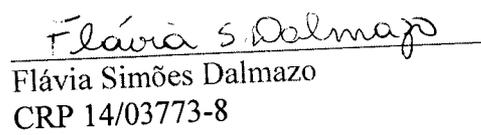
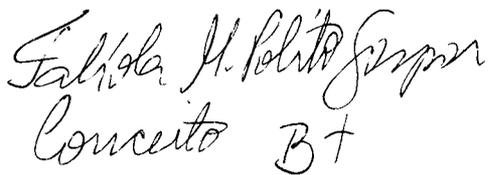

Angela Schillings - orientadora
CRP 12/00080

Conceito B+


Flávia Simões Dalmazo
CRP 14/03773-8


Conceito B+

FLÁVIA SIMÕES DALMAZO

**COMPREENSÃO DE AJUSTAMENTOS NEURÓTICOS À LUZ DA HISTÓRIA
DE FRANCESCA JHONSON – Personagem de “As Pontes de Madison” – Uma Visão
Gestáltica**

FLORIANÓPOLIS, 2008.

FLÁVIA SIMÕES DALMAZO

**COMPREENSÃO DE AJUSTAMENTOS NEURÓTICOS À LUZ DA HISTÓRIA
DE FRANCESCA JHONSON – Personagem de “As Pontes de Madison” – Uma Visão
Gestáltica**

Trabalho final do curso de especialização em Gestalt-terapia, requisito obrigatório para a obtenção do título de especialista em psicologia clínica na abordagem gestáltica pelo Comunidade Gestáltica – Clínica e Escola de Psicoterapia.

Comunidade Gestáltica – Clínica e Escola de Psicoterapia.

Orientadora: Prof^a Ângela Schilings

Florianópolis , 2008.

Dedicatória:

**Aos meus colegas que fizeram com que o curso fosse tão maravilhoso quanto foi. Com
carinho.**

Agradecimentos:

À Angela com muito carinho.

Citação:

Porque eu e amo tu não precisas de mim.
Porque tu me amas, eu não preciso de ti.
No amor jamais nos deixamos completar.
Somos, um para o outro, deliciosamente desnecessários.
O amor é tanto, não quanto. Amar é enquanto, portanto.
Ponto.

Roberto Freire
Ame e dê vexame

Ou

O amor é inventivo e anula os postulados da lógica. Ele tem sua lógica própria, tão válida quanto a outra. E os amantes se entendem sob o signo do absurdo — não tão absurdo assim, como parece aos não-amorosos.

Carlos Drummond de Andrade

Ou outros que você queira.....

SUMÁRIO

I.	INTRODUÇÃO	07
	1.1. Justificativa Teórica e Prática	07
II.	CONTEXTUALIZAÇÃO TEÓRICA	09
	Contato	09
	Awareness	10
	Self	12
	Interrupções	13
	Temporalidade e Neurose	23
III.	APRESENTAÇÃO DE VIVÊNCIA TEMÁTICA E DISCUSSÃO TEÓRICA	27
IV.	CONSIDERAÇÕES FINAIS	36
	BIBLIOGRAFIA	39

I. INTRODUÇÃO

1.1 Justificativa teórica e prática

A traição a que se refere esse trabalho é aquela existente numa relação considerada “amorosa” em que, pelo menos, uma das pessoas envolvidas mantém um relacionamento em paralelo.

Nesse sentido, buscou-se fundamentação conceitual para a palavra traição no dicionário Wikipédia que considera que “é o rompimento ou violação da presunção do contrato social (verdade ou da confiança)”¹. A definição do dicionário Aurélio também na Wikipédia consta como: “do Lat. Tradere, v. tr, atraiçoar; enganar por traição; ser infiel a; denunciar; revelar; não cumprir; descobrir involuntariamente o que se pretendia ocultar; delatar; comprometer-se”².

Interessou-me observar o grande número de casos que atendem a essa premissa, tanto em minha prática clínica, como em situações encontradas na vida cotidiana. Pessoas que assumem um compromisso afetivo com outra, seja um namoro, ou casamento e que “traem”, conforme o sentido acima estabelecido. Ou seja, ao mesmo tempo em que estão comprometidas com o namorado (a), esposo (a), estão se relacionando com mais alguém.

Os exemplos são trazidos ao conhecimento popular o tempo todo, através da mídia. Assim, esse tema é apresentado no cinema, na televisão, na literatura, nos casos apresentados pelos clientes, e pelas próprias relações de amizade em que constantemente o assunto aparece através de uma confidência ou “fofoca” de que alguém está traindo alguém. Percebe-se uma banalização do tema em programas de auditório em que são realizados jogos ou enquetes como, por exemplo, “Quem trai mais? O homem ou a mulher?”.

Assim, as discussões sobre o tema trazem polêmica, observando-se introjeções na divulgação do assunto, tais como: se a traição for com alguém que a pessoa comprometida não conhece, então esse é um atenuante; se for esporádico, ou por dinheiro

¹ Wikipédia (<http://pt.wikipedia.org/wiki/Trai%C3%A7%C3%A3o>).

² Wikipédia (<http://pt.wikipedia.org/wiki/Trai%C3%A7%C3%A3o>)

também; o homem trai por causa do sexo, já a mulher por sentimento; trair faz parte, trair é inaceitável. Enfim, quais sejam os motivos, a definição, ou o que fazer quando se descobre, há uma variedade de opiniões.

Portanto, é com base na exposição acima que será construída a temática desse trabalho, promovendo-se a compreensão e ampliação do tema à luz da teoria da Gestalt-terapia.

Para tanto, será apresentada a história de Francesca Jhonson, do romance “as pontes de Madison”³, uma mãe de família que tem um caso extraconjugal e que renuncia ao amor que sente pelo amante em nome do esposo e dos filhos. A hipótese que se vai observar, é que o ajustamento confluyente, mantido por ajustamento de introjeção, é o que muitas vezes, faz com que a pessoa mantenha o relacionamento original, independentemente de continuar ou não com o relacionamento extraconjugal.

Entende-se que o tema abrange praticamente a todos os níveis sociais, e graus de instrução, independentemente de sexo, idade, cultura. E que o entendimento, e descrição do fenômeno, pode trazer esclarecimento e possivelmente alternativas de ajustamentos mais saudáveis para os envolvidos. Além disso, pretende-se contribuir para o acréscimo de subsídios teóricos para futuras atuações em práticas clínicas, para profissionais psicólogos com formação em gestalt-terapia e afins.

³ As pontes de Madison, Robert James Waller 2003

II. CONTEXTUALIZAÇÃO TEÓRICA

2.1. Contato

Contato é uma necessidade de união e separação. O contato é a consciência de um comportamento para com as novidades assimiláveis e rejeição das novidades não assimiláveis. E sendo assim, a mudança é um resultado inevitável do contato. Porque ao fazer contato com algo novo você já não é mais o mesmo.

Por ser uma palavra de uso coloquial algumas pessoas poderão confundir contato com intimidade ou união. Porém, contato é um processo. E a diminuição da capacidade de contato leva a solidão, justamente pela perda da capacidade de ser despertado por algo novo.

O contato não é apenas reunião ou intimidade. Ele só pode acontecer entre seres separados, que sempre precisam ser independentes e sempre se arriscam a ser capturados na união. No momento da união, o senso mais pleno que um indivíduo tem de si mesmo é movido rapidamente para uma nova criação. Não sou mais apenas eu mesmo, mas eu e você fazemos nós.⁴

Apesar de formar um novo que é chamado de “nós”, o contato presume a consciência de um eu e de um não eu, porque acontecendo o contato no diferente, se essa consciência não ocorre, conseqüentemente também não ocorre o contato. O contato está entre a manutenção do já existente e a necessidade da assimilação da novidade, que caracteriza o crescimento. Nesse sentido, o contato pressupõe aproximação e afastamento. Aproximação com o novo (assimilação da necessidade) e afastamento (manutenção do existente). Para haver contato existe a condição de que o diferente, o novo, seja figura para a pessoa. Precisa capturar a atenção dela. Aquilo com o que a pessoa já está familiarizada não chama a atenção.

