são atribuídas a modos específicos de ser na infância. Entretanto, um olhar reflexivo pode proporcionar novos caminhos de compreensão tanto em relação às condutas infantis quanto em relação às nossas próprias condutas, como adultos. O brincar, por exemplo, é um modo de relação e de descoberta, experimentado intensamente na infância. Ao contrário do que se costuma pensar, o brincar não é algo próprio da infância, assim como a fala não é algo específico dos adultos.

Brincar e falar são possibilidades originais copertinentes da existência humana. Enquanto a fala é expressão e comunicação que deixa manifesto o próprio existir, o brincar é um modo de relação que descobre um mundo significativo mais original e cria histórias pessoais (Cytrynowicz, 2018, p. 114).

Dessa forma, o brincar não se mostra como uma possibilidade perdida para o adulto. Esta possibilidade apenas tornou-se mais distante para ele que está cuidando de outras possibilidades como as preocupações e as responsabilidades com o próprio viver (Cytrynowicz, 2000).

Ainda segundo Cytrynowicz (2018) crescer e se desenvolver são igualmente tarefas humanas e têm como fundamento ser temporal. O tempo cronológico é definido por ser geral, regular e igual para todos; pontual e dividido em partes iguais; sequencial e linear; mensurável. É ele que permite a delimitação de etapas ou fases para aquisições de habilidades específicas na vida das crianças, por exemplo. A criança aprende noções de limites relacionadas ao tempo cronológico, tarefa que pode ser difícil para ela. Inicialmente, a criança precisa associar as sequências cronológicas às experiências mais familiares como as cores do dia ou da noite ou às tarefas cotidianas repetidas sucessivamente.

Algumas experiências e falas infantis são comumente tomadas como a expressão de uma dificuldade para apreender a noção de tempo cronológico. Entretanto, quando uma criança pergunta se “Hoje já é amanhã?” ou se “já chegou o daqui a pouco?” é possível perceber que a criança compreende sequências que se dão no tempo. A criança não está confundindo o agora e o depois, como poderíamos pensar. Falas como estas manifestam uma relação intensa com o momento imediato e indicam que o que está por ser realizado já se faz presente, impondo-se enquanto uma espera significativa. O amanhã contido na pergunta da criança não é o dia seguinte, mas o tempo oportuno em que algo pode se realizar. Em oposição ao tempo cronológico, aquele que

se conta, o tempo *kairológico* é o tempo do possível e das possibilidades. É, portanto, o tempo existencial. *Kairós* é o tempo capaz de singularizar e é ele que torna possível “compreender melhor o modo de ser criança, o tempo na infância e o tempo das recordações infantis” (Cytrynowicz, 2018, p.143).

A criança experimenta o tempo imediato de forma intensa. Tão intensa que Cytrynowicz (2018) aponta que talvez o sentido do princípio do prazer oriundo da teoria freudiana corresponda ao princípio do imediato. A criança apreende o mundo e a si mesma por meio das relações que acontecem no momento presente. Além disso, o envolvimento com o imediato corresponde a uma ampliação das possibilidades descobertas e rearticulações com seus significados. Nisto consiste o seu crescimento. A ampliação de possibilidades, a rearticulação dos significados existentes e as novas descobertas podem gerar experiências de desamparo à criança, em que ela teme a perda da familiaridade. “Esses momentos apontam para o precoce deparar-se com a própria finitude humana” (Cytrynowicz, 2018, p. 149).

De acordo com Boss (1981), a experiência de angústia também pode ser experimentada na existência onírica da criança:

(...) por mais amparado que tenha sido o lactante, a criança brevemente terá que experimentar a angústia, ora em menor, ora em maior medida (...) Mesmo uma criança de três ou quatro anos pode acordar sobressaltada noite após noite, em virtude de nos seus sonhos ver repetidamente aproximar-se, a mesma bola gigante e escura. Este acontecimento onírico corresponde à aproximação turbulenta de todo seu futuro humano. No entanto, na sua fragilidade infantil, ela ainda não sente capacidade para aceitá-lo e suportá-lo. Por isso, sonhando, ela teme sua carga como a uma monstruosidade esmagadora. Nos pesadelos infantis com animais ferozes, assaltantes ou incêndios devastadores, que de vez em quando perturbam as noites de praticamente todas as crianças, elas temem a destruição de sua

condição humana regular e conhecida, no caos de forças compressivas, dominantes e incontroláveis de sua vitalidade natural (p. 27).

Com o crescimento, há uma expansão de nosso passado e de um projetar-se para o futuro. Comumente na adolescência, o futuro se apresenta como um problema, uma questão a ser resolvida. De acordo com Freire (2020), a criança é capaz de responder, sem dificuldades, às perguntas sobre o que ela será em seu futuro, entretanto, a mesma pergunta gera profundos questionamentos aos adolescentes. Dessa forma, para ele, “o que chamamos de adolescência é a transformação do futuro em assunto da própria conta” (Freire, 2020, p. 64).

O futuro deixa de ser algo distante, que um dia chegará, para transformar-se em um problema que estará sempre presente e que exigirá respostas e atitudes (Freire, 2020). O futuro que se mostra ao jovem traz consigo uma significativa expansão de possibilidades. Não é coincidência poder vivenciar durante a adolescência as primeiras experiências amorosas, escolhas e relações mais estreitas com amigos ou determinados grupos. O jovem experimenta mais liberdade e responsabilidade, à medida que os pais percebem que ele é capaz de cuidar melhor de si mesmo (Freire, 2020).

Para Freire (2020), ao libertar-se da tirania do presente, ganhando futuro e liberdade, o adolescente descobre que a condição humana é finita e assemelha-se a uma tarefa, pela qual ele terá que zelar. O grande problema é que o adolescente “ao ganhar futuro, ganha mais do que gostaria” (Freire, 2020, p. 65), descobrindo-se mortal. Dessa forma, é necessário compreender os comportamentos do adolescente a partir de uma tentativa de restabelecer a familiaridade outrora perdida com o alargamento de seu futuro. Ao abordar a chegada do futuro e a apreensão da condição humana de ser mortal na adolescência, não estamos afirmando que a criança desconhece totalmente a morte. “Elas, geralmente, possuem alguma referência acerca da morte, porém, da mesma forma que seu futuro, aparece como algo distante” (Freire, 2020, p. 65).

A chegada do futuro como tarefa, na qual o próprio ser está em jogo, nem sempre é vivida de forma consciente pelos adolescentes. Muitos podem experimentar sentimentos confusos ou a sensação “de algo estranho em sua própria casa” (Leão, 1977, *apud* Freire, 2020, p. 66). Viver em uma sociedade complexa e ter de dar conta de seu próprio futuro é o que se apresenta ao adolescente contemporâneo. Os adolescentes, portanto, necessitam “tornar a condição humana, recém descoberta, suportável” (Freire, 2020, p. 68). Para isso, fantasiam de forma idealizada com o futuro, enviam a ideia da morte para longe, ou, ao contrário, testam seus limites, envolvem-se em grupos de acordo com uma identidade assumida e buscam ídolos na tentativa de terem sua viabilidade confirmada.

Pompeia (2000) entende a maturidade do homem como um modo de ser que compreende e aceita as próprias limitações, bem como as possibilidades de si mesmo e de mundo. Para compreender esta proposição, é necessário conceber o desenvolvimento humano não como uma sucessão de etapas, através das quais se adquirem habilidades e superam-se desafios, representada graficamente por uma linha reta que se alonga. É necessário compreendê-lo como a ampliação de possibilidades, nas quais “as possibilidades mais amplas não competem com as anteriores, mas sugerem uma outra forma de relacionamento com o mundo” (p. 93). Se pudessemos representar de forma gráfica o desenvolvimento humano a partir dessa perspectiva, poderíamos pensar em um círculo que se expande. Nessa expansão do círculo, o seu centro permanece. “A expansão possibilita que aumentem o âmbito e o número das condutas maduras” (Pompeia, 2000, p. 93). Desta forma, a maturidade não está relacionada especificamente à idade adulta. Todos, crianças, adolescentes ou adultos podem vivenciar momentos de maturidade.

De forma similar, Cytrynowicz (2018) afirma que o desenvolvimento ou crescimento humano constituem o descortinamento do próprio caminho que abarca tanto a aproximação de peculiaridades como o afastamento

e o encobrimento de outras possibilidades. Ainda segundo seu pensamento, o crescimento nunca está assegurado de antemão:

Quando uma criança é privada das condições favoráveis de descobertas ou das boas descobertas, ela experimenta restrição para o seu próprio crescimento. Isso pode ocorrer devido à falta de condições adequadas sociais, ambientais, de relacionamento ou de saúde. Há casos vitais de privação que podem levar até à morte tal o grau de carência do cuidado, solicitações ou estímulos do mundo próximo (Cytrynowicz, 2018, p. 151).

É a partir desta compreensão do desenvolvimento humano e de que é necessária a garantia de condições que possam favorecê-lo, que agora apresento alguns dos modos de cuidar realizados no cotidiano do CAPSi. Interrogar acerca das maneiras de ser das crianças e dos adolescentes que tenho a oportunidade de acompanhar não se restringe apenas a reflexões acerca do outro. É uma reflexão também sobre meus modos possíveis de ser e de me reconhecer enquanto psicóloga atuando em uma política pública voltada para o público infante juvenil.

