

# A RELAÇÃO PSICOTERAPÊUTICA NA ABORDAGEM GESTÁLTICA: CAMINHOS DE ENCONTRO E CRESCIMENTO

2016

**Ana Carla Fabro**

Psicóloga clínica e especialista em Gestalt Terapia pelo Comunidade  
Gestáltica (Florianópolis/SC, Brasil)  
[anacarlafabro@gmail.com](mailto:anacarlafabro@gmail.com)

**Luciane Guisso**

Psicóloga e mestranda do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da  
UFSC, Brasil  
[lucianeguisso@yahoo.com.br](mailto:lucianeguisso@yahoo.com.br)

---

## RESUMO

O presente trabalho tem por objetivo proporcionar uma reflexão teórica sobre a relação psicoterapêutica como propiciadora de mudanças e crescimento, dentro da perspectiva da Gestalt Terapia. Para essa abordagem, o homem é compreendido como um ser inerentemente relacional, singular, criativo, com infinitas potencialidades, estando sempre em movimento e em eterna construção a partir das relações que estabelece com o meio. Entende-se que é nas relações que os contatos tidos como disfuncionais ou não saudáveis surgem, assim como, a ressignificação dessas interrupções de contato. Assim, o trabalho psicoterapêutico procura disponibilizar a retomada da fluidez de contato, promovendo contatos saudáveis e ampliação da *awareness* do cliente. Essas novas formas proporcionam à pessoa a experiência de ser autora de seus processos, reconhecer que é capaz de fazer escolhas satisfatórias para si e se responsabilizar por isso. O psicoterapeuta não faz interpretações dos aspectos existenciais do cliente, mas o acompanha em seu desenvolvimento e crescimento, conservando sua própria alteridade. Assim, psicoterapeuta e cliente são dois “parceiros de caminhada”, que juntos participam do processo de cura marcado pelo aspecto relacional autêntico, respeitoso e afetivo.

**Palavras-chave:** Gestalt Terapia, relação psicoterapêutica, contato, mudanças, crescimento.



## INTRODUÇÃO

A psicoterapia implica sempre em um trabalho relacional de, no mínimo, duas pessoas envolvidas, conforme aponta Juliano (2002). Para a autora, o cliente e o psicoterapeuta são as partes mais importantes do processo psicoterapêutico, que é mediado pela visão de homem e de mundo. Desse modo, o olhar e a prática clínica do psicoterapeuta estão fundamentados por intermédio de sua perspectiva teórica adotada.

Na Gestalt Terapia, a visão de homem é humanística, existencial e fenomenológica. O homem é compreendido como um todo e como um ser inerentemente relacional, que possui infinitas potencialidades para crescer e se desenvolver. Segundo Perls (1977), precursor da Gestalt Terapia, por meio do encontro na relação psicoterapêutica, cliente e psicoterapeuta são modificados. O cliente descobre novos caminhos de encontro e crescimento, outras formas de ser e estar no mundo, todavia, o psicoterapeuta desfruta também da possibilidade de sair transformando pelo encontro.

Assim, pretende-se neste trabalho apresentar uma reflexão teórica sobre a relação psicoterapêutica como propiciadora de mudanças e crescimento das partes envolvidas no processo. Com a finalidade de uma melhor assimilação e organização textual, optou-se por dividir o artigo em quatro subtítulos: Gestalt Terapia; A relação psicoterapêutica na abordagem gestáltica; Psicoterapia dialógica: Terapia centrada no encontro entre psicoterapeuta e cliente; e Responsabilizar-se e crescer: o desabrochar do cliente.