Contato é uma ação processual, e dinâmica. O processo de contato poderia ser didaticamente descrito em pré-contato, contato propriamente dito, contato final e pós-contato. Ou seja, algo aparece como figura, algo (novo, diferente) captura, isso gera um estado ativado em termos sensorial, motor e cognitivo – pré-contato (aproximação). Eu interajo com esse novo – contato propriamente dito. Ocorre uma mudança em mim. Eu já

⁴ POLSTER, Erving, POLSTER, Miriam. *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p.112.

não sou mais o mesmo devido a essa nova experiência – contato final. Esse novo já não me captura mais, eu assimilo o que me é importante, o que me satisfaz, rejeito o que não me interessa e então esse contato se desfaz – pós contato (afastamento). Nesse momento uma nova figura se destaca do fundo (fluxo figura e fundo).

Quando não há um fluxo figura e fundo livre, perde-se na qualidade do contato, pois há uma dificuldade na formação de figura e conseqüentemente a energia não está disponível para o contato. Essa energia é utilizada na interação defensiva. Ou seja, os distúrbios de contato aparecem ou em excesso de rigidez ou excesso de permeabilidade. Podem levar ao isolamento ou a perda de identidade.

2.2 Awareness

“Fiz da tomada de consciência (*awareness*) o ponto central da minha abordagem, reconhecendo que a fenomenologia é o passo básico e indispensável no sentido de sabermos tudo o que é possível saber. Sem consciência não há nada. Sem consciência há vazio (PERLS, 1969, p. 88)”⁵

Perls entendia o ego como um processo, como algo insubstancial. A partir dessa concepção de ego como uma função do organismo, que se expressa por meio de músculos, cérebro, e como uma capacidade de auto-regulação que faz com que o indivíduo esteja em constante mudança/evolução (processo), Perls entendeu que a *awareness* seria uma auto-regulação de nossa sensório-motricidade no meio segundo uma orientação histórica. Assim, a noção de ego insubstancial enquanto agente da *awareness* precisaria conciliar duas abordagens distintas: a noção goldsteiniana de organismo inserido no meio e a psicanalítica de um ser que está sempre lidando com o passado, com uma história.

Goodman concordava com Goldstein em sua concepção de organismo como uma forma específica de regulação da matéria físico - química junto a um amplo campo de fatores - o meio. Mas também reconhecia a postura da psicanálise de que o campo consiste em uma subjetividade anônima, genérica, que se exprime particularmente em cada objeto.

⁵ PERLS, Frederick apud MULLER-GRANZOTTO, Marcos j., MULLER-GRANZOTTO, Rosane L. São Paulo : Summus, 2007, p.175.

Para Goodman, a noção fenomenológica de consciência conciliaria esses dois enunciados. A consciência fenomenológica é a **dinâmica intencional de constituição** de objetos em que ela mesma experimenta sua unidade, sua regulação. Ao mesmo tempo, ela é aquilo que existe em abundância em todo objeto, que ultrapassa as formas objetivas em favor de sua própria generalidade temporal.⁶

A fenomenologia passou a inspirar a fundamentação teórica da Gestalt Terapia. Isso exigiu que Perls e Goodman adequassem sua terminologia ao formato transcendental e processual da linguagem fenomenológica. Nesse sentido, a noção de *awareness* vai se transformando para que a compreendamos não como uma faculdade, mas como um estado, um processo, um “sistema-*awareness*”. Isso permitirá também compreender como ela designa nossa intencionalidade organísmica, bem como nossos problemas na vivência da mesma.⁷

Assim, *awareness* é aquilo que se dá no contato, a partir de um sentir (sensação/ percepção), e forma de excitação e a favor da formação de *gestalten*.⁸

Na definição de *awareness* temos dois níveis:

1. *awareness* sensomotora, subdividida em *awareness* sensorial ou primária e *awareness* deliberada (comportamento motor). A *awareness* sensorial designa o sentir, o processo de abertura ao novo, enquanto a deliberada designa o excitação, que implica na mobilização da nossa história.
2. *awareness* consciente, caracterizada pela fixação da *gestalt* como aquisição objetiva

Entre esses dois níveis de articulação da *awareness* não há ruptura, há integração. Esse tratamento fenomenológico da *awareness* enquanto sistema intencional permitiu associar a noção de intencionalidade organísmica de Goldstein há um fundo temporal. Conseqüentemente isto permitiu a retomada do domínio psicológico, entendido

⁶ MULLER-GRANZOTTO, Marcos j., MULLER-GRANZOTTO, Rosane L. *Fenomenologia e Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 2007, p. 174-175.

⁷ Idem, p. 175.

⁸ PERLS, Frederick, HEFFERLINE, Ralph, GOODMAN, Paul. *Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997, p. 33.

como universo de co-dados (vividos) retidos como fundo intencional associado a cada novo dado.

2.3 Self

Apesar de se falar “o *self*” como substantivo ele é um processo. É dinâmico, é energia em movimento, faz parte de um campo organismo-meio, é temporal, é um sistema de contatos, onde ao mesmo tempo se mantém em determinados aspectos, e cresce, se transforma, se modifica em outros. Tendo isso posto, fica estabelecido que o *self* não é estático, fixo, pronto, ou mesmo acabado. Não é uma entidade.

Segundo PERLS, HEFERLINE e GOODMAN, “ “O *self*, o sistema de contatos, integra sempre funções perceptivo-proprioceptivos, funções motor-musculares e necessidades orgânicas.””⁹

Sendo assim, o *self* é um sistema complexo de contatos. Complexo porque o sistema de contatos implica funções motoras-musculares, perceptivas e necessidades orgânicas. O *self* existe na fronteira de contato. Em cada momento existe um acesso aos meus vividos e as perspectivas e horizontes de futuro que se “combinam” e proporcionam possibilidades de agir, pensar, ser.

As operações básicas do *self* são descritas em três funções: ID, EGO e PERSONALIDADE.

A função ID aparece quando o *self* está completamente indiferenciado enquanto organismo e meio. O *self* experimenta o campo como se fosse ele próprio. Ele é as sensações que experimenta como algo que simplesmente acontece. O *self* está nesse momento indistinto dessas sensações e emoções. Enquanto ID o *self* é corpo, um corpo que antes de ser entendido, pensado é vivido como pulsação, temperatura, pressão, etc.

O EGO é a função do *self* que delibera, age, decide. É no momento dessa função em ação que o *self* se individualiza, e que se identifica ou se aliena em relação às possibilidades que o meio oferece.

⁹ PERLS, Frederick, HEFFERLINE, Ralph, GOODMAN, Paul. *Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997, p. 179.

A função PERSONALIDADE é a parte do *self* que é descoberta e inventada no processo de análise/ reflexão. A atitude que uma pessoa adota numa relação interpessoal é a função personalidade que está aparecendo. Trata-se então do desempenho dos papéis sociais. É o que somos em cada contexto. A função personalidade é conhecida e transparente, é o que é mais facilmente identificável. É nessa função que o *self* objetiva o conhecimento.

2.4 Interrupções

Resistência

Resistência é qualquer força intrapessoal que interfira para que a pessoa alcance algum objetivo específico. Sem a remoção da barreira dificilmente o objetivo é alcançado. Desse modo a resistência acaba sendo vista como uma vilã do verdadeiro eu.

A resistência que sob um ponto de vista é tida como barreira, sob outro pode ser considerada uma maneira criativa de lidar com algo difícil. Além disso, independentemente do motivo que levou a pessoa a criar àquela resistência ela já é parte dela. Ela não é mais a pessoa de antes da resistência. E por isso cada passo no trabalho da resistência é um passo de uma nova formação da natureza da pessoa. Um modo de trabalhar a resistência é justamente focalizá-la. Ou seja, ficar com a resistência requer uma escolha do terapeuta em ficar com o foco na simples resistência identificada.¹⁰

O homem é uma composição de características¹¹. Então não podemos pensá-lo como alguém que resiste, mas sim como dividido dentro de si em algum momento. Interiormente existe uma guerra pela existência, que é uma guerra em que cada parte desse homem, cada aspecto briga por si. Isso é praticamente o mesmo que dizer que o homem é uma seqüência interminável de polaridades.

¹⁰ POLSTER, Erving, POLSTER, Miriam. *Gestalt terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 67-68.

¹¹ Idem, *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 72.

Ao reconhecer em si uma característica de forma implícita, encontra-se a presença da característica oposta. As polaridades são infinitas, pois cada pessoa desenvolve as suas, conforme sua subjetividade.

O trabalho com as polaridades deve seguir no sentido de promover o conhecimento de cada uma das dimensões da polaridade – agressor- vítima por exemplo, e permitir a cada uma delas a vivência plena e ainda que as duas façam contato entre si, isso é, promover a integração das partes.