PROJETO TERAPÊUTICO SINGULAR

A conceituação acerca do projeto terapêutico iniciou-se nos anos 1990, relacionada às práticas em saúde mental e continua sendo construída ao longo da história do SUS, do movimento sanitário e da reforma psiquiátrica (Oliveira, 2008, *apud* Depole, 2019). O PTS visa superar o modelo manicomial à medida que sua construção se dá na relação entre usuário, profissional e familiares, de forma a enfatizar o diálogo, a negociação e a contratualidade presente nas relações (Oliveira, 2007, *apud* Depole, 2019). A potência dessa ferramenta no contexto da saúde mental fez com que esse dispositivo fosse incorporado teórica e praticamente em nível federal pelo Ministério da Saúde (MS) através da Política Nacional de Humanização (PNH).

De acordo com a cartilha “Clínica ampliada, equipe de referência e projeto terapêutico singular” formulada pelo corpo técnico da PNH (2007), “o PTS é um conjunto de propostas de condutas terapêuticas articuladas, para um sujeito individual ou coletivo, resultado da discussão coletiva de uma equipe interdisciplinar, com apoio matricial se necessário” (p. 40), sendo geralmente utilizado para situações de maior complexidade. Configura-se como uma variação da “discussão de caso clínico” e é muito valorizado como forma de compreender a pessoa além de um diagnóstico psiquiátrico e do tratamento voltado unicamente para a medicação, enfatizando assim a integralidade do cuidado (Brasil, 2007).

A denominação projeto terapêutico singular vem substituir o projeto terapêutico individual (PTI), porque destaca a possibilidade de que o singular seja também um coletivo, como uma família ou outro grupo, por exemplo. O singular nos remete à noção de diferença que é, na verdade, o elemento central sobre o qual as práticas de cuidado devem se constituir (Brasil, 2007). A cartilha referente à PNH ressalta que os diagnósticos tendem a igualar as pessoas e minimizar as diferenças.

Por este motivo, a noção de PTS está construída em torno de um cuidado que podemos chamar de “usuário-centrado” em oposição a qualquer saber (psiquiátrico, psicológico) estabelecido previamente. Dessa forma, não podemos pensar em “tratamentos e abordagens terapêuticas de forma homogênea e prescritiva” (Brasil, 2014, p. 24), valendo a máxima de que “cada caso é um caso”.

É por esse motivo que, quando estou realizando o acolhimento, me disponibilizo para escutar não apenas as queixas das crianças, adolescentes e suas famílias, mas também o que se desvela a partir de seus relatos ou formas de brincar: a história de vida daquele que está diante de mim, seu mundo e suas relações significativas. Como salienta Yasui (2010), a construção do cuidado em saúde mental, em especial do PTS, não é uma tarefa simples:

Inicia-se com a sementeira de um vínculo, no momento crítico de aproximação do usuário ao serviço, de sua recepção, do acolhimento e da escuta de seu mundo, seu modo de viver e de seu entorno (família, trabalho, amigos). A relação de um usuário com o serviço não se dá *a priori*. Vínculos iniciais são frágeis e demandam uma atenção e um cuidado especial. Um descuido, uma desatenção qualquer, e eles se rompem, se quebram (Yasui, 2010, p. 149).

No CAPSi, a partir do encontro que acontece no acolhimento, da escuta da criança ou adolescente e de quem o acompanha, podemos iniciar o planejamento de seu projeto terapêutico, que consiste em um conjunto de ações que são propostas e pactuadas entre diferentes atores: a criança ou adolescente, sua família e a equipe do CAPSi, podendo também incluir profissionais de outros serviços (UBS, escola, centros de referência de assistência social...). Tudo isso a partir da demanda daquele que procura pelo atendimento.

A PNH propõe que o PTS abarque 4 momentos, sendo 1) o diagnóstico, 2) definição de metas, 3) divisão de responsabilidades e 4) reavaliação (Brasil, 2007). O diagnóstico é compreendido a partir de uma avaliação biopsicossocial e abrange a forma como a pessoa “se produz” (p. 41) na relação com o adoecimento, com a família, com os desejos, trabalho e cultura. O diagnóstico para a PNH é uma tentativa de compreender “o que o Sujeito faz de tudo que fizeram dele” (p. 41). A definição de metas consiste em propostas construídas a curto, médio e longo prazo, num processo de negociação entre a pessoa e o profissional a que ela possui maior vinculação. A divisão de responsabilidades refere-se à definição da ação ou ações de cada pessoa envolvida no processo de cuidado. Por fim, a reavaliação corresponde ao momento em que a evolução do acompanhamento será discutida, podendo ocorrer mudanças de estratégias ou planejamentos (Brasil, 2007).

O PTS é compreendido, então, a partir da noção de processo, diferenciando-se de um mero procedimento com vistas a um fim geral

pré-estabelecido. Dessa forma, o PTS pode ser “construído, reconstruído, repensado, redimensionado em relação com os usuários, com os familiares e em equipe” (Depole, 2019, p. 12). Para que esta proposta se efetive e a noção de processo possa ser melhor visualizada e vivida na prática é necessária uma proximidade entre o usuário e o profissional, na qual se estabeleça uma relação de confiança e trocas interpessoais, sendo estas as condições para que o cuidado em saúde mental aconteça.

Binswanger (2019), em uma conferência para médicos psiquiatras intitulada “Sobre psicoterapia”, salientou como a psicoterapia *daseinsanalítica* é capaz de atuar. Para isso, o psiquiatra relata um caso clínico de uma jovem de 26 anos, tomada por soluços e vômitos sempre que se encontrava no período menstrual. O psiquiatra lança mão de um ato terapêutico, que ao suprimir o ar da paciente por alguns instantes, faz com que ela recupere seu fluxo normal de respiração. Entretanto, o psiquiatra ressalta que o ato terapêutico apenas pode produzir um efeito benéfico à paciente graças à uma “relação de comunicação existencial” entre o médico e a paciente (p. 25). Essa relação é constituída pela confiança que “se encontra como o presente de toda comunicação autêntica, para além da intenção, meio e fim, causa e efeito” (p. 25). Segundo o psiquiatra, a ausência dessa relação existencial poderia não ter produzido nenhum efeito terapêutico ou, ao contrário, poderia ter produzido um agravamento dos sintomas, efeitos colaterais ou reservas da paciente em relação ao médico até chegar ao ponto de desistir do tratamento (Binswanger, 2019).

Binswanger aborda que o encontro entre o médico e paciente (e nós podemos fazer uma analogia entre o encontro do profissional que atua em saúde mental e a pessoa que chega através do acolhimento) não se dá no âmbito das relações puramente existenciais, como uma relação de amizade ou uma relação amorosa. Entretanto, o psiquiatra se recusa a conceber essa relação sendo composta meramente por um médico e uma “psique” dirigida por uma tarefa

terapêutica. Para ele, é necessário considerar o ser humano na sua estrutura de ser-com, na qual médico e paciente encontram-se lado a lado, “no um em relação ao outro ‘dialético’” (Binswanger, 2019, p. 21).

Do ponto de vista *daseinanalítico*, essa relação não é, portanto, apenas um serviço ou realização, mas um contato que comunica algo e uma ação recíproca ininterruptos. A relação entre médico e paciente apresenta um novo comunicativo autônomo, isto é, significa a possibilidade de se formar um novo vínculo do destino, em oposição à determinação psicanalítica de repetição contida nos conceitos de transferência/contratransferência e resistência/contrarresistência (Binswanger, 2019). Dessa forma, a figura do médico ganha contornos de instauração de um novo, uma nova relação que poderá acompanhar o desvelar de novas possibilidades anteriormente impedidas. O que está em questão não é a superação de resistências transferidas projetivamente para o médico, conforme as determinações de um pensamento psicanalítico mais ortodoxo, mas sim se o paciente poderá superar as resistências *junto a* esse novo ser que se apresenta (Binswanger, 2019).

A criança e o adolescente, enquanto seres-no-mundo e seres-com-os-outros, configuram-se como uma abertura às possibilidades existenciais. Em alguns momentos, podem experimentar restrições dessas possibilidades ocasionadas por diversos motivos como adoecimentos, violações de direitos ou falta de condições básicas de vida (Cytrynowicz, 2018).

Comumente, quando alguém procura o CAPSi, está passando por algum momento em que a familiaridade com seu mundo se encontra perturbada. Crianças e adolescentes que sofreram perdas de pessoas queridas, que presenciaram ou vivenciaram situações violentas, abusos físicos, psicológicos ou sexuais, que vivenciam restrições em suas relações com a família, a escola ou os amigos, tentativas de suicídio, automutilação são alguns dos motivos que geram pedidos de ajuda ou encaminhamentos ao nosso serviço.

O que está em questão quando alguém nos procura é um ser que se apresenta em sofrimento, com sua singularidade e não uma doença. Assim, é impossível descolar uma experiência chamada de psicótica ou uma experiência depressiva que culmina em uma tentativa de autoextermínio, por exemplo, das condições da vida, das relações pessoais e da história de vida daqueles que passam por tais experiências. Essa concepção está de acordo com Binswanger (2019), para quem não é possível separar angústia de “mundo”. Para ele,

(...) a angústia sempre entra em cena, quando o ‘*mundo*’ passa a vacilar ou ameaça desaparecer. Em verdade, a angústia aparece de maneira tanto mais precoce e tanto mais pesada, quanto mais esvaziado, simplificado e restrito se mostrar o mundo, no qual o ser-aí está *fixado* (p. 76).