### 1. Gestalt Terapia

A palavra *Gestalt*, de origem alemã, significa “uma forma, uma configuração, o modo particular de organização das partes individuais que entram em sua composição” (Perls, 1988, p. 19). Gestalt corresponde, portanto, uma forma, uma integração de partes, uma totalidade indivisível. Yontef (1998) explica que a Gestalt Terapia é definida por três princípios, e que cada um deles inclui os demais: 1) é fenomenológica e seu objetivo e metodologia são a *awareness*. Por *awareness* entende-se a forma de experienciar, é a tomada de consciência global no momento presente, com total apoio sensorio motor, emocional, cognitivo e energético; 2) baseia-se no existencialismo dialógico e; 3) seu fundamento conceitual ou sua visão de mundo estão alicerçados no holismo e na teoria de campo. A visão holística refere-se à união, à integração e à totalidade. Significa que qualquer parte só é compreendida a partir do todo. Este, por sua vez, possui uma unidade orgânica, indo além da soma de suas partes.

Para a Gestalt, o homem é visto não como parte isolada de seu contexto, mas como uma totalidade organismo-meio, ou seja, configura-se pelas interações estabelecidas entre as partes que o compõem e o meio. Conforme Ginger (1995, p. 14) “uma parte num todo é algo bem diferente desta mesma parte isolada ou incluída num outro todo”. A relação organismo-meio é dinâmica, pois o homem é um ser ativo no mundo, modificando-o e, ao mesmo tempo, sendo modificado por ele. Ademais, é um ser de infinitas potencialidades, criativo, em movimento, além de ser visto como inacabado, o que o torna possível e viável de ser diferente e novo a cada dia. Pode-se dizer que, o homem no olhar gestáltico é *inerentemente relacional, singular, concreto e corporificado* (Ribeiro, 1994; Cardella, 2002, grifo nosso).

Observa-se que na sociedade contemporânea, novas formas de configuração têm fortalecido a “coisificação” da vida, dos outros e das relações estabelecidas, o que coloca em segundo plano a dimensão relacional, conforme aponta Cardella (2002). Para Hycner e Jacobs (1997), em determinados momentos a “coisificação do outro” e de nós mesmos é necessária como, por exemplo, para concretizar objetivos. Mas é a sua predominância no mundo que se torna problemática e trágica. Segundo os mesmos autores, se a única forma de uma pessoa interagir com as outras for visualizar o outro apenas como um “objeto” – um meio para um fim, algo necessita ser compreendido e modificado por ela. Hycner (1995) explica que a atitude com que cada pessoa se aproxima dos outros é, também, a atitude com que ela se aproxima de si mesma, ou seja, se o outro se torna um objeto para alguém, esse alguém também se torna um objeto na relação.

Para mudar situações no processo da psicoterapia, Ribeiro (1985) coloca que é preciso levar em conta o problema da aprendizagem e a solução de problemas. Segundo o autor, o problema da percepção, da aprendizagem e a solução de problemas pertencem à realidade de um campo, assim, quando há problema em alguma destas três esferas torna-se necessária uma reestruturação ou uma correção do campo perceptual do cliente. Portanto,

quando alguém se torna um ‘doente’ mental ou apresenta dificuldades existenciais, ele se encontra carente não só de novos elementos que enriqueçam sua aprendizagem, bem como não está sabendo utilizar elementos já presentes no acervo de modos de agir de seu comportamento. Em ambos os casos, a ação psicoterapêutica deverá levá-lo a uma correção deste campo perceptual ou a uma reestruturação do mesmo (Ribeiro, 1985, p. 66).

Nesse sentido, trabalha-se junto com o cliente para que ele fique *aware* de como está se relacionando consigo mesmo, com o outro e com o mundo. Ficar *aware* refere-se ao processo de dar-se conta, através da ampliação da consciência e da autopercepção no momento presente. No processo de dar-se conta, o cliente pode se experimentar e experimentar situações novas de uma maneira mais leve e consciente, além de buscar satisfazer suas demandas de forma mais adequadas para o momento. Assim, estar *aware* permite que o campo perceptual seja reestruturado e que boas

figuras sejam adquiridas pelo cliente, ajudando-o a fluir de maneira criadora com o meio, em um movimento dinâmico de dentro-fora-dentro (Ribeiro, 1985). O trabalho do psicoterapeuta está em acompanhar o cliente nesse caminho, de modo a possibilitar que ele mesmo encontre as formas satisfatórias e saudáveis de se relacionar e, conseqüentemente, de ser e estar no mundo (Gorenstin e Pinheiro, 1994; Sampaio, 2004).