As pessoas fazem movimentos para organizar suas forças e para funcionar da melhor forma possível em cada momento determinado. É difícil experienciar características a princípio incompatíveis, a menos que a pessoa redescubra uma nova composição. Habilidade e perseverança são necessárias para que se consiga alcançar compatibilidades entre algumas características e para manutenção da integração e do contato de características antagônicas.

É claro que existem momentos em que surgem contradições no processo de integração. As vezes um desejo interfere em outro e uma disputas por figuras passa a existir. Nesses momentos as antíteses podem ceder e em decorrência disso se retraem e perdem a oportunidade de uma nova síntese.

A restauração do contato entre polaridades pode trazer um clima ruim, pode ser desgastante e perigoso. Principalmente quando uma característica se fortalece e se enrijece quando está tentando aparecer, buscar expressão.

Então no momento de ação na direção da integração a pessoa pode experimentar um medo de explodir devido a energia que começa a ser mobilizada na parte que estava reprimida. Essa energia, inicialmente pode vir com choro, gritos, ataques de birra, hipermovimentação ou hiperverbalização. E assim, a pessoa experimentando no ambiente terapêutico que é capaz de ceder, sentir, suportar a explosão, vem a sensação de renascimento e de novas possibilidades.

Confluência

A confluência está na base de relacionamentos frágeis. A confluência é a tentativa de duas pessoas serem, sentirem, pensarem e/ou agirem da mesma forma. Mas é

impossível que isso aconteça. Temporariamente até pode ser que alguém desempenhe algum papel diferente porque o seu senso de eu está sendo mantido como figura. Ou seja, uma pessoa em determinada situação, ao perceber que se for autêntica pode ter seu senso de eu de alguma forma violado, poderá passar a representar, CONFLUIR, com alguém, alguma coisa, ou alguma situação para garantir o seu bem estar. Porém ao cessar essa situação a pessoa retorna ao seu modo próprio de pensar, ser e agir.

A confluência é um contrato em que duas pessoas concordam em não discordar uma da outra. Em alguns casos uma das partes não sabe do contrato, mas acaba entrando nele por ignorância, carência ou algum outro motivo.¹²

Esse tipo de relacionamento não é eternamente harmonioso por causa da concordância mútua. Ele começa a mostrar sinais de desgaste quando uma das partes quebra algum ou os termos do contrato, conscientemente ou não. É inconsciente quando se ouve depoimentos do tipo, "Nós nunca tivemos briga nenhuma, não sei o que está acontecendo".

A culpa e o ressentimento são sentimentos que denotam relacionamentos confluentes. Nesses casos, o contato, a diferenciação e a articulação são bons antídotos. A prática desses comportamentos promove a experiência por parte do indivíduo de fazer escolhas, identificar necessidades e sentimentos próprios.¹³

A confluência é a interrupção que ocorre antes da nova excitação primária.¹⁴ Confluências neuróticas não podem ser contatáveis devido à repressão. Ou seja, a atitude é de apego à inconsciência.

No relacionamento confluyente não há satisfação porque tudo é antigo, costumeiro, consumado, mas a pessoa tem a sensação de segurança. A pessoa, nesse caso, evita uma nova excitação com medo e por causa da sensação de paralisia que a falta do consumado gera.

No ambiente, então, a atitude é impedir que o comportamento consumado seja roubado. A satisfação só é possível na histeria (espontaneidade aleatória

¹² POLSTER, Erving, POLSTER, Miriam. *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 106.

¹³ POLSTER, Erving, POLSTER, Miriam. *Gestalt-terapia-integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 108.

¹⁴ PERLS, Frederick, HEFFERLINE, Ralph, GOODMAN, Paul. *Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997, p. 252.

completamente independente da vigilância do ego). Nesse caso a regressão (histeria) serve como atitude expansiva na qual a pessoa consegue se expressar.¹⁵

Introjeção

Introjeção, de modo geral, significa assumir como seu, sem questionar, padrões, verdades, e explicações, isso é, o que de fato é do meio/mundo.

Ou seja, a pessoa se comporta acreditando que deve agir desse ou daquele jeito, que tem que sentir esse ou aquele sentimento em cada situação, que a pessoa precisa pensar nessa ou naquela linha de raciocínio e que pode ou não fazer certas coisas sem questionar quem determinou aquilo, ou se isso tudo se aplica a ela naquele momento. A pessoa simplesmente acha que é assim. A pessoa que usa esse mecanismo tem um preço alto a pagar, o de perda do senso de livre escolha na vida.

Nesse sentido é difícil desfazer a introjeção porque as coisas simplesmente são como são. Não há discriminação, deliberação.

O conflito da introjeção ocorre quando as introjeções não mais se adaptam as necessidades do indivíduo e esse indivíduo acaba tendo que escolher o que deseja e com o que está disposto a se identificar, e tem que resistir às pressões e às influências que ele vai continuar a receber e são agora indesejadas. Assim é iniciada a luta interna.

Existem momentos em que a pessoa percebe as incursões vindas do exterior de modo tão intenso que acaba agindo reativamente de forma contrária ao que é posto, colocando em segundo lugar o raciocínio sobre qual a melhor forma. O objetivo é afirmar que a pessoa pode, consegue e é responsável por suas escolhas.

Esse é o caso dos bebês que passam a dizer não para tudo, ou os adolescentes que preferem fazer suas próprias vontades mesmo que isso custe algo a eles.

A pessoa que usa a introjeção geralmente tem grandes doses de fé. Ela simplesmente acredita. “ “ A pessoa que utiliza a introjeção absorve suas experiências com grandes doses de fé, pois no início ele não tem como conhecer as implicações de suas escolhas.””¹⁶

¹⁵ Idem, *Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997, p. 253.

¹⁶ POLSTER, Erving, POLSTER, Miriam. *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 88.

Existe um momento em que a pessoa pode discriminar criativamente as incursões do meio e não apenas reativamente. Porém, nesse momento começa a existir o conflito inevitável entre aceitar a vida como ela é, ou mudá-la. Esse é um conflito que dura enquanto a pessoa viver.

Tornar o sistema de escolhas disponível para a pessoa é a chave para trabalhar com a pessoa que se utiliza desse mecanismo. O estabelecimento do poder de diferenciação eu-eles é tarefa primária do terapeuta.

Existe uma diferença entre o que o meio traz e aquilo que a pessoa poderia realmente desejar. Porém, a pessoa que utiliza a introjeção tende a diminuir essa diferença. Esse tipo de pessoa evita usar a agressividade necessária para destruir e/ou mudar o que existe. As coisas do meio chegam como se fossem invioláveis. É como se ela já soubesse ou já tivesse aceito o que está sendo dito.

A pessoa que usa a introjeção tem pelo menos três desculpas para manter o modo como recebe o mundo, e que a impede de elaborar/mastigar as incursões do meio que são: a impaciência, a ambição e a preguiça de ter de trabalhar duro para conseguir algo, ou a ambição por conseguir o máximo possível do modo mais rápido possível.¹⁷

O sentimento de amargura é comum aparecer durante a terapia quando a agressão e a crítica começam a ser mobilizadas. Isso acontece, porque a pessoa se dá conta das escolhas que não fez, das coisas que aceitou, de como se omitiu e se deixou vitimizar.

É curioso que as primeiras mudanças da pessoa que usa a introjeção sejam aleatórias porque no fundo a pessoa desconhece o que deseja. A pessoa tem mais clareza do que pretende se livrar. Mesmo assim essas mudanças são importantes porque trazem a tona a vivacidade da pessoa. Com o tempo as mudanças serão direcionadas.

A rebelião é algo necessário na terapia dessas pessoas para desfazer a introjeção. É preciso “vomitar, literal ou figurativamente visto que isso representa a descarga dos indesejáveis corpos estranhos que precisam ser expelidos, mesmo que com o passar dos anos a pessoa sinta como se eles fossem próprios dela.”¹⁸

Ao final desse processo a pessoa poderá perceber que sua existência não é um script já escrito mas algo que ela mesma está constantemente criando.

¹⁷ Idem. *Gestalt-terapia-integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 91.

¹⁸ POLSTER, Erving, POLSTER, Miriam. *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 92.

Projeção

Se eu não posso sentir algo, eu creio que o outro sente. Se eu não posso agir de certa maneira, o outro pode. Se eu não gosto de algo em mim, isso é ruim, é melhor eu não gostar disso no outro também. A isso chama-se tecnicamente de Projeção. O resultado é um distanciamento entre as características reais de uma pessoa e o que ela tem consciência a respeito delas.¹⁹ O curioso é que essa mesma pessoa tem bastante clareza dessas características nas outras pessoas.