A angústia pode se manifestar com o rompimento da familiaridade contida em uma história de vida. Entretanto, é necessário salientar que a fonte da angústia é a própria condição humana, posto que o ser-aí também carrega a possibilidade de não-ser, sendo “determinado pela estrangeiridade e pela nidade” (Binswanger, 2019, p. 77). É urgente considerar o caráter de abertura característico do ser-aí humano e as formas como seu sofrimento se manifestam para a construção de propostas de cuidado relacionadas à denominada “saúde mental”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho procurou responder à pergunta sobre como o olhar sobre a existência pode propiciar o cuidado à saúde mental de crianças e adolescentes a partir do trabalho realizado em um CAPSi. Para isso, buscou refletir, principalmente, sobre a noção de projeto terapêutico singular. As respostas encontradas não correspondem a técnicas previamente formuladas, de acordo com teorias explicativas acerca do humano, menos ainda a

respostas relacionadas unicamente à esfera do outro. A partir do caminho percorrido, que levou em consideração o histórico de políticas públicas relacionadas à infância e a apresentação da proposta de atenção psicossocial, foi possível perceber que essa pergunta só pode ser respondida quando eu também me coloco em questão, reconhecendo-me como abertura diante do outro.

Dessa forma, este trabalho respondeu, mesmo que de forma inacabada e parcial, à maneira como eu encontro para estar com as crianças e os adolescentes que chegam até mim. Dentro dessa perspectiva, o PTS é um processo construído junto ao outro, a partir de uma relação de confiança que se inicia logo no primeiro contato que a criança ou adolescente tem com o profissional de saúde mental. Os objetivos do PTS não devem ser pensados considerando a infância e a adolescência como meras passagens para uma vida adulta ideal, nos moldes de uma performance contemporaneamente exigida, mas sim de acordo com os caminhos existenciais que mais se aproximam para aquele ser-aí, de modo a potencializar o cuidado com sua própria existência.

REFERÊNCIAS

- ACOLHIMENTO. (n.d.) In: Dicionário Online Houaiss. Recuperado em 29 de julho de 2021, de www.houaiss.uol.com.br.
- ARAÚJO, T. C. & Evangelista, P. E. R. A. (2021). A Psicologia fenomenológico-existencial como elemento da psiquiatria de Franco Basaglia. In J.P. Giovanetti, C. L. Cardoso & P. E. R. A. Evangelista (Orgs.), *Com-textos em Gestalt-terapia e análise existencial*. Estudos produzidos no curso de especialização em psicologia clínica: Gestalt-terapia e Análise Existencial. Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte.

BINSWANGER, L. (2019). *Psicoterapia e Análise Existencial: ensaios, conferências e outros documentos*. Rio de Janeiro, Via Verita.

BOSS, M. (1981). *Angústia, culpa e libertação: ensaios de psicanálise existencial*. 3ª ed. São Paulo, Duas Cidades.

BRASIL. Ministério da Saúde. (2004). Secretaria-Executiva. Secretaria de Atenção à Saúde. *Legislação em saúde mental: 1990-2004* – 5. ed. ampl. – Brasília. https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/legislacao_saude_mental_1990_2004_5ed.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. (2005). Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação Geral de Saúde Mental. *Reforma psiquiátrica e política de saúde mental no Brasil*. Documento apresentado à Conferência Regional de Reforma dos Serviços de Saúde Mental: 15 anos depois de Caracas. OPAS. Brasília. https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/Relatorio15_anos_Caracas.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. (2017). Secretaria de Atenção à Saúde. Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização. *Clínica Ampliada, Equipe de Referência e Projeto Terapêutico Singular*. - 2ª ed – Brasília. https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/clinica_ampliada_2ed.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. (2014). Conselho Nacional do Ministério Público. *Atenção Psicossocial a Crianças e Adolescentes no SUS*. Tecendo redes para garantir direitos. Brasília. https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/atencao_psicossocial_crianças_adolescentes_sus.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. (2015). Secretaria da Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Especializada e Temática. *Centros de Atenção Psicossocial e Unidades de Acolhimento como Lugares da Atenção Psicossocial nos Territórios*. Orientações para elaboração de projetos de construção, reforma e ampliação de CAPS e de UA. Brasília. <https://>

bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/centros_atencao_psicossocial_unidades_acolhimento.pdf

BRITO, M. M. M. (2004). Novas formas de pensar o coletivo. In: Ferreira, T. (Org.) *A Criança e a Saúde Mental*. Enlaces entre a clínica e a política. Belo Horizonte, Autêntica.

CENTRO Cultural do Ministério da Saúde (n.d.) *Hospício de Pedro II - da construção à desconstrução*. Recuperado em 29 de julho de 2021, de: <http://www.ccms.saude.gov.br/hospicio/index.php>

CIRINO, O. (2015). Genealogia da Psiquiatria da Infância. In: KAMERS, M; MARIOTTO, R. M. M; VOLTOLINI, R. (Orgs.) *Por uma (nova) psicopatologia da infância e da adolescência*. São Paulo, Editora Escuta.

CURSO de especialização em psicologia clínica: gestalt-terapia e análise existencial. *Início*. Belo Horizonte: UFMG, 2021. Recuperado de: <https://www.fafich.ufmg.br/cepc/>

CYTRYNOWICZ, M. B. (2018). *Criança e Infância*. Fundamentos Existenciais Clínica e Orientações. São Paulo, Chiado Editora.

CYTRYNOWICZ, M. B. (2000). O Mundo da Criança. *Revista da Associação Brasileira de Daseinsanalyse*, n. 9, p. 74-90.

COUTO, M. C. V; Delgado, P. G. G. (2015). Crianças e adolescentes na agenda política da saúde mental brasileira: inclusão tardia, desafios atuais. *Revista Psicologia Clínica*, Rio de Janeiro, Vol. 27, n.1, p. 17-40. <https://doi.org/10.1590/0103-56652015000100002>

DEPOLE, B. F. (2019). *A produção brasileira sobre o projeto terapêutico singular: revisão de escopo*. 2019. 184 f. Dissertação. (Mestrado em Terapia Ocupacional) - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, Brasil.

DIAS, F. W. S. & Passos, I. C. F. (2017). Transformações históricas da política de assistência à saúde mental de crianças e adolescentes no Brasil e em Minas Gerais. In I. C. Passos & C. M. F. P. Penido (Orgs.), *Atenção Psicossocial para Crianças e Adolescentes*. Belo Horizonte, Zagodoni Editora.

EVANGELISTA, P. E. R. A. (2016). *Psicologia Fenomenológica Existencial. A prática psicológica à luz de Heidegger*. Curitiba: Juruá Editora.

FREIRE, C. E. C. (2020). Juventude e Atualidade: alguns elementos fenomenológicos para compreendermos a adolescência, *Revista Daseinsanalyse*. Associação Brasileira de Daseinsanalyse, N°- 18, São Paulo.

HEIDEGGER, M. (1927/2006). *Ser e Tempo*. Rio de Janeiro, Editora Vozes.

LOBOSQUE, A. M. (2003). *Clínica em Movimento*. Por um Sociedade sem Manicômios. Rio de Janeiro, Garamond.

LOBOSQUE, A. M. (2020). *Intervenções em Saúde Mental*. Um percurso pela reforma psiquiátrica brasileira. São Paulo, Hucitec Editora.

OLIVEIRA, E. S. T.; Rosa, A. A.; Freitas, J. L. (2017). Revisão bibliográfica das publicações acadêmicas sobre a criança na perspectiva fenomenológica. *Revista Abordagem Gestáltica XXIII* (3): 362-371, set-dez.

PEROTTI, I. S.; Holanda, A. F.; Mariotti, M. C.; (2020). Franco Basaglia e a fenomenologia: um caminho epistemológico por liberdade. *Perspectivas em Psicologia*, Uberlândia, v. 24, n. 2, p. 2-23, jul/dez.

YASUI, S. (2010). *Rupturas e Encontros: desafios da Reforma Psiquiátrica brasileira*. Rio de Janeiro, Editora FIOCRUZ.

12. GRUPO TERAPÊUTICO COM MÃES EM LUTO DECORRENTE DE PERDA PERINATAL: UMA ABORDAGEM GESTÁLTICA

Renata Rabelo Monteiro de Andrade

Claudia Lins Cardoso

A experiência de campo revela que a pessoa que passa pela vivência de uma perda significativa em sua vida precisa falar dela, revivê-la, entender quais foram as perdas secundárias, experienciá-la no aqui-e-agora, para daí conseguir resignificar o que se perdeu propriamente dito e as novas formas possíveis de ser-no-mundo. Falar de perdas e de morte não é bem aceito na sociedade, incomoda, coloca as pessoas em contato com a sua própria finitude e com as suas dores. As mães que vivenciam o luto perinatal, um dos tipos de luto não reconhecido, ainda enfrentam mais dificuldade para encontrar esse espaço de expressão, pois, nesses casos, há um entendimento de que o feto não é uma pessoa. Ou seja, para a sociedade, como o bebê não nasceu com vida, ele não existiu e, por isso, fica subentendido que seria fácil “esquecer” ou “substituir” o que foi perdido.