## **2. A relação psicoterapêutica na abordagem gestáltica**

Todas as linhas terapêuticas, em maior ou menor grau, consideram a relação psicoterapêutica fundamental para o processo de cura de quem a busca. Na Gestalt Terapia, a relação que se estabelece entre psicoterapeuta e cliente é essencialmente valorizada e vista como primordial para a realização da prática psicoterápica e para a transformação de quem a procura (Oliveira e Vieira, 2015). Busca-se, sobretudo, construir uma relação marcada pelo encontro afetivo, autêntico e profundamente humano entre psicoterapeuta e cliente, cada qual com sua alteridade, singularidade e historicidade.

O gestalt terapeuta não é neutro dentro do processo psicoterapêutico. Ele participa do processo relacional juntamente com o cliente, ajudando-o a se auto perceber, a ficar *aware* do que sente, do que pensa, do que faz consigo e como estabelece sua relação com o mundo (Martins e Moreira, 2013). O psicoterapeuta não busca compreender nem interpretar os sintomas, tão pouco sustentá-los e justificá-los, mas se dispõe a explorá-los com o cliente. Assim, coloca-se disponível para acompanhar cada cliente, no ritmo que este determinar, em seus processos que precisam de atenção, cuidado e ressignificação. Trata-se de conhecer e, muitas vezes, de ampliar o sentido e o significado que o cliente dá aos sintomas, de modo a compartilhar essa aventura a dois, em uma relação de simpatia, isto é, o psicoterapeuta encontra-se presente como pessoa, com base na relação dialógica (Ginger, 1995), como será visto adiante. Assim, psicoterapeuta e cliente são dois “parceiros” envolvidos em uma relação dual autêntica e dinâmica, independentemente se estão em papéis diferentes.

Para Ginger (1995), o papel do gestalt terapeuta não é de direcionar o cliente, muito menos de aconselhar o que este deve fazer. O psicoterapeuta está à disposição do cliente para acompanhá-lo no caminho que este último determinar, ou seja, “é permitir e favorecer, não compreender ou fazer: nem preceder nem deter o cliente, mas acompanhá-lo, conservando sua própria alteridade” (Ginger, 1995, p. 146). Escolhas, singularidade e alteridade do outro são respeitadas como são, o que permite ao cliente sentir-se acolhido quando experimenta uma relação na qual é visto como “interlocutor válido”, o que diferencia quando se vê como um simples objeto de interesse profissional do terapeuta, que o torna indiferente para o processo de cura (Ginger, 1995).

Com relação à presença, Hycner (1997) coloca que esta é uma qualidade difícil de definir, no entanto, sua ausência em uma relação é facilmente percebida. Presença aqui não é entendida como estar junto apenas fisicamente, “embora o estar junto físico seja, certamente, a preliminar para o sentido de presença” (Hycner, 1995, p. 114). Pode-se descrever, resumidamente, presença como estar o mais disponível possível para o cliente em um certo momento, ausente de interferências de considerações ou reservas, atento à experiência do cliente tal como é no momento presente e com qualquer coisa que dela emergir (Hycner e Jacobs, 1997).

Hycner (1995) compara o momento de estar atento à experiência do cliente com o navegar nas corredeiras de um rio, ou seja, o de estar atento e respondendo a cada momento às mudanças em andamento. Contudo, esse autor também salienta que em alguns momentos, os pensamentos do psicoterapeuta se farão presentes e tirarão a centralização do presente, levando a pessoa para o passado ou futuro, e as fantasias terão voz e o outro presente na relação ficará “esquecido”. Ao se dar conta desses movimentos, o profissional deverá voltar para estar o mais disponível possível para o cliente à sua frente. Assim, “quando não estou fazendo isso, descubro que perco oportunidades muito especiais de lidar com essa pessoa e a terapia de formas que não me ocorreriam de outra maneira” (Hycner, 1995, p. 114).