O grande trabalho com a pessoa que usa o mecanismo projetivo é permitir que essa pessoa possa recuperar sua identidade. Assim, nas verbalizações, sempre que o sujeito da frase não for a própria pessoa, um bom recurso é pedir que repita a mesma frase colocando-a na primeira pessoa. Por exemplo: -Ele faz isso comigo! Trocar por: - Eu faço isso com ele. Ou por: - Eu deixo ele fazer isso comigo. Isso pode ajudar a pessoa a perceber seu papel em cada contexto.

“ “A dinâmica terapêutica se apóia na crença básica de que nós criamos nossos próprias vidas e ao recuperar nossas próprias criações, somos incentivados a mudar nosso mundo.””²⁰

Outro fator que neutraliza a projeção, é que ao apropriar-se do conteúdo da projeção acontece a expansão da experiência de “eu”, que por si só é uma vivência curativa.

Em alguns casos algumas pessoas têm a projeção como uma auto sustentação paranóide. Nesses casos as pessoas estão ou ao lado delas ou contra elas. Aqui se exige uma grande habilidade do terapeuta e um grande vínculo para se trabalhar no pequeno espaço que existe antes que a pessoa sinta como se você estivesse contra ela.

Com esse tipo de pessoa é comum encontrar bastante resistência no processo de restabelecimento de auto-consciência. A retomada do material projetado precisa vir do apoio experienciado.²¹

¹⁹ Idem, *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 93.

²⁰ POLSTER, Erving, POLSTER, Miriam. *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 93.

²¹ Idem, *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 94.

Nesse ponto é importante comentar que a projeção não é sinônimo de falta de contato. Ela pode ser, por exemplo, extremamente útil ao terapeuta nos momentos em que deseje estar na posição do cliente, para tentar entender como ele se sente, pensa, etc. Se ele não fosse capaz de projetar e de fazer contato com essa fantasia ele teria que ter vivido todo tipo de situação que o cliente relata para poder entender.

E como isso não é possível, seria impraticável criar uma aura de entendimento, confirmação, acolhimento, enfim, construir as bases necessárias para a realização do vínculo terapêutico.

Retroflexão

Existe uma vontade de alguém, um desejo, uma necessidade, e por algum motivo a pessoa não manifesta essa vontade, não busca a satisfação dessa necessidade no meio e acaba fazendo ela por ela mesma. Seja quando quer fazer algo, seja quando gostaria que fizessem algo com ela ou por ela. Isso é a retroflexão. Isso é, “ “ (...) o indivíduo volta contra si mesmo aquilo que ele gostaria de *fazer com outra pessoa*, o que gostaria que outra pessoa *fizesse com ele*. ””²²

A mesma pessoa reúne vários papéis: o de observador e observado, ou aquele que faz e aquilo que é feito. Essa capacidade pode ser vista na autocrítica, no senso de humor, na sensação de vergonha ou na percepção da própria mortalidade, por exemplo. O homem fala consigo mesmo.

Exemplos de retroflexão não saudáveis são quando um adulto mantém um comportamento não ativo no meio quando ele não mais precisa fazer isso, ao contrário de quando era criança. Logo, a pessoa pode retrofletir fazendo para ela mesma algo que gostaria que fizessem por ela, ou com algo que ela gostaria de fazer com os demais.

A forma saudável aparece nos momentos que os pensamentos trazem ações corretivas, ou que favorecem decisões mais acertadas, identificando riscos e limitações.

Na retroflexão muitas vezes acontece um atrito interno e um estresse considerável porque a energia está contida e não se move na direção necessária. Nesse sentido, torna-se quase óbvio que a busca do trabalho terapêutico deva ser no sentido de

²² POLSTER, Erving, POLSTER, Miriam. *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 96.

redirecionar a energia contida a fim de abrir a luta interna. Se a energia não ficar apenas dentro do indivíduo ela fica livre para se mover na direção de um relacionamento com algo externo a si.

Existem dois níveis de toxicidade:

1. indivíduo faz para si o que necessita;
2. nem ao menos isso ele faz. Ele é intocável para ele mesmo e nem bom para ele mesmo ele pode ser.

Portanto, na resolução do processo retroflexivo, um estágio inicial de liberação da musculatura ou do sistema de ação poderia levar o indivíduo na direção de si mesmo em vez de na dos outros. O movimento que quebre a imobilização e recupere a energia viva no sistema é o movimento na direção final da recuperação do contato com o mundo externo, ainda que, num período intermediário, ele possa ser dirigido para o próprio eu.²³

Isso acabará levando a pessoa a aceitação de si e do seu mundo projetado ou introjetado.

Qualquer nova atividade que requeira energia muscular para ser realizada se inicia de um modo autoconsciente e desajeitado até que se torne automática e natural. O mesmo acontece para a resolução física do impulso retrofletido.²⁴

Inicialmente, a retroflexão aparece no corpo através de vários sinais de tensão, “aperto”, punho cerrado, mandíbulas apertadas, braços cruzados, tórax ou pelve imóveis, sobrancelhas franzidas, ou seja, manifestações de autocontrole. Isso no início é deliberado por algum motivo até que a pessoa aja assim sem perceber ou precisar.

O resultado disso é que nesse momento vemos pessoas com dificuldades que muitas vezes podem ser observadas no corpo, como peitos afundados e quadris presos.

“Para desfazer a retroflexão é necessário voltar pra a autoconsciência que acompanhou seu início”²⁵. Afinal é somente quando a pessoa sabe o que está acontecendo é que ela pode buscar a ação correspondente. É só assim que a saída para energia mobilizada é efetiva.

²³ Idem, *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 100.

²⁴ POLSTER, Erving, POLSTER, Miriam. *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 101.

²⁵ Idem, *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2001, p. 102.

Egotismo

Há a excitação, pré-contato, contato, e quando a pessoa que se utiliza do ajustamento egotista está pronta para o contato final, ela interrompe o processo com medo do incontrolável. Ao tentar abstrair, perde a espontaneidade, faz o que pode para ter certeza de que não há ameaças de perigo. Delibera exaustivamente para assegurar que as possibilidades de fundo estão exauridas. A pessoa tem uma preocupação maior consigo, com suas fronteiras e sua identidade do que com o que é contactado. E por isso o contato é interrompido.

No funcionamento egotista há uma indiferenciação entre o eu e a awareness deliberada. A pessoa tenta destruir o que é incontrolável e surpreendente na tentativa de evitar a confusão e o abandono. Fica fixada para evitar a frustração. Para isso se isola, passa a controlar o ambiente e tenta se apropriar dele. Assim, tenta acumular conhecimento e relações pessoais suficientes para dominar o ambiente em que atua. O conflito aparece quando esse ambiente já não tem novidades, porque não muda, não cresce. Como a pessoa que se ajusta de forma egotista impede a experiência nova ele fica enfadado e sentindo-se solitário.²⁶

É nesse momento então que a pessoa que se utiliza do mecanismo egotista se compartimentaliza. Ele mescla o controle que exerce no meio com um pouco de espaço para a espontaneidade. Ou seja, ele seleciona ambiente ou situações que considera seguras e permite um pouco de espontaneidade nesse espaço onde não percebe ameaça.

Nesse mecanismo a pessoa geralmente é vista como sendo bem ajustada, modesta e prestativa.²⁷ Porém, a grande ironia é que a terapêutica com essa pessoa só acontece de fato passado o medo do novo e o incontrolável. Do contrário, é uma pessoa que “entende” seus problemas, e os considera muito importantes, mas que não vai para lugar nenhum enquanto teme o risco do desconhecido.

²⁶ PERLS, Frederick, HEFFERLINE, Ralph, GOODMAN, Paul. *Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997, p. 257.

²⁷ Idem, *Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997, p. 258.

Camadas de Neurose

Primeira camada: dos clichês.

A pessoa não sai do nível superficial de estar no mundo através de expressões conhecidas, ditos populares, provérbios. Sua comunicação não provém de uma reflexão ou análise. Simplesmente o “será que chove” sai e a conversa vai por esse nível. Assim acontece quando se trata de enxergar as coisas que se passam com ela ou ao redor dela.

Segunda camada: é a camada onde se desempenham papéis e se jogam jogos. São papéis desempenhados socialmente. Age-se como se fosse realmente assim. Exagera-se aquilo que se realmente é porque se quer que as pessoas acreditem que elas são daquela maneira.