O presente texto pretende oferecer algumas reflexões sobre as especificidades do luto perinatal, a partir da proposta apresentada de facilitação de grupo terapêutico com base na teoria da Gestalt-terapia. Espera-se que o relato da experiência com grupos beneficie o processo de compreensão de Gestalt-terapeutas que atuam com mães que enfrentam esse tipo específico de luto. O objetivo desse grupo foi oferecer um espaço para que as mães enlutadas pudessem compartilhar suas experiências, receber informações

pertinentes, oferecer ajuda mútua, aprender ou ter esperança através das histórias das outras mães e falar sem se sentirem julgadas. Com isso, O grupo foi proposto como espaço de auxílio para que mães que passaram por perdas perinatais possam vivenciar e validar o seu luto, ou seja, prevenir contra o desenvolvimento do que, na literatura científica, é nomeado por luto complicado ou patológico.

O texto apresenta o relato de experiência de uma das autoras na condução de um trabalho com grupos para mães enlutadas que perderam seus filhos durante a gestação ou logo após o nascimento. Os grupos começaram de forma presencial, mas, devido à necessidade de isolamento social demandada pela pandemia da Covid-19, os encontros passaram a ocorrer no formato online. Assim, a partir das reflexões desta experiência e da literatura acerca dos grupos terapêuticos na Gestalt-terapia, será apresentado um projeto para a formação e viabilização de um grupo terapêutico na referida abordagem para este público-alvo específico.

LUTO

O processo de luto, segundo Parkes (1998), é uma reação normal e esperada diante do rompimento de uma relação significativa. Sua vivência e resolução acarretam o desenvolvimento de uma nova identidade nos enlutados. O autor acrescenta que o luto deve ser considerado um processo, e passar por ele fortalece e amadurece aquelas pessoas que ainda não haviam passado por experiências de perda significativa. Coerente com esta perspectiva, Fukumitsu (2013) sustenta ser o luto um ajustamento do enlutado a essas perdas sofridas.

Dentro da visão fenomenológica, Freitas (2013) refere-se ao luto como: “uma vivência que aparece como uma forte exigência de ressignificação do mundo-da-vida, onde o que é perdido pelo enlutado não é apenas um ente

querido, mas também formas próprias de ser-no-mundo.” (p.1) E do ponto de vista existencial, ela o apresenta como uma vivência que muda a forma de se relacionar, defendendo que a experiência traz para as pessoas a realidade da morte como inevitável e irreversível. Na sociedade, os temas acerca da morte, das tristezas, das frustrações e das perdas não são apresentados como uma reflexão cotidiana. Por isso, quando eles são abordados, é importante que os enlutados aproveitem a oportunidade para refletirem sobre essa nova realidade existencial de modo que possam viver e ressignificar a dor da perda, sua história de vida e os acontecimentos do passado, o que pode propiciar uma reconfiguração do mundo vivido, bem como a ressignificação da relação Eu-Tu.

Pompeia & Sapienza (2011) sustentam o sofrimento decorrente de perdas como pertencente à condição da existência e que a perda humana traz um rompimento do sentido que havia até então, algo que penetra em seu mundo de significados, transformando tudo. Por sua vez, para Fukumitsu (2013) quando as perdas acontecem estamos lidando com um momento de crise e existe a necessidade de se experienciar a situação no aqui-agora. Ou seja, é no presente que o indivíduo tem a possibilidade de agir, de escolher como se apropriar da situação e de criar habilidades para desempenhar esse novo papel, o qual é diferente daquele ao que ele estava acostumado.

Segundo Tavares (2018), a criação de ambientes onde os enlutados expressem as suas dores pode contribuir para o enfrentamento e elaboração de seus processos, bem como minimizar o isolamento social e o afastamento profissional. O exercício de falar sobre os sentimentos, sobre as mudanças causadas pela perda e sobre a pessoa que morreu pode trazer conforto, compreensão e favorecer o movimento para a organização da pessoa. Magnabosco (2019) complementa enfatizando a importância do acolhimento da dor no encontro terapêutico como uma condição necessária para que o enlutado se reconheça como corpo vivido e, assim, possa significar e ressignificar a dor.

LUTO PERINATAL E SEU NÃO RECONHECIMENTO

A Cartilha de Orientação ao Luto Parental, desenvolvida pela ONG Amanda Helena (2019) apresenta o seguinte conceito: “O luto não reconhecido é aquele ‘não aceito’, por não se enquadrar nas regras – explícitas ou implícitas – estabelecidas pelo contexto social” (p. 19). Nesses casos, segundo Casellato (2015), o que fracassa é a empatia, a capacidade das pessoas que convivem com o enlutado de compreendê-lo e de validarem a experiência da perda. Em consequência disso, o suporte e a aceitação não são ofertados, o que leva a um sentimento de alienação e solidão. Essa não validação pode se dar em diferentes dimensões: pelo enlutado, por seu núcleo familiar ou por sua comunidade.

Todo esse não reconhecimento da existência de um processo de luto e do espaço para que ele seja externalizado representa fator de risco para complicações na vivência do luto. Por isso, é importante oferecer uma escuta efetiva para a expressão dos pensamentos e das emoções da forma mais autêntica possível e sem julgamento, com o intuito de que o processo seja validado e enfrentado (Casellato, 2018).

O luto perinatal é um dos tipos de luto não reconhecido, no qual os pais se encontram de um lado, diante da perda de um filho que já fazia parte de suas vidas e, do outro, diante da negação da sociedade de sua existência. De repente, aquele filho que já tinha seu lugar ocupado dentro daquela família parte e passa a ser tratado como um registro excluído. E esse não reconhecimento da perda e da vivência do processo de luto pode prejudicar a saúde psicológica da família. A perda de um filho é um processo com muitas especificidades, além de significar para as mães uma promessa não realizada, como a perda do próprio futuro é vivenciada com culpa e como a inversão dos acontecimentos naturais da vida. (Binotto, 2005; MARTINS, 2001 apud FREITAS, 2014, p.274).

Coerente com essa perspectiva, Soubieud (2014) afirma: “Quando um bebê morre antes mesmo de chegar ao mundo, aos olhos da sociedade, esse não-advento constitui-se, na maior parte do tempo, em um não acontecimento. A criança que não nasceu não existiu” (p. 21). Os pais perdem toda a expectativa e sonhos que estavam construindo desde quando planejavam a sua chegada. E o que dificulta ainda mais o processo desse tipo de luto são as pouquíssimas lembranças que se tem daquele filho. Com isso, além do luto pela perda, existe um outro pelo que não foi vivido: perdeu-se alguém muito amado, mas que deixou poucas memórias. Isso é o que também defendem Salgado e Polido (2018) em relação às especificidades desse tipo de luto.

As autoras também elencam seis dificuldades enfrentadas pelos enlutados: reconhecer a perda, reagir à separação, revisar ou renomear a perda e a relação, renunciar aos apegos anteriores (à maternidade e paternidade planejadas), reajustar-se à nova situação sem esquecer a vivência anterior e, por fim, reinvestir em uma nova relação.

Na literatura da Gestalt-terapia, o luto perinatal ainda não é um tema muito frequente. Foram encontradas duas autoras que escreveram recentemente a respeito das suas experiências pessoais sobre a temática com suas contribuições acerca da dor, da corporeidade, da repercussão da experiência nas maternidades seguintes à perda e da sua parte traumática. Brandão (2019) comenta que a maior dor que já sentiu foi quando teve que cremar e se despedir do seu filho. Todas as suas experiências de maternidade, dos que se foram e dos que estão vivos, ficaram retidas em seu corpo de forma intensa, tanto as experiências positivas, quanto as negativas. Ela consegue identificar em seu “corpo mãe” a presença de todos os seus “corpos filhos”. Além dessa presença física do filho que se foi, a autora descreve a dificuldade de se manter no aqui-agora nas outras experiências de maternidade, subsequentes à perda. Constantemente, voltava à sua experiência do passado para atualizar sua presença no presente e buscar algum tipo de fechamento.

Por sua vez, Brito (2019) relata suas perdas perinatais, assim como outros autores já citados acima, relacionando-as a marcas no corpo e a eventos traumáticos. A autora apresenta o trauma como uma situação em que o indivíduo não é capaz de lidar com as ferramentas de enfrentamento que possui e, conseqüentemente, não tem controle sobre ela. Com isso, a mulher tem dificuldades psíquicas para reagir nessa determinada situação, o que afeta seus ajustamentos criativos e causa alterações em seu organismo. Diante das interferências que as situações traumáticas representam ao longo da vida das pessoas, é necessário que se faça um trabalho de revelação desse trauma através do corpo. Afirmam a autora:

O importante é se encontrar o aspecto da experiência traumática que a pessoa tenha suporte para acessar, dividir a experiência em gestalten menores, em doses que sejam manejáveis tanto para o contato quanto para a liberação do comportamento interrompido, possibilitando, assim, a descarga da excitação. Para isso, faz-se necessário primeiro desenvolver o suporte interno dele ou dela, para que o conteúdo possa emergir como figura sem retraumatizar (BRITO, 2019, p. 90-91)

Pallottino e Rezende (2017) apresentam o trabalho do grupo “Do Luto à Luta”, apoio à perda gestacional e neonatal. Este funciona como um espaço onde é dada a oportunidade da fala, numa sociedade onde isso não é oferecido, para que as pessoas que perderam seus filhos possam compartilhar suas histórias, acolher e serem acolhidas, dar suporte umas às outras e, com isso, possibilitar que cada um consiga acessar esse filho do imaginário. Essas pessoas buscam esse auxílio pois precisam reaprender a ser sem o outro que trazia sentido à sua vida.