Na abordagem gestáltica, entrar verdadeiramente no mundo do cliente e estar presente, é preciso ainda que o psicoterapeuta aprenda a suspender fenomenologicamente seus pressupostos, crenças e preconceitos o quanto for possível para o momento, de modo a entrar na perspectiva subjetiva da pessoa (Hycner, 1995). O mesmo é esperado para quando se perceber mobilizado por algo trazido pelo cliente, em função das questões de suas próprias vivências ainda não resolvidas. Coloca-se “entre parênteses” suas questões com a finalidade de não confluir com a história de vida do outro. Percebe-se, deste modo, que ao mesmo tempo em que está centrado no cliente, o psicoterapeuta não deixa de estar centrado em si mesmo, naquilo que está acontecendo com ele naquele campo (Ginger, 1995).

Sobre essa questão, Hycner (1995, p. 122) traz a importância de o psicoterapeuta estar consciente da própria experiência, “ainda que essa mesma experiência possa interferir no ‘estar’ de fato com a outra pessoa. Mas, temporariamente, [...] cada um de nós pode colocar de lado as próprias expectativas, de modo a estar mais presente para o outro”. Não se trata do psicoterapeuta fugir de suas questões inacabadas, mas de estar *aware* delas para que possam ser trabalhadas, mas em outro momento adequado, possivelmente em seu próprio processo psicoterápico. Todavia, Hycner (1995) coloca que pode ocorrer, em algum caso, o fechamento de situações inacabadas do psicoterapeuta como um subproduto da relação “entre” que permeia a relação. Contudo, o psicoterapeuta sempre está a serviço do cliente.

Existe também a possibilidade de algo tocar e mobilizar o psicoterapeuta que é próprio daquele campo organismo-ambiente, presente na relação. Hycner (1995) exemplifica esse aspecto ao trazer um caso. Depois de alguns meses atendendo uma mulher e de perceber que ela estava

bem mais aberta para olhar para outras questões interpessoais de sua vida, Hycner (1995) coloca que resolveu compartilhar como frequentemente se sentia na relação: como um fantasma para a cliente. Para ele, “[...] foi um momento decisivo na terapia. O susto trouxe-a para a realidade da situação e mostrou-lhe quantos fantasmas existiam em sua vida” (Hycner, 1995, p. 76). Assim, quando o psicoterapeuta é tocado por algo que está presente na relação pode escolher compartilhar com o cliente a fim de facilitar o processo deste, no entanto, o profissional sempre deve verificar qual a melhor forma possível de colocar suas percepções e sentimentos ao outro.

Por meio da relação psicoterapêutica, o cliente descobre ou constrói suas potencialidades para atingir uma vida mais autêntica, possibilitando sua tomada de consciência pela percepção que ele passa a ter do que pertence a ele e o que pertence ao meio (Cerqueira, 2015). Para Ribeiro (1991), a relação psicoterapêutica é ferramenta de trabalho para o processo de cura. Para a autora, a relação entre psicoterapeuta e cliente é um experimento em si. Por experimento, entende-se o que é vivido entre psicoterapeuta e cliente, o que está presente no aqui e agora e sendo experienciado na relação psicoterapeuta-cliente. Sabe-se que é “no experienciar de uma relação que o cliente encontra suporte para poder vivenciar sentimentos reprimidos ou ocultados, onde há possibilidade de uma emergência segura, na qual o cliente não seja tomado pela ansiedade” (Ribeiro, 1991, p. 32). Quando o cliente consegue experienciar uma situação emergencial segura na relação psicoterapêutica, permite-se experimentar situações de fazer, de ver, de lidar, de sentir, de experimentar e de aprender. Aos poucos, passa a experimentar essas situações fora do consultório. Com isso, figuras cristalizadas são destruídas, novas formas são adquiridas e uma real transformação acontece. Assim, “criam-se novas figuras não só a partir do re-arranjo dos velhos conteúdos que são também ressignificados, mas da inclusão de material novo da relação presente” (Ribeiro, 1991, p. 32).