Terceira camada: nesse caso, vive-se mantendo uma certa aparência. O problema é que esse “como se” não é genuíno e então se vive sem o suporte necessário, a força necessária. Essa é a camada do impasse que surge quando a camada dos papéis é trabalhada. Se a pessoa deixa de viver o papel, o que vem a seguir é uma força de estar no mundo que não é autêntica. Não é “ela”. Então a pessoa se sente perdida, experimenta o vazio. Quando a pessoa se sente assim ela tende à evitação. De maneira geral as pessoas “fogem” do sofrimento, principalmente do sofrimento de frustração, e dessa maneira não saem do impasse. Não querem mais viver o papel, que de alguma maneira percebem que já não serve mais, mas não conseguem encarar a existência vazia, vivem “como se”.

Quarta camada: com as forças das duas camadas anteriores em oposição a sensação decorrente é a de medo da morte. Essa sensação vem da paralisia causada pelo impasse. A pessoa, desse modo, vai se contraindo, comprimindo e implode. O sentimento mortal que surge traz um movimento interessante.

Quinta camada: o sentimento de morte traz a vida de volta. Ocorre uma explosão. É essa explosão que coloca a pessoa novamente em contato com seus desejos,

vontades, gostos, maneiras, etc, capaz de expressar e vivenciar suas próprias emoções. Existem quatro tipos de explosão. A de um pesar verdadeiro, que possivelmente não tenha sido vivido; o orgasmo em pessoas sexualmente bloqueadas; raiva e alegria.

Aqui, observa-se o caráter positivo do uso do termo explosão. Explosão no sentido de algo que libera energia, e gera movimento.

2.5 Temporalidade e Neurose

Para se falar da temporalidade do *self* é válido retomar alguns conceitos importantes.

O *self* é a função de contatar o presente transiente concreto. “ (...) é o sistema de contatos presentes e o agente de crescimento.”²⁸

Apresenta-se através de três funções que em alguns momentos parecem ser o *self*. Cada uma das funções do *self* (id, ego e personalidade) caracteriza um modo específico de organização gestáltica entre os elementos envolvidos: figura / fundo.

Quando o *self* está polarizado na função id ele é apenas sensações, é difícil até desvincular o *self* do ambiente. A dinâmica do *self* nessa função é passiva. É o momento em que surge a excitação, o pré contato.

Quando o *self* se polariza na função ego, é o ato intencional, é uma ação deliberada a partir de um fundo. É o contato e o contato final. No contato existe a possibilidade de uma identificação com uma possibilidade de satisfação dos excitamentos junto ao meio e a alienação em função de um arranjo que se impõe. Nesse segundo caso é onde aparece o ajustamento neurótico que se verá na seqüência. No contato é o momento onde se abre o horizonte de futuro. O contato final é quando o *Self* se polariza na fronteira de contato quando faz algo.

No pós contato é quando o *self* se polariza na função personalidade. É quando o *self* pode formular uma representação daquilo que ele fez. “ A personalidade é o sistema de atitudes adotadas nas relações interpessoais; (...).”²⁹ Assim, não há uma só

²⁸ PERLS, Frederick, HEFFERLINE, Ralph, GOODMAN, Paul. *Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997, p. 177-178.

²⁹ PERLS, Frederick, HEFFERLINE, Ralph, GOODMAN, Paul. *Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997, p. 187.

personalidade, mas personalidades formadas pelos diversos papéis, pelos vividos, assimilados da cultura, linguisticamente, caracterizando-se por assimilações e objetivações do *self*. É através da ação que acontecem as personalidades, sendo essa uma função ego.

O contato é um campo de presença. É o futuro que se faz presente a partir de um passado. Quando surge uma figura emprestam-se a ela os co-dados que sustentam o fundo dessa figura, e o ego delibera, agindo e criando uma abstração da ação e do evento. Logo, o ego é a função ativa do *self*.

Porém, quando a função ego não consegue criar algo novo para o dado que surge ou quando não chega nem a admitir a existência de um dado é que surge o ajustamento neurótico.

Ou seja, há o excitação sentido pelo id; o ego delibera uma ação; porém surge do meio uma ação contrária; o ego não age ou age de maneira contrária ao que gostaria. Repetidas vezes ocorridas esse processo, isso é, quando a ação contrária deixa de existir, o *self* pode, ainda assim, manter o comportamento de agir como se a ação contrária ainda existisse, deixando de ser espontâneo e limitando suas excitações. Desse modo, o fundo passa a ser fixo ou inexistente independentemente do dado impedindo a formação de novas figuras. Na neurose o *self* não percebe novas situações, está fixo num passado que não muda.

De modo que se pode resumir a neurose como: uma interrupção total ou parcial do excitação espontâneo. “Os comportamentos neuróticos são ajustamentos criativos de um campo onde há repressão.”³⁰ Contudo, essa interrupção pode ocorrer em qualquer das dinâmicas do *self* (pré contato, contato, contato final e pós contato).

“Situamos as neuroses como uma perda das funções de ego. Na etapa de ego de ajustamento criativo, o *self* identifica partes do campo como sendo suas e aliena outras como não suas.”³¹ Portanto, pode-se apresentar os diferentes mecanismos e caracteres do comportamento neurótico como etapas de ajustamento criativo nas quais o excitação é interrompido. Assim, passa-se a seguir a delinear cada uma das interrupções e os tipos de ajustamentos neuróticos, como etapas da interrupção da criatividade.

³⁰ PERLS, Frederick, HEFFERLINE, Ralph, GOODMAN, Paul. *Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997, p. 248.

³¹ Idem, *Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997, p. 248.

Ajustamento confluyente: nesse ajustamento, a inibição priva o ego do horizonte de passado. Não há formação de figura. O excitamento é interrompido antes mesmo de surgir. O dado não significa nada. O *self* não experimenta a própria unidade e conflui com o vazio. O corpo experimenta esse tipo de ajustamento como apego ao fundo, sente-se paralisado no meio, sem sentir porque não há o pré-contato. A satisfação possível é a regressão, não há uma atitude nova, um amadurecimento. Há uma dependência do outro.

Ajustamento introjetivo: nesse caso, a inibição deturpa nossa história, a *awareness* de nós mesmos. O dado que surge nos é estranho. É admitida por nós de modo coercitivo. O organismo inverte o afeto, e assume uma postura de resignação no meio, aceita o sofrimento de agir de acordo com a figura de outro pela satisfação de ser tido como bonzinho, bom filho, bom profissional, e assim por diante.

Ajustamento projetivo: nesse ajustamento, a inibição atrapalha a visão do horizonte de possibilidades desvinculando de nós mesmos. O horizonte de possibilidades é experimentado como algo no ar ou que é de outro. Então cabe ao outro tomar conta ou fazer algo com o dado que aparece. O organismo evita a emoção. Como a pessoa não dá conta do conflito joga para o meio, coloca no meio suas emoções. Não concretiza as ações porque fica somente na imaginação, sendo que, na maioria das vezes, essa é a satisfação possível da pessoa nesse ajustamento.

Ajustamento retroflexivo: nesse momento, a inibição subordina o horizonte de possibilidades às possibilidades de outro. Minha ação na fronteira não é espontânea. Quero evitar o conflito, não opera com o dado. Destruo minhas possibilidades de futuro e suas origens. A tentativa é de desmanchar o passado, de desmantelamento do que gerou um conflito. A auto destrutividade é a forma com que esse ajustamento se apresenta no meio. Aqui a pessoa tenta controlar ativamente o meio, ao mesmo tempo em que controla a sua emoção. "Ao me ferir, faço as pessoas que não feri, se ocuparem de mim."

Ajustamento egotista: existem figuras observáveis nos eventos de fronteira. Elas exprimem de modo material as satisfações possíveis mesmo com a incapacidade do ego da *awareness* da própria unidade. A pessoa aqui se ocupa em racionalizar, em buscar explicações, usa o conhecimento para controlar as situações para não correr riscos. No

meio, essa pessoa aparece como alguém que tem sempre razão, que se isola, que explica tudo. Aqui a pessoa não faz o contato final, fica perdida num fundo de possibilidades. Satisfaz-se com a sensação de dar conta de tudo.

As figuras de modo resumido: estão ausentes na confluência, estranhas na introjeção, são do outro na projeção, são impossíveis na retroflexão e irrelevantes no egotismo.