Portanto, conforme explicitado, é muito importante, que a pessoa enlutada encontre um espaço onde possa falar sobre sua experiência e suas dores acerca dos processos de perdas, luto, ser escutada sem julgamentos,

ressignificar toda sua vivência e com isso viver o processo de luto da melhor forma possível. No presente texto, a ênfase recai sobre as mães que experienciam um dos tipos de luto não reconhecido, o luto perinatal, com particularidades específicas que requerem um trabalho terapêutico com diferentes nuances daquele ofertado para pessoas com outras experiências de luto. Nesse sentido, é apresentada uma proposta a partir das contribuições que a Gestalt-terapia oferece, especialmente no tocante à metodologia de grupos terapêuticos.

GRUPOS TERAPÊUTICOS NA GESTALT-TERAPIA

O formato de grupos terapêuticos na abordagem gestáltica pode contribuir muito no processo de luto das mães que sofreram perdas perinatais. Ribeiro (1994) defende que o grupo tem como essência o seu poder de transformação, de escutar, de sentir, de se posicionar e de se arriscar a compreender o processo de significação do viver e do responsabilizar-se.

No grupo, cada um de seus membros tem a oportunidade rara de ver o mundo e a si mesmo com os olhos do outro, de se ouvir com os ouvidos do outro, de se tocar com as mãos do outro, de se amar com o coração do outro, de se descobrir imensamente limitado e potencialmente divino, sagrado, mulher e homem, de carne e osso. (RIBEIRO, 1994, p.11)

Cardoso (2009) sustenta que o grupo é um ambiente onde o indivíduo tem acesso à diversidade em variados aspectos, se relaciona, vive o inesperado e revê sua própria referência, configurando-se como uma possibilidade de estabelecer um contato pleno, se conectando com sua experiência presente. Com esse aumento do seu contato consigo mesma e com o mundo, amplia-se a força integradora da estrutura da experiência imediata, ou seja, sua capacidade de se tornar *aware* é restabelecida. Ao apresentar a experiência com grupos

terapêuticos na área da Saúde Pública, a autora cita o depoimento de um dos membros sobre sua vivência de participar do grupo: “As palavras são como pedras. Elas pesam quando ficam guardadas dentro da gente. Mas aqui no grupo, a gente não só fica mais leve porque coloca as pedras para fora, como também constrói com as pedras que cada um traz.” (p. 135).

Coerente com essa perspectiva, Ciornai (2016) salienta que a vivência em grupos abre a possibilidade de cultivo de relações significativas, nutritivas e enriquecedoras oferecendo a possibilidade de presença, inteireza, validação, pertinência, vínculos de solidariedade e empoderamento. Ressalta também a importância de se estar nesses espaços em momentos de relações fugazes, superficiais e impessoais como a que estamos vivendo. Cada participante chega ao grupo levando sua história, sua experiência e seu modo de ser e se faz presente com o papel de porta-voz da figura que emerge naquele grupo. Isso o torna uma Gestalt complexa dentro de uma dinâmica de coafetação e influência entre seus membros.

Ribeiro (1994) define o grupo a partir da abordagem gestáltica como “uma realidade única, feita de momentos e possibilidades infinitas, que se organiza como um campo, como um espaço vital unificado, onde a vida acontece, se revela e se faz compreensível.” (p. 46). O autor relaciona ainda a Teoria do Campo com o trabalho com grupos, classificando sua evolução em três momentos. No primeiro, ele é um campo geográfico, ainda sem um significado, apenas um conjunto de pessoas. Quando os membros começam a se conhecer e o campo começa a ganhar significado a partir das emoções, ele passa a ser um campo psicológico. Adiante, surge a matriz grupal: palavras e gestos ganham sentido, gerando comportamentos e atitudes específicas, e as emoções nesse momento viram figura. Com esse desenvolvimento esperado do grupo, aumenta-se a possibilidade de uma maior *awareness* dos processos individuais, se aproximando da visão do grupo como um todo e funcionando como o seu próprio terapeuta. Essa perspectiva é trazida pelo autor através

da Teoria Organísmica de Kurt Goldstein, que apresenta o grupo como uma imensa Gestalt que está a todo momento em busca de sua auto regulação.

A partir da perspectiva existencial, Yalom&Leszcz (2006) trazem uma contribuição no sentido de aumentar a visão sobre os benefícios do trabalho com psicoterapia de grupo. Eles apresentam onze fatores terapêuticos, os quais são interdependentes e cruciais para o processo de mudança que ocorre nos grupos, além de auxiliarem o terapeuta a preparar sua abordagem com o intuito de maximizar a potência e eficácia do trabalho levando em consideração as diferenças individuais e os diversos cenários apresentados. Os fatores identificados pelos autores são:

- **Instilação de esperança:** a expectativa elevada e a confiança na eficácia do processo terapêutico têm influência direta em seus resultados. No grupo, a possibilidade de ver pessoas que já participam há mais tempo e de ouvir suas histórias de melhora gera uma credibilidade maior no processo.
- **Universalidade:** através da relação com outras pessoas que viveram experiências semelhantes e que possuem preocupações análogas, os membros do grupo se sentem mais em contato com o mundo, aumentam o sentimento de pertencimento e podem falar um dos outros e compartilhar experiências com a autenticidade que vem da própria vivência.
- **Compartilhamento de informações:** o grupo representa uma rede de consulta e de sugestões que vêm através de instruções didáticas, proporcionam estrutura e explicação para o momento que os membros estão vivendo, além dos aconselhamentos diretos, os quais podem representar o cuidado pela outra pessoa ou demonstrar o momento que aquele grupo ou o indivíduo está no processo terapêutico.
- **Altruísmo:** no grupo, os membros têm a oportunidade de se

revezarem no papel de ajudar e de serem ajudados, beneficiando as outras pessoas em seus processos terapêuticos à medida que também vivem seu processo de mudança.

- Recapitulação corretiva do grupo familiar primário: a relação em grupo, oferece a oportunidade para que conflitos e dinâmicas familiares sejam revividas de maneira corretiva pois, normalmente, os membros interagem entre si e com os coordenadores, da forma como o fariam em família.
- Desenvolvimento de técnicas de socialização: oportunidade de se desenvolverem habilidades sociais básicas, necessárias para se relacionar com outras pessoas, e de colocar esses aprendizados em prática naquele ambiente.
- Comportamento imitativo: os membros aprendem a lidar com suas questões e a reagir a elas, observando a forma como os outros enfrentam seus próprios problemas.
- Aprendizagem interpessoal: através do relacionamento com os demais membros, é possível que os participantes consigam projetar no grupo uma representação do universo social de cada um, se conscientizem sobre os aspectos importantes do seu comportamento interpessoal e a partir disso aprendam como desenvolver relacionamentos com menos distorções e mais gratificantes.
- Coesão grupal: com essa boa aceitação entre seus membros, o grupo funcionará como um espaço de expressão, aceitação e de relação profunda. Isso terá como consequência um melhor funcionamento do processo terapêutico e uma maior abertura dos membros para se inserirem nele.
- Catarse: para a efetividade terapêutica no grupo, é fundamental que

a expressão aberta dos afetos ocorra, mas esta deverá ser complementada por outros fatores.

- Fatores existenciais: relacionam-se com a confrontação da condição humana no sentido de informar sobre os fatos existenciais cruéis da vida e de sensibilizar os membros acerca desses fatores que estão relacionados à mortalidade, à responsabilidade, ao sentido da vida, à solidão, à liberdade, dentre outros.

Por fim, tendo como base o que foi apresentado, salientamos alguns pontos que podem ilustrar os benefícios que participar desses grupos terapêuticos podem trazer para as mães enlutadas. Como essas mães tiveram pouquíssimo tempo de convivência com seus filhos, poucas lembranças e, além disso, pouco espaço fora do grupo para se expressar, esse espaço representa um local para falar sobre esses filhos, ser escutada com empatia, relembrar toda a história e trazer esse filho para a existência em suas vidas.

As informações apresentadas no grupo pelo seu coordenador e pelas próprias participantes são de grande valia para que: as mães entendam que elas podem e têm o direito de vivenciar o processo do luto, aprendam mais sobre as alterações em seu corpo decorrentes da gravidez e como lidar com elas, entendam sobre a crise psíquica que a gravidez desencadeia, a possibilidade do desenvolvimento de um trauma decorrente da experiência vivida, questões específicas desse tipo de luto e da vivência de uma próxima gravidez, dentre outras informações.

Em contato com outras histórias as participantes podem se sentir esperançosas ou motivadas a acreditar que elas estarão melhores com o passar do tempo ou até com a possibilidade de uma próxima gravidez. O grupo poderá oferecer a essas mães a oportunidade de vivenciar a experiência da perda no aqui-e-agora e aos poucos ir se ajustando à nova realidade em que está, onde o filho que representava o sentido da sua vida não está mais com ela.

FUNCIONAMENTO DO GRUPO

Em relação aos aspectos mais práticos do funcionamento do grupo, Zinker (2007) defende que o processo grupal funciona de acordo com quatro princípios básicos: a primazia da experiência grupal em andamento, propondo que todos os comportamentos dentro do grupo devem ser considerados, pois abarcam preocupações que devem ser elaboradas pelos membros; o processo de desenvolver a *awareness* grupal, que representa mais do que a soma das *awareness* individuais e devem ser elaboradas por todos; a importância do contato ativo entre os participantes, pois ao considerar que o crescimento ocorre na fronteira entre indivíduo e ambiente, o contato no grupo enfatiza a experiência de singularidade de cada um, incluindo as sensações de diferenças e de semelhanças; o uso de experimentos interativos, entendidos como aqueles acontecimentos recíprocos que surgem da experiência do grupo, não sendo previamente preparados e nem o seu desfecho previsto. Alguns exemplos de temas que podem surgir no grupo e servir como base para o experimento são: insatisfação com o líder, dificuldade para começar, desenvolvimento de cumplicidades no grupo, conselhos dados de forma estereotipada por membros do grupo, morte de alguém do grupo.