III. APRESENTAÇÃO DE VIVÊNCIA TEMÁTICA E DISCUSSÃO TEÓRICA

A vivência temática desse trabalho, tem por base o romance “As pontes de Madison”³² que apresenta a personagem Francesca Johnson, escolhida para esse estudo.

Francesca Johnson é casada, mãe de dois filhos e reside em Madison, Iowa, Estados Unidos. Uma tarde está em casa sozinha, seus filhos e o esposo estavam em uma feira em outra cidade, quando pára em sua casa, um homem perguntando onde fica a ponte Roseman. Era Robert Kincaid, fotógrafo da revista National Geographic que pedia informações sobre uma das pontes da cidade. Esse é o casal protagonista do livro “As Pontes de Madison” de Robert James Waller. A história desses dois personagens é real e foi relatada ao autor pelos filhos de Francesca quando após a morte da mãe, descobriram os diários dela.

Francesca é italiana. Havia namorado um professor de artes cujo relacionamento os pais a forçaram a encerrar. Nesse momento, observa-se a primeira informação de um ajustamento confluyente, quando Francesca age de acordo com a figura dos pais e não a dela.

Quando não via perspectivas em um país onde as “ofertas de marido” estavam escassas por causa da guerra, casou-se com Richard que segundo ela era uma “alternativa razoável”, com a sua gentileza e a doce promessa da América. Aos vinte e dois anos de idade havia terminado a faculdade de letras e aos vinte e cinco mudava-se para os Estados Unidos.

Robert estava separado há nove anos, depois de cinco de casamento. A esposa não havia conseguido conviver com as longas ausências dele. Ele era sozinho e sua vida era viajar em busca das fotos as quais vendia à revista. Quanto a Robert parece, por primeira impressão, ter um padrão de ajustamento retroflexivo. Ele, aparentemente, não tem excitações espontâneas, e vive solitário, sem muitas perspectivas de futuro e aceita com facilidade a idéia de continuar assim.

Quando se conheceram Robert estava com cinquenta e dois anos e Francesca com quarenta e cinco anos de idade.

³² WALLER, Robert James. *As Pontes de Madison*. Planeta, 2003.

Apaixouaram-se imediatamente após a primeira troca de olhares. Ele parou na subida da garagem da casa dela, e perguntou como fazia para encontrar a ponte Rosemam. Francesca, surpreendendo-se consigo mesma, ofereceu-se para mostrar-lhe pessoalmente. Depois de vinte anos confinada em sua vida, uma vida de comportamento bem delineado e sentimentos sempre reprimidos, exigência da vida no campo, ela disse “terei prazer em mostrá-la a você, se quiser?”. Francesca não sabia dizer de onde havia saído aquele convite. Francesca vivia bem o papel de mãe e esposa, deixando claras as introyeções. Ou seja, a função ID fica preterida em preferência da função personalidade. Como esposa está claro o que ela pode ou não fazer, o que é aceito por ela de modo não mais deliberado. De forma que se surpreende consigo mesma quando se ouve dizendo algo que verdadeiramente é da sua vontade. Percebe-se o mecanismo de *confluência* aparecendo de forma disfuncional, pois não há escolhas, ou deliberação, ou seja, Francesa age não por escolha, mas para satisfazer o meio, assim, deixa de fazer contato consigo para saber se gosta do que está fazendo. Outro ponto a destacar é que Francesca parece estar polarizada em representações culturais, como esposa, mãe, mulher, ou seja, o *self* está identificado com determinadas personalidades (papéis), que tomam uma maior dimensão em sua vida e escolhas.

Aceito o convite, saíram no carro dele. Tudo nele chamava sua atenção. As roupas, os equipamentos que trazia consigo, os gestos, o corpo, o cheiro, o assunto das conversas, nada escapava. Era o contato acontecendo. Definitivamente Robert havia capturado a atenção de Francesca. A fase de aproximação, de interesse por conhecer aquele diferente, aquele novo, estava acontecendo.

Mostrou o local da ponte e ao retornarem, ela o convidou para jantar. Aconteceu, então, o início do romance entre eles que duraria intensos quatro dias juntos e o resto da vida no coração.

Depois de ficarem juntos enquanto a família estava fora, despediram-se para nunca mais se encontrarem novamente.

Francesca havia deixado há muito tempo seus sonhos e gostos de lado. A única coisa de que se lembrava ter feito do jeito que gostaria foi o banheiro de sua casa, que fez questão de ter em separado dos filhos. Mais nada. Não fumava, não bebia, não conversava de poesia, não viajava, não dormia nua, não conhecia coisas novas. Havia até deixado de trabalhar dando aulas, porque o esposo não queria que a esposa trabalhasse. Vivía seu dia a

dia ajudando nas atividades da propriedade e de casa. Pensava que não era a vida que queria, mas era uma vida boa. Enfim, resignou-se. Aceitou passivamente o que a vida lhe ofereceu, sem questionar. Achava que era assim, que tinha que ser assim, até que Robert Kincaid apareceu na vida dela.

Novamente a introjeção mostra-se presente, pois Francesca apresenta normas, “deverias”, valores, sem deliberar, ou “mastigar” o que lhe serve. Lembrando que nesse mecanismo neurótico incorporamos normas, atitudes, valores, estilos, que não são nossos, colocando uma barreira entre nós e o meio tão dentro de nós que sobra pouco de nós.³³

Assim, Francesca lida com o que introjetou do meio como se fosse seu, sem discriminação, inibindo o próprio desejo, *resigna-se com a vida como está*.

Isso confirma o fato de que na introjeção disfuncional, engole-se (introjeta-se) inteiro o que é do meio, trocando-se a própria necessidade pela do meio. Isso ocorre, porque há inibição da energia, em função de uma *confluência*. A interrupção do *contato* acontece durante a excitação e assim o *self* introjeta, substituindo suas necessidades pelas do meio.

Richard era um bom pai e esposo. Trabalhador e dedicado. Mas estava longe de dar “emoção” a vida do casal. Na época faziam amor a cada dois meses. E compartilhavam poucos interesses. Ele era tradicional e conservador, criticava até o estilo de cabelo dos Beatles. Para ele, ela era uma parceira de negócios. Essa forma de Richard considera-la parte de negócios, demonstra o ajustamento egotista, no qual a pessoa centra-se em si mesma, dando prioridade ao organismo e desprivilegiando o meio. Richard considera Francesca um meio para chegar a um objetivo, realiza com ela uma relação chamada EU-ISSO, em que evita o contato genuíno chamado EU-TU, conforme é concebido pela abordagem dialógica.

A abordagem dialógica é uma forma de *contato* em que a figura de interesse dos envolvidos é a interação, de um com o outro, como pessoas. É um processo que ocorre entre pessoas e é fundamentado nos requisitos básicos do *contato*: união, separação, movimento e *awareness*. Caracteriza-se por duas polaridades EU-TU e EU-ISSO.

³³ PERLS, Fritz. *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*. Segunda edição. Rio de Janeiro : editora LTC, 1988, p. 47 e 48.

A relação EU-TU é marcada pelo interesse genuíno naquele com quem se está interagindo, bem como, respeito à sua singularidade. É uma experiência de “encontro”. Para isso, é necessário fazer a redução fenomenológica, abolindo “*apriórís*”, e é indispensável que ocorra a mutualidade ou reciprocidade. Essa forma de relação é uma atitude de “conexão” natural, sendo integrativa.³⁴ Assim como no *contato*, na relação Eu-Tu, há duas polaridades que precisam ser equilibradas, a de isolamento e a de confluência.

A relação EU-ISSO ocorre quando o outro é um fim em si mesmo, ou seja, um objeto para uma das partes, ou para ambas. Nesse caso, há um objetivo a ser atingido, ocorrendo a “coisificação” do outro. É uma atitude natural de separação, importante para que haja a organização da existência no tempo e espaço. Inclui funções do *ego*, tais como: discernimento, vontade e orientação. Destaca-se, que não é saudável a predominância dessa forma de relacionamento, contudo, esse jeito de se relacionar é necessário para a existência humana.

Em algum momento, Francesca percebeu que Robert deve ter pensado que Richard era um “palerma”.