Antes de acontecer o primeiro encontro entre os participantes do grupo, Ribeiro (1994) enfatiza a importância de o terapeuta ter um encontro individual com cada membro, com o intuito de explicar sobre o seu funcionamento, tirar possíveis dúvidas e amenizar medos e ansiedades que a experiência de estar em grupo compartilhando suas histórias, pode gerar.

Ainda sobre esses primeiros combinados, Zinker (2007) apresenta algumas regras para orientar os membros do grupo sobre a participação e a forma de se colocar. São elas: assumir a autoria das falas e comportamentos, dizer “eu” ao invés de “você” ou “a gente”; compartilhar experiências do presente, aqui e agora; prestar atenção na maneira como ouve o outro; fazer afirmações no lugar

de perguntas; falar diretamente com a outra pessoa; ouvir e validar o sentimento e a vivência do outro; prestar atenção nas reações físicas e, se for o caso, compartilhar sobre os incômodos; garantir a confidencialidade do que os outros dizem; experimentar compartilhar seus sentimentos e observar as reações que isso gera; colocar “entre parênteses” expressões que podem interromper algo em andamento no grupo; respeitar o espaço psicológico dos outros.

No tocante ao processo grupal, Silva (2015) o divide em sessões iniciais, intermediárias e finais. As iniciais têm a importância de dar o tom referente ao padrão relacional do grupo. O terapeuta deve estar muito presente e mais disponível para dar um suporte constante aos membros do grupo, sendo essa postura, facilitadora do desenvolvimento de um vínculo gradativo e seguro entre elas. Nessa etapa, o uso de experimentos pode ajudar na construção gradativa da intimidade. Nesse momento, os membros estão ávidos pelo estabelecimento de vínculos que trarão maior segurança para se colocarem no ambiente. As sessões intermediárias são o momento em que o grupo se mostra mais autossuficiente e o terapeuta pode ficar mais no fundo. Nessa fase, as intervenções devem funcionar como um convite ao aprofundamento, à intimidade, ajudando no desenvolvimento do grupo. Os participantes vão se colocando de forma mais direta e assumindo papéis nas relações. Já as sessões finais ou quando algum membro precisa se desligar são um momento de grande importância para revisão de todo o processo terapêutico e evolutivo de seus componentes, da relação entre eles e de lembrar a queixa inicial. Nessa despedida é relevante abordar os sentimentos experimentados e os novos papéis que serão assumidos.

GRUPOS COM ENLUTADOS

O rompimento de uma relação, seja pela morte ou por outras adversidades, pode gerar algum tipo de sofrimento com intensidade variada, em razão de uma série de fatores, tais como: qualidade do

apego, vulnerabilidade pessoal do enlutado, eventos ou circunstâncias da situação de perda e qualidade das relações sociais, como apoio ambiental, rede de suporte, entre outros. (BIANCHI&CAMPS, 2020, p. 200-201)

As autoras também defendem que o terapeuta, ao cuidar de enlutados, deve entender que as necessidades naquele momento são tanto de expressar e de processar a perda e a dor, quanto de afastar-se delas em um movimento de retomada do seu viver. Portanto, o heterossuporte necessário nesse momento perpassa o acolhimento e cuidado empático, buscando fortalecer os recursos relacionados ao autossuporte e ampliando a *awareness* no enfrentamento da nova situação que a pessoa se encontra.

Andrade (2014) acrescenta que o papel do Gestalt-terapeuta, através do heterossuporte, é contribuir para o crescimento do cliente, no sentido da compreensão do que é seu, percebendo suas necessidades, recuperando sua autoestima e tomando suas próprias decisões de maneira mais consciente e confiante. Com esse maior conhecimento de si mesmo, o cliente será capaz de desenvolver seu autossuporte, a capacidade de se ajustar criativamente ao meio em que está inserido, utilizando os próprios recursos disponíveis. No que tange ao trabalho com enlutados, Andrade (2008) enfatiza que a resolução do processo de luto e de adaptação à perda pode ser facilitadas caso o paciente possa se expressar e ser ouvido sem julgamentos, sem ser pressionado para uma finalização precoce do seu processo de luto e tenha uma visão real da pessoa que morreu e do seu contexto atual de vida.

Levando em consideração a necessidade do enlutado de se expressar e de rever sua forma de se colocar no mundo e, trazendo os conceitos citados acima relacionados ao contexto do atendimento individual para enriquecer o trabalho com grupos, Morais et al. (2013) sustentam que o grupo na abordagem gestáltica funciona como espaço de interações e de reciprocidade, onde os clientes podem se escutar e se apoiar, revelando como lidam com diferenças

e identificações. Além disso, ao entrar em contato com seus conteúdos subjetivos, o membro do grupo pode perceber, compreender e conscientizar-se sobre como se coloca no mundo, podendo assim, reorganizar e integrar os aspectos alienados.

DELINEAMENTO METODOLÓGICO DO GRUPO TERAPÊUTICO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Durante aproximadamente um ano e meio, uma das autoras coordenou um grupo para mães que perderam seus filhos na gestação ou logo após o parto, em coterapia com outra psicóloga. Ribeiro (1994) defende que duas pessoas, cada uma com um olhar para o fenômeno baseado em sua experiência individual, contribuem para o crescimento das percepções e soluções de problemas acerca do processo grupal. O autor acrescenta que os coterapeutas devem funcionar complementarmente e sem que um seja visto como menos importante do que o outro. Os fundamentos teóricos da Gestalt-terapia nos nortearam para a condução desses grupos. Os encontros começaram no formato presencial e, devido às circunstâncias da pandemia, passaram a ocorrer de forma online.

Com a mudança para encontros online, pudemos perceber que perdemos a possibilidade de um contato mais próximo, dos “olhos nos olhos”, de perceber os gestos e movimentos das participantes e, devido à presença em um mesmo espaço físico, isso exige de todas um maior envolvimento e participação. Mesmo assim, os encontros online ocorreram de forma satisfatória e até surpreendente. Foram observados os seguintes ganhos com esse formato: a possibilidade de oferecermos esse grupo para pessoas de todos os lugares do mundo que dominam o português e têm acesso à internet (já tivemos participantes dos Estados Unidos, Portugal, Brasília, Manaus, Aracajú, Recife, etc.) e esse contato com os diferentes contextos enriquece muito as nossas conversas sobre a realidade da assistência nesses locais, a forma de

acolhimento, dentre outras; algumas pessoas se sentem mais à vontade para contar sua história através de uma tela do que se fosse um encontro presencial; o formato virtual facilita também a participação no sentido logístico, pois não demanda gasto financeiro e nem tempo para o deslocamento, as pessoas não precisam deixar suas casas, trocar de roupa e, isso, no caso de mães que estão vivendo um processo de luto e por isso com dificuldade para fazer esse tipo de movimento, facilita a possibilidade de participação.

Os encontros, quando presenciais, ocorriam em uma clínica particular de Belo Horizonte. No formato online, os grupos continuaram vinculados a essa clínica para realização da divulgação e das inscrições. A divulgação realizada através de redes sociais e a realização do grupo por uma plataforma de videoconferência. Era cobrado um valor social no ato da inscrição. O grupo ocorria quinzenalmente e a participação era aberta, ou seja, a participante podia comparecer quando quisesse e pelo tempo que julgasse interessante para ela. Como a intenção do grupo era de que todas as mães tivessem a oportunidade de participação, limitamos o número de inscritas para 12 pessoas e a média de participantes era de 8 a 12.

Cada encontro começava com uma apresentação rápida do grupo e dos combinados para o seu bom funcionamento. Não eram propostos temas ou atividades e nem pedíamos para que cada pessoa se apresentasse. Após a primeira fala das coordenadoras, abríamos o espaço para a participante que desejasse expressar o que quisesse, fosse se apresentando, ou contando sobre sua história. Algumas participantes, por opção, apenas escutavam a história das outras. Decidimos funcionar dessa forma, pois, por ser um grupo com uma temática muito sensível, algumas pessoas que estavam ali, ainda não estavam prontas para falar, muitas vezes até porque ainda não se sentiam à vontade com as psicólogas e nem com as companheiras de grupo. Conseguimos perceber com clareza no desenrolar dos grupos, que as participantes mais assíduas iam, com o tempo, se sentindo mais confiantes para dividirem

sua história, fragilidades e dores.

Ao longo de cada encontro as falas foram se conectando e seguindo um tema principal. Sempre que necessário fazíamos intervenções pertinentes para o momento e amarrações entre as falas, mas também procurávamos conduzir para que a fala de uma mãe complementasse a da outra e, no fim, fazíamos algumas ponderações, tentando nos manter como fundo para que o grupo acontecesse.

Para o encerramento do grupo, fizemos alguns fechamentos e colocações com o intuito de acolher os sentimentos despertados no encontro e as pessoas que se sentiram mais tocadas. Depois propusemos uma atividade breve e relacionada ao tema principal que apareceu, tais como, meditações, leituras de conteúdos pertinentes, ou deixamos que as próprias participantes fizessem alguma colocação breve. Ao final de todos os grupos, as psicólogas coordenadoras se colocavam à disposição para quem sentisse necessidade de conversar individualmente, para que não deixassem o grupo com alguma experiência em aberto, o que poderia ser prejudicial. Por outro lado, quando percebemos que alguma pessoa precisava de uma ajuda mais individualizada, nós a abordávamos separadamente.

DISCUSSÃO DO MANEJO CLÍNICO GRUPAL

Durante o período de um ano e quatro meses, alguns temas apareceram de forma frequente: necessidade de falar sobre o filho e ninguém se oferecer para escutar; insensibilidade e falta de estrutura da equipe de saúde para lidar com a família no momento da perda; medo de uma próxima gravidez; culpa e revolta por não ter conseguido perceber ou evitar a partida do bebê; momentos de maior tristeza quando as datas importantes se aproximam (data prevista do parto, aniversários de nascimento, Natal, dia em que descobriu que estava grávida, dentre outras); dificuldade para encontrar um novo sentido para a

vida; doenças que podem ter causado a morte do bebê e os tratamentos relacionados; dificuldade para desmontar o quartinho e se desfazer das coisas do bebê; falas insensíveis e pressão pelo encerramento da vivência do luto, pelas pessoas mais próximas; dificuldade para lidar e entender a forma como o(a) companheiro(a) está reagindo ao luto.

Acompanhando as participantes mais frequentes no grupo e através de feedbacks, pudemos concluir que elas tiveram uma evolução satisfatória no sentido de se reorganizarem para seguir suas vidas fora do grupo de forma ajustada à sua nova realidade. Através dessa experiência prática com o funcionamento do grupo, foi possível comprovar o benefício que a participação nos encontros representou para as mães enlutadas, coerente com a experiência de autores citados anteriormente, tais como Moraes et al. (2013) e Tavares (2018). Foi possível perceber que algumas questões em relação ao formato foram satisfatórias, como por exemplo, ser um grupo homogêneo, com tempo de duração de uma hora e trinta minutos, ter uma temática única e ter um número reduzido de participantes. Entretanto, ainda é possível questionar se alguns pontos do formato os quais, se alterados, poderiam contribuir para um maior processo de mudança dessas mães. Como se trata de um grupo aberto, a cada encontro novas mães participavam e muitas vezes as questões que apareciam se repetiam em quase todos os encontros.

Em nossa compreensão, isso podia estar impedindo um maior aprofundamento no processo do grupo, pois a repetição de questões abordadas pode gerar um desinteresse daquelas que já participaram de alguns encontros. Além disso, como as participantes vão mudando, por não se conhecerem e terem intimidade com as pessoas ali presentes, corre-se o risco de se perder a possibilidade de maior abertura e segurança para cada uma colocar de forma profunda seus sentimentos, suas dores e dificuldades. Foi possível evidenciar que a coesão grupal veio com o tempo e com o movimento das pessoas de se reconhecerem como pertencentes àquele grupo e, para que isso acontecesse,

foi necessário que as participantes tivessem tempo para se conhecerem. Outro complicador foi quando, em algum encontro específico composto por mais pessoas que já participaram e uma ou poucas novas participantes, estas últimas pareciam se sentir desconfortáveis e deslocadas no encontro.

A reflexão crítica da experiência do grupo supracitado e o diálogo com a literatura científica sobre a realidade do processo do luto em questão – em especial aquela relativa ao trabalho com grupos terapêuticos na Gestalt-terapia – permitiu o desenvolvimento de uma proposta para a formatação de um grupo com o objetivo de ampliar seu efeito terapêutico, conforme explicitada a seguir.

PROPOSTA DE UM GRUPO PARA MÃES ENLUTADAS DEVIDO À PERDA PERINATAL

A partir de princípios para a oferta de um grupo terapêutico fundamentados na Gestalt-terapia, focando na vivência do processo de enlutamento de mães que perderam seus bebês na perinatalidade, propomos a oferta de um grupo cujo objetivo é criar um ambiente facilitador de mudança em direção à busca de novo sentido de vida após a perda, através de ajustamentos para se adequar ao novo contexto em que a pessoa está inserida. Nesse sentido, ele teria as seguintes características e configurações:

- **Condução do grupo:** Coterapia, buscando o enriquecimento do trabalho com o grupo baseado no olhar complementar dos dois profissionais.
- **Formação do grupo:** realização de entrevistas individuais antes do primeiro encontro com todas as mães interessadas em participar. Nesta, será estabelecido o contrato terapêutico para o grupo referente à confidencialidade, à assiduidade, ao cumprimento do horário, ao pagamento, dentre outros pontos necessários. Também será possível tirar eventuais dúvidas, diminuir a ansiedade em relação ao novo e, ao estar

em grupo, facilitar o desenvolvimento de uma maior segurança por já conhecer os terapeutas responsáveis pelo grupo antes de seu início.

- Local: sala com tamanho adequado para alocar todas as participantes, arejada, clara e confortável. Cadeiras organizadas em forma de círculo para que todas se vejam de frente e em quantidade exata para o número de pessoas de cada dia específico. Os terapeutas devem se sentar em uma das cadeiras, dentro da roda, juntamente com os participantes, passando a mensagem de que ele está presente para viver o processo do encontro juntamente com o grupo.
- Duração de cada encontro: uma hora e trinta minutos, por entendermos ser um período suficiente para a participação de todas sem que o encontro fique cansativo e o foco se perca com o passar do tempo. Cabe aos coordenadores do grupo organizar para o que for proposto para cada encontro ocorra dentro do tempo proposto. O horário de início e de término deve ser cumprido na medida do possível de acordo com o contrato inicial.
- Horário: 19h. Isso dará a possibilidade para que as participantes possam comparecer após o horário de trabalho e sem que o término seja muito tarde. Algumas mães enlutadas relatam que o horário antes de dormir são momentos muito difíceis para elas, momentos que as lembranças vêm mais fortes e, por isso, é bom que o término do encontro não seja muito tarde.
- Público-alvo: mães que perderam seu bebê ainda na gestação ou logo após o nascimento. A proposta é de grupo com público homogêneo e com a mesma problemática, com o objetivo de gerar uma troca de experiências entre as participantes, evitar julgamentos e oferecer maior acolhimento para que elas se sintam mais à vontade para se abrirem ao processo de mudança que o grupo tem como objetivo.

- Tipo de grupo: fechado, ou seja, serão as mesmas participantes do primeiro ao último encontro. Caso alguém precise sair do grupo, essa vaga não será substituída. Com isso, é esperado um maior envolvimento entre os membros e que a entrada de um novo membro não atrapalhe o desenvolvimento terapêutico. Esse acordo sobre a permanência em todos os encontros do grupo e a disponibilidade prévia para participação deverá ser feito na primeira entrevista.
- Número de integrantes: de 5 a 10 participantes. É necessário um número mínimo para possibilitar a interação e o desenvolvimento de um processo grupal. Por sua vez, o limite de participantes se deve à possibilidade de todas terem espaço e oportunidade para participarem e, ao mesmo tempo, conseguirem criar proximidade e intimidade.
- Número de encontros: 12 encontros semanais. Este é o período em que será possível um trabalho terapêutico focado no processo de vivência da fase inicial do luto, na ressignificação da dor e da forma de se colocar no mundo e no desenvolvimento do autossuporte. Além disso, parte-se do princípio de que esse período de aproximadamente três meses aumenta a possibilidade de que as participantes permaneçam interessadas no processo do grupo até sua finalização.
- Primeiro encontro do grupo: por ser o momento inicial das participantes em contato umas com as outras, os terapeutas devem focar em trazer as informações pertinentes, inclusive retomando o contrato terapêutico já mencionado na entrevista individual. Nesse encontro, eles serão figura quase que todo o tempo. Após as falas iniciais, será sugerida uma atividade de apresentação, inclusive dos terapeutas e será dada a oportunidade de que cada uma expresse suas expectativas em relação ao desenrolar do grupo, as quais poderão ser retomadas ao final dos encontros. Feito isso,

eles trarão informações sobre o funcionamento do grupo, o processo do luto perinatal, o enfretamento dele, a crise psíquica que a própria gravidez já desencadeia, a importância de que o luto seja validado, vivido e expressado, a necessidade de que o bebê que partiu seja trazido para o pertencimento na família e principais dificuldades de vivência.