Nos dias em que estiveram juntos, Francesca e Robert cozinham, beberam, dançaram, ouviram música, fizeram amor em todas as partes da casa. Sussurraram coisas um no ouvido do outro, e se entregaram um ao outro. Conversaram sobre muitas coisas. Robert contando suas histórias pelo mundo e Francesca cada vez mais admirada com Robert, que ela dizia ser intenso, mas intrigante. Ela estava se sentindo viva, bonita. Na verdade, ela nunca havia se achado tão bonita. Segundo ela, havia sido ele o responsável por essa beleza que aparecia. O contato ocorria verdadeiramente espontâneo. E o resultado disso é ser prazeroso. Afinal nada mais verdadeiro e conseqüentemente prazeroso do que a experiência da espontaneidade.

Naquela circunstância, não havia a situação inacabada para impedir o excitamento. Não havia expectativa de outra pessoa para ser atendida. Ao menos por alguns momentos Francesca se permitiu que fosse assim. Em alguns momentos Francesca tomava alguma precaução adicional porque os vizinhos poderiam ver ou perceber algo. Robert também, hesitou em alguns momentos em agir em direção a ela, porque imaginava que

³⁴ HYCNER, Richard, JACOB, Lynne. *Relação e cura em Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997, p. 32.

poderia prejudicá-la em seu casamento caso fossem descobertos. Em vários momentos Francesca e Robert mostravam alguns comportamentos com ajustamento projetivo, fantasiando o que aconteceria se os outros os vissem juntos, o que Richard pensaria, sentiria perante o comentário dos vizinhos e assim por diante.

Francesca mostra-se impregnada de regras e expectativas sociais – *introjeções*, que a impedem de demonstrar livremente suas emoções e desejos. Percebe-se que essas *introjeções* servem de base para uma *projeção*, quando ela interpreta o meio, dizendo que seus vizinhos irão reparar. Assim, as regras sociais apropriadas sem serem selecionadas e transformadas, limitam o crescimento e a auto-realização, Francesca precisa estar consciente de quanto sua ação está limitada por essas regras e pela alienação de seus desejos e sentimentos que são projetados sobre os outros. O papel da psicoterapia é trazer à consciência as características alienadas, recuperando partes dispersas da identidade.

No último dia juntos conversaram sobre o que fazer. Robert propôs conversar com Richard, ou então simplesmente irem embora juntos. Mas Francesca não aceitou. Alegou que se fosse com ele a culpa que sentiria a tornaria uma pessoa diferente da pessoa que Robert havia conhecido. Ela ficaria o tempo todo pensando como estariam as crianças e o esposo. Ela acreditava que ele não conseguiria conviver com a vergonha dos vizinhos.

O sentimento de culpa de Francesca caracteriza o ajustamento confluyente disfuncional, em que ocorre a fusão e não há diferenciação, tais como nos casos de ciúmes, inveja, cobiça. Nos relacionamentos confluentes acontecem sentimentos de culpa e ressentimentos, quando a confluência é perturbada. Não há mais horizonte de futuro, acaba-se por não conseguir mais identificar as necessidades, mas continua-se indo ao meio, sem conseguir formar figuras, a pessoa fica com as figuras que são do meio.

Na *confluência* disfuncional, já se perdeu a capacidade de deliberar, o meio está correto, a pessoa se repete, há *introjeções* e ocorre fixação à situação. Quando há inconsciência, ou apego a formas antigas de expressão, a satisfação não ocorre, e há impedimento de novas experiências e portanto do crescimento. A base da *confluência* disfuncional, é que o novo não pode mais existir, inibindo o *contato* no *pré-contato*, já que impede que surja uma nova situação, pois está preso em uma situação inacabada, que é conhecida.

Vinte e dois anos depois Francesca pensava que a abstinência das recordações de Robert havia sido uma questão de sobrevivência. O tempo todo o que ela fez parece ter sido seguir as regras de alguém que não ela, pensar nas necessidades dos outros e não nas dela. Vê-se os ajustamentos introjetivo e confluyente exemplificados de forma quase didática, percebe-se claramente, o quanto as introjeções (regras) servem de fundo para o ajustamento confluyente.

Depois que Robert partiu ela recebeu em casa um carta dele e algumas fotografias que fizera das pontes. Além disso, Francesca acompanhou os caminhos de Robert através da assinatura da revista que ela fez. Nenhum outro contato, carta ou telefonema.

Segue carta enviada por Robert:

“Querida Francesca,

Seguem anexas duas fotografias. Uma é a foto que fiz de você no pasto, ao nascer do sol. Espero que goste dela tanto quanto eu. A outra é da ponte Roseman, antes que eu tirasse o seu bilhete pregado nela. Fico sentado aqui sondando as áreas cinzentas de minha memória em busca de cada detalhe, cada momento de nosso tempo juntos. Pergunto a mim mesmo, repetidamente: “O que me aconteceu em Madison, Iowa?” E luto para me lembrar dos fatos. Foi por isso que escrevi o pequeno texto “Caindo da Dimensão Z”, que também encaminho, como uma tentativa de pôr minha cabeça em ordem.

Olho por uma objetiva, e você está do outro lado. Começo a trabalhar num artigo, e estou escrevendo sobre você. Não estou certo sequer de como voltei de Iowa. De algum modo a velha caminhonete trouxe-me para casa, embora eu mal me recorde dos quilômetros que foram ficando para trás. Há algumas semanas eu me sentia confiante, razoavelmente satisfeito. Talvez não profundamente feliz, talvez um tanto solitário, mas satisfeito, ao menos. Tudo isso mudou.

Ficou claro para mim que há muito tempo me movo em sua direção, e você em direção a mim. Embora nenhum de nós soubesse da existência do outro antes de nos encontrarmos, uma certeza irracional zumbia ingenuamente por trás da nossa ignorância, assegurando que terminaríamos juntos. Como dois pássaros solitários voando sobre as grandes pradarias, seguindo um cálculo celestial, por todos esses anos, por toda a vida, temos nos movido um em direção do outro.

A estrada é um lugar estranho. Vagueando por ela olhei para a frente e ali estava você, caminhando pela relva em direção à minha caminhonete, num dia de agosto. Olhando para trás, isso parece inevitável – não poderia ser de outro modo -, é um exemplo do que chamo a alta probabilidade do improvável.

E, assim, cá estou, andando pelo mundo com outra pessoa dentro de mim. Mas acho que me expressei no dia em que nos separamos, quando disse que uma terceira nasceu a partir de nós dois. E agora sou espreitado por essa outra entidade.

De algum modo, precisamos nos ver novamente. Em qualquer lugar, a qualquer hora. Ligue-me se precisar de alguma coisa ou se apenas desejar me ver. Estarei aí, imediatamente. Avise se puder vir para cá algum dia – quando você quiser. Posso arranjar passagens de avião, se isso for um problema. Devo partir para o Sudeste da Índia na próxima semana, mas pretendo estar de volta no final de outubro.

Eu te amo,
Robert³⁵

Depois da morte do esposo Francesca tentou procurar Robert. Mas nos telefones que ele deixara ninguém soube dar informações. Ela parou de tentar com medo que descobrisse que ele estivesse morto.

O medo caracteriza um ajustamento projetivo, pois acoberta fantasias que podem conter introjeções ou confluência com situações inacabadas, nesse caso Francesca imagina que ele poderia estar morto, mas não verifica a evidência do fato. Interrompe a ação, através de um ajustamento de retroflexão, “para de tentar”.

Anos depois recebeu em casa, um advogado com o espólio do Sr. Robert Kincaid. Francesca quase não conseguiu acreditar. Na caixa havia as câmeras de fotografia, uma carta que ele havia escrito anos antes, a foto que ele tinha de Francesca, uma medalhinha em que ele havia gravado o nome dela. A carta continha a informação de que havia pedido para ser cremado e de que suas cinzas fossem jogadas na ponte Roseman.

Desde a morte do marido, todos os anos, no seu aniversário, Francesca repetia um ritual, em memória ao dia em que ela e Robert haviam se conhecido e aos dias que haviam

³⁵ WALLER, Robert James. *As Pontes de Madison*. Planeta, 2003, p28 e 29

passado juntos. Revivia algumas cenas, como ir até a entrada da garagem onde ele parou da primeira vez, acender as velas na mesa da cozinha e beber conhaque enquanto lia as cartas e via as fotos que havia guardado. O comportamento de reviver as cenas do encontro caracteriza a situação inacabada, evidenciando mais uma vez, o mecanismo de confluência. Ou seja, não se conflui com uma pessoa, mas através do significado de co-dados, isso é, de *introjetos*, que mantém a *confluência*, confirmando o meio. Portanto, na *confluência* disfuncional, conflui-se com uma situação que está inacabada.

Depois da partida de Robert aparentemente Francesca se refugiou nas suas obrigações. E depois da morte de Richard Francesca teve uma postura de um ajustamento retroflexivo a maior parte do tempo. Revivia em sua mente os momentos que teve com Kincaid, escrevia a história deles nos seus diários, repetia gestos, falas, roupas e situações que os dois viveram. Mas não tomava nenhuma ação concreta em direção a Robert. Não o procurou, não tentou ir até ele. Permitiu-se sentar esperando o tempo passar e que o mundo resolvesse o que aconteceria a ela ou a eles.

A *retroflexão* ocorre quando o meio está indisponível para a satisfação da necessidade, ficando impossível fazer no meio o que se deseja, tendo-se que fazer por si mesmo. Logo, a pessoa volta para si mesma uma energia que deveria ser aplicada no meio, e que foi impedida de acontecer. Sente-se impotente pois não se sente capaz de ir ao meio, porque tem fantasias (*projeções*) que são impeditivas, ligadas a *introjeções* e por fim à *confluência*.

Francesca faleceu sete anos depois da morte de Robert e também pediu que fosse cremada e que suas cinzas fossem jogadas junto às de seu amor. Deixou uma carta aos filhos e a orientação da onde estavam seus diários e tudo que havia guardado. Foi então, que os filhos entenderam que a mãe havia traído o pai deles, e amado outro homem em segredo por vinte e quatro anos. Entenderam também que o motivo da renúncia a esse amor havia sido eles próprios e o pai deles. Porém, fica entendido nesse trabalho que Francesca fez a escolha pelo que acreditava ser "certo", ou seja, cuidar dos filhos e do marido, em detrimento de sua felicidade no amor, com outro homem. Configurando-se dessa forma os ajustamentos de introjeção e confluência, através dos quais Francesca deu um rumo à sua vida sem fazer escolhas espontâneas.

Por fim, através desse ensaio procurou-se entender os ajustamentos neuróticos como interrupção da espontaneidade e criatividade, e vinculando-se a prática à teoria, apresentou-se de forma breve cada um dos mecanismos: confluência, introjeção, retroflexão, projeção e egotismo.

IV. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considera-se importante ressaltar que através desse trabalho não se pretendeu esgotar o tema em referência, mas sinalizar no sentido de novos estudos e questionamentos acerca do assunto, e para tanto, nesse momento, retoma-se as colocações introdutórias.

Sendo assim, concernente à hipótese inicialmente apontada, de que o ajustamento confluyente é o que muitas vezes faz com que a pessoa mantenha o relacionamento original, independentemente de continuar ou não com o relacionamento extraconjugal, confirma-se na situação apresentada, porém, respeitando-se a dimensão desse trabalho, não se pode generalizar para outras situações semelhantes.

No entanto, cabe destacar, o quanto foi esclarecedor a realização dessa monografia, que serviu para ampliar a compreensão acerca dos conceitos apresentados, bem como, possibilitou observar de forma prática, através da situação clínica apresentada, cada um dos ajustamentos criativos acontecendo.

Isso é, foi possível contemplar ajustamentos criativos diferentes, acontecendo em momentos diferentes na mesma pessoa, comprovando a forma dinâmica como acontecem, dessa forma, evidenciando que uma pessoa não apresenta um único ajustamento. Assim, apesar de Francesca apresentar os mecanismos de introjeção e confluência em maior dimensão, também demonstrou outros mecanismos como: projeção e retroflexão, permitindo constatar como ocorre o diagnóstico em gestalt-terapia. Ou seja, compreender que o diagnóstico, é processual, e acontece durante todo o processo terapêutico, alterando-se na medida em que ocorrem transformações e crescimento por parte do cliente.

De tal modo, evidencia-se a proposição apresentada em Gestalt-terapia, que busca quebrar a forma estruturada, criando uma teoria que não leve a classificações ou estigmas, mas que respeita a subjetividade e alteridade de cada pessoa. Ou seja, a gestalt-terapia, compreende o homem como um ser: singular, concreto, com consciência, liberdade e responsabilidade para escolhas diante de diversas possibilidades.³⁶ Portanto, o ser

³⁶ RIBEIRO, Jorge Ponciano. *Gestalt-terapia: refazendo um caminho*. São Paulo : Summus, 1985, p.32.

humano é entendido como um ser criativo, com potencial transformador da própria vida, somente ele possui o poder sobre si, de compreender-se através da experiência direta no mundo.

Logo, a gestalt-terapia como abordagem terapêutica, busca promover o resgate da autonomia, da integração da pessoa consigo e com o meio, sendo tarefa do gestalt-terapeuta criar condições para que novas possibilidades de *ajustamentos criativos*, ou comportamentos apareçam, sem contrapor-se aos possíveis significados que o paciente traz como verdade. Mas respeitando as diferenças individuais de cada um, com suas próprias verdades, porém mostrando que existem possibilidades diferentes de significados.

Desse modo, na situação apresentada, quando se observa a presença maior do mecanismo de *confluência*, constata-se a importância de promover a diferenciação e estimular o *contato*, para que Francesca passe a experimentar escolhas, perceber seus sentimentos e necessidades, que nem sempre são coincidentes com os de outra pessoa ou do meio.

Num processo psicoterápico seria relevante que Francesca passasse a conhecer seus objetivos, para conseqüentemente, poder sentir-se livre para fazer o que gosta e não agir, simplesmente, para agradar outras pessoas. Ao descobrir seus objetivos, poderá conseguir o que deseja, através de sua própria forma de agir, livre da dependência, da aprovação e das escolhas dos outros, permitindo-se flexibilidade para lidar com a experiência conforme esta vai se configurando.

Dessa forma, Francesca poderá experimentar escolhas por si própria, buscar seus próprios objetivos, conhecer suas necessidades, e perceber que mesmo não correspondendo às expectativas dos outros, permanecerá viva, participando ativa e responsabilmente pelo seu desenvolvimento, sem ser unicamente determinada por fatores sociais, familiares, genéticos, dentre outros.

São esses alguns objetivos da psicoterapia, bem como o de ajudar a expandir o fluxo de energia e *awareness*, liberando a energia retida em situações antigas e inacabadas, trazendo-as para o aqui e agora.

Igualmente, a psicoterapia tem por intenção promover através do suporte da relação terapêutica, a elaboração das situações que não estão bem resolvidas, abrindo

possibilidades para novas experiências, além da compreensão e possível transformação dos padrões de relacionamento da pessoa consigo própria, com os outros e com o mundo.

Promovendo o auto-suporte associado à espontaneidade, procura-se levar à expansão de fronteiras onde existem emergência e excitação, promovendo o surgimento de novas soluções, saindo da cristalização e restabelecendo o fluxo *figura fundo*, possibilitando o fechamento de uma *gestalt* e propiciando o surgimento de novas *gestalten*.

Assim, acredita-se que é possível às pessoas envolvidas em situação semelhante, retomarem o crescimento e a transformação, construindo novas formas de existir, apropriando-se da construção de sua própria história.

Por fim, é com essas reflexões acerca da história apresentada, pretendeu-se desenvolver alternativas de trabalho para promover ajustamentos mais saudáveis para pessoas envolvidas em circunstâncias similares, e assim, contribuir para o acréscimo de subsídios teóricos para futuras atuações em práticas clínicas, tais quais àquelas propostas inicialmente nesse trabalho.

BIBLIOGRAFIA

- HYCNER, Richard, JACOB, Lynne. *Relação e cura em Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997, p. 32.
- MULLER-GRANZOTTO, Marcos j., MULLER-GRANZOTTO, Rosane L. *Fenomenologia e Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 2007.
- PERLS, Frederick apud MULLER-GRANZOTTO, Marcos j., MULLER-GRANZOTTO, Rosane L. *Fenomenologia e Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 2007, p.175.
- PERLS, Fritz. *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*. Segunda edição. Rio de Janeiro : editora LTC, 1988, p. 47 e 48.
- PERLS, Frederick, HEFFERLINE, Ralph, GOODMAN, Paul. *Gestalt-terapia*. São Paulo : Summus, 1997.
- POLSTER, Erving, POLSTER, Miriam. *Gestalt terapia integrada*. São Paulo : Summus, 2007.
- RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Gestalt-terapia: refazendo um caminho**. São Paulo : Summus, 1985, p.32.
- WALLER, Robert James. *As Pontes de Madison*. Planeta, 2003.