- Demais encontros: funcionarão como a oportunidade de o grupo ir ganhando intimidade entre suas participantes e, com isso, se sentirem mais à vontade para se abrirem à mudança que o trabalho pretende alcançar. Em cada encontro, será dada prioridade à espontaneidade do grupo para que o tema grupal daquele dia surja naturalmente e seja trabalhado. À medida que o grupo for se desenvolvendo, os terapeutas sairão do lugar de figura para se tornarem fundo, permitindo a maior participação das mães com o desenrolar dos encontros. Quando o final do encontro estiver se aproximando, os terapeutas deverão se preocupar em acolher e organizar os sentimentos e as emoções que apareceram naquele dia. Ao longo dos encontros, é importante também que os terapeutas incentivem a expressão da dor, o não julgamento em relação às histórias e decisões tomadas por cada uma, a relatar suas experiências trazendo-as para o aqui-e-agora, o desenvolvimento de habilidades para lidar com o luto dos familiares, principalmente do(a) parceiro(a), como estão se ajustando à nova realidade que estão vivendo e quais são os anseios em relação a uma próxima gravidez, se for o caso.
- Encontro de fechamento: nessa ocasião, é importante retomar as expectativas levantadas no primeiro encontro e deixar que as próprias participantes falem do momento delas e do grupo no início e nesse último encontro. Além disso, é significativo que elas reconheçam as

habilidades de autossuporte desenvolvidas e que poderão servir para os momentos difíceis que enfrentarão sem os encontros com o grupo. Por fim, será dada a oportunidade para que possam falar sobre a experiência com a vivência em grupo e demais assuntos que fizerem sentido para elas nesse momento final de fechamento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ressaltamos que a morte ainda é um assunto muito evitado na sociedade e a partida de bebês ainda na gestação ou logo após o nascimento são ainda mais silenciadas. A experiência clínica com essas mães enlutadas revela que muitas vezes elas procuram ajuda profissional porque não encontram espaço para validar o seu luto, pois precisam fechar situações nas quais não tiveram a oportunidade de viver esse processo de luto, ou porque sabem que não estão bem, mas nem percebem que foi porque deixaram essa vivência do luto em aberto. No momento em que essas mulheres se reúnem em grupo com outras que viveram experiência semelhante, elas podem ter a oportunidade de desenvolver a percepção de que não estão sozinhas, que podem e devem validar seus lutos e contar sua história e a história de seus filhos.

Através da observação do processo das mulheres que participaram dos grupos realizados e dos feedbacks dados por ela, é possível concluir que a participação no grupo citado nesse trabalho teve um efeito terapêutico positivo nessas mães. Dentre eles, os principais foram a possibilidade dessas mulheres validarem seu luto e de considerarem os filhos que morreram como parte da família. Além disso, apresentaram uma evolução satisfatória no sentido de se reorganizarem para seguir suas vidas fora do grupo de forma ajustada à sua nova realidade.

As reflexões da experiência prática de uma das autoras com a condução de um grupo direcionado à essas mães incentivou a elaboração de uma nova

proposta de grupo de mães enlutadas. Entendemos que este novo formato pode se configurar em um espaço ainda melhor, onde terão a oportunidade de falar sobre o filho e sobre suas perdas, ressignificar seu momento atual e a relação com o bebê e desenvolver meios próprios de se ajustar à nova realidade.

Não encontramos na literatura gestáltica material sobre grupos terapêuticos com foco na área perinatal. Nesse sentido, o presente trabalho pretendeu beneficiar também o processo de compreensão de outros profissionais que atuam com esse público mediante a apresentação das experiências grupais realizadas na Gestalt-terapia e complementá-las com estudos de outras áreas, bem como estimular novos trabalhos clínicos com essa temática. Por fim, pelo exposto, ressaltamos que ainda há muito a ser estudado no que se refere ao trabalho clínico com mães em luto perinatal, especialmente na modalidade grupal.

REFERÊNCIA

ALARCÃO, A. C. J.; CARVALHO, M. D. B.; E PELLOSO, S. M. A morte de um filho jovem em circunstância violenta: compreendendo a vivência da mãe. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v.16, n.3, p. 341 -347, 2008. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692008000300002&script=sci_arttext&tIng=pt. Acesso em: 01 mar. 2020.

ANDRADE, C. C. O poder criador do inter-humano no grupo terapêutico.

Revista da abordagem gestáltica (Impresso), v. VII, p. 109-116, 2001.

----- Viuvez e luto sob a luz da Gestalt-terapia: experiências de perdas e danos.

Revista da abordagem gestáltica (Impresso), v. 14, p.153-160, 2008.

----- Autossuporte e heterossuporte. In: FRAZÃO, L. M.; FUKUMITSU, K.O. (Org.). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus, 2014. p. 147-162.

BIANCHI, D. P. B.; CAMPS, P. B. Luto em enfrentamento na contemporaneidade. In: MARRAS, M. (Org). **Angústias contemporâneas e Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 2020. p. 200 – 228.

BINOTTO, A. M. F.; Natimorto, Aborto e Perda Perinatal: A Morte no Lugar do Nascimento: Um olhar e uma escuta humanizados. In: CASELLATO, G. (Org.). **Dor silenciosa ou dor silenciada? Perdas e lutos não reconhecidos por enlutados e sociedade**. São Paulo: Editora Livro Pleno, 2005. P. 35-50.

BRANDÃO, C. L. Reflexões sobre um corpo mãe - entrelaçamentos da maternidade biológica e da maternidade por adoção. In: MENDONÇA, B. I. O.; BRITO, M. A. Q. (Orgs.). **Ensaios em Gestalt-terapia – percursos autobiográficos**. Salvador: EDUFBA, 2019. p. 61-77.

BRITO, M. A. Q. Nas páginas do meu corpo, histórias em cicatrizes. In: MENDONÇA, B. I. O.; BRITO, M. A. Q. (Orgs.). **Ensaios em Gestalt-terapia – percursos autobiográficos**. Salvador: EDUFBA, 2019. p. 81-93.

CARDOSO, C. L.. Grupos terapêuticos na abordagem gestáltica: uma proposta de atuação clínica em comunidades. **Estudos e Pesquisas em Psicologia (UERJ)**, v. 1, p. 122-136, 2009.

CASELLATO, G.; Luto não autorizado. In: FUKUMITSU, K. O. (Org.). **Vida, morte e luto: Atualidades brasileiras**. São Paulo: Summus, 2018. p. 207–215.

_____ Luto não reconhecido: o fracasso da empatia nos tempos modernos. In: CASELLATO, G. (Org.). **O Resgate da Empatia: suporte psicológico ao luto não reconhecido**. São Paulo: Summus, 2015. P 15 – 28.

- CIORNAI, S. Abordagem gestáltica no trabalho com grupos. In: FRAZÃO, L. M.; FUKUMITSU, K.O. (Org.). **Modalidades de intervenção clínica em Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 2016 p. 168-186.
- FREITAS, J. L. Luto e fenomenologia: uma proposta compreensiva. **Revista da Abordagem Gestáltica**, Goiânia, v.19, n.1, p. 97-105, 2013. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rag/v19n1/v19n1a13.pdf>. Acesso em: 11 dez. 2019.
- FREITAS, J. L.; FUCK, M. L. H. A maior dor do mundo: o luto materno em um perspectiva fenomenológica. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v.19, n. 2, 2014. Disponível em <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=287132426010>. Acesso em: 11 dez. 2019.
- FUKUMITSU, K. O. Perdas no Desenvolvimento Humano: Um estudo fenomenológico. 2^a. Edição. São Paulo: Digital Publish & Print, 2013.
- HYCNER, R. **De pessoa a pessoa: psicoterapia dialógica**. 2^a. Edição. São Paulo: Summus, 1995.
- PALLOTTINO, E. REZENDE, C. Prefácio. In: LUPI, L.; LUPI, C.; CAMARGO, F.; COURI, R. (Orgs.) **Histórias de amor: na perda gestacional e neonatal**. Recuperado de <http://www.amazon.com>.
- MAGNABOSCO, M. M. Sofrimento Humano e Cuidados Terapêuticos: a corporeidade vivida em situações de perdas de filhos: a negação da dor. In: CARDOSO, C. L.; GIOVANETTI, J. P. (Orgs.). **Sofrimento Humano e Cuidado Terapêutico**. Belo Horizonte: Artesã Editora, 2019. p. 169-186.
- MORAIS, K. C. B.; SILVA, T. G.; MEDEIROS, W. C. M.; VIEIRIA, C. M. Gestalt, grupoterapia e arte: a resignificação do bebê pré-termo em unidade neonatal. **Revista da Abordagem Gestáltica**, v. 19, n.1, p.

21-30, 2013.

ONG Amada Helena. **Cartilha de Orientação ao Luto Parental – pelo direito de sentir**. Porto Alegre, 2019. Disponível em: https://issuu.com/ong.amadahelena/docs/cartilha_de_orientacao_ao_luto_pare. Acesso em: 04 fev. 2020.

PARKES, C. M. **LUTO: Estudos sobre a perda na vida adulta** [tradução: Maria Helena Franco] 3ª. Edição. São Paulo: Summus, 1998.

POMPEIA, J. A.; SAPIENZA, B. T. **Os dois nascimentos do homem: Escritos sobre terapia e educação na era da técnica**. 1 ed. Rio de Janeiro: Via Verita, 2011.

RIBEIRO, J. P. **Gestalt-Terapia: o processo grupal: uma abordagem fenomenológica, da teoria do campo e holística**. São Paulo: Summus, 1994.

SALGADO, H. O. Como lidar luto perinatal: acolhimento em situações de perda gestacional e neonatal. São Paulo: Lexema – Ema Livros, 2018.

SOUBIEUX, M. J. Um luto complexo com impactos múltiplos. In: MORTE PERINATAL: Entender e medir seu impacto para melhor acompanhar as que são a ela confrontados, 2014, Paris. **Simpósio organizado pela AGAPA**. Paris: AGAPA.

TAVARES, R. T. Conectar enlutados: do degradar ao despertar e prosseguir. In: FUKUMITSU, K. O. (Org.). **Vida, morte e luto: Atualidades brasileiras**. São Paulo: Summus, 2018. p. 232-242.

YALOM, I. D; LESZCZ, M. **Psicoterapia de Grupo: teoria e prática**. São Paulo: Artmed, 2006.

ZINKER, J. **Processo criativo em Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 2007.

CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO
EM PSICOLOGIA CLÍNICA:
*Gestalt-terapia e
Análise Existencial*