A psicoterapia é um espaço seguro e fértil para o cliente entrar em contato consigo, ressignificar seus velhos conteúdos e fechar *gestalten* abertas. Rodrigues (2007) explica que uma das possibilidades de uma pessoa manter uma situação inacabada (uma *gestalt* aberta) é quando ela espera que tal situação seja fechada por outros. Segundo o autor, a pessoa que faculta ao outro o fechamento de suas próprias *gestalten* abertas, também espera que o psicoterapeuta faça o fechamento delas, pois tal expectativa é presente na relação psicoterapêutica. A forma do cliente será a mesma ou muito semelhante a de outros contextos, isto é, “o que acontece nas relações em casa, no trabalho, etc, e que são de sua responsabilidade também surgirão em outros relacionamentos, inclusive o terapêutico” (Rodrigues, 2007, p. 115).

Dentro da perspectiva gestáltica, o psicoterapeuta deverá fazer uso da frustração como forma de não responder às expectativas do cliente (Rodrigues, 2007). A frustração, ou o confronto como é também chamada, é uma forma de auxiliar o desenvolvimento do autossuporte do cliente e da autorresponsabilidade. Perls (1988, p. 117) afirma que “para conseguir a mudança de apoio

externo para auto-apoio, o terapeuta deve frustrar as tentativas do paciente de conseguir apoio ambiental”.

Trata-se do psicoterapeuta estar junto e o mais disponível possível para que o cliente fique *aware* de seus processos, porém, sua postura deverá ser “firme” e “dura”, frustrando de forma habilidosa as manipulações do cliente que dificultam a mudança e o crescimento (Perls 1977, 1988). É por meio da frustração que o cliente se percebe capaz de mobilizar seus próprios recursos e descobrir sua capacidade para fazer alguma coisa (Perls, 1988).

Dessa forma, compreende-se que a utilização da frustração como estratégia terapêutica amplia a *awareness* do cliente. No entanto, é preciso perceber o momento certo de frustrar, ter conhecimento se o cliente tem o apoio e se o vínculo está construído (Vogel, 2012). Não é ser “rude” ou “frio”, mas sim utilizar a frustração de maneira hábil, no momento oportuno, quando o cliente utiliza de manipulações, ao mesmo tempo em que acolhe o cliente (Cardella, 1994).

Conforme Juliano (1997), todo o cuidado para com a pessoa do cliente abre espaço para que ele traga suas histórias no processo psicoterápico sem receios, pois cada pessoa busca ser “encontrada” e reconhecida em sua singularidade, plenitude e vulnerabilidade. Hycner e Jacobs (1997) afirmam que cada um deseja ser verdadeiramente valorizado por quem é e pelo que é, tanto por si próprio como pelos outros, caso contrário, a sensação que fica é de ser incompleto, não inteiro. Segundo os autores, o cliente quando chega ao consultório está com dificuldades de estabelecer uma relação plena e satisfatória consigo e com o mundo, suas situações inacabadas buscam fechamentos e pouco se valoriza genuinamente pelo que é. O cliente almeja ser reconhecido pelo outro, inclusive pelo psicoterapeuta. Para Hycner e Jacobs (1997), a autenticidade do cliente vivenciada em um espaço relacional seguro e livre de pré julgamentos proporciona a ele uma nova experiência, que o faz sentir-se acolhido. O acolhimento abre portas para o cliente se autoaceitar, sendo que a autoaceitação contribui para o aprofundamento da *awareness* (Jacobs, 1997).

Outra questão também relevante de ser vista é que é nas relações que as “doenças” são construídas e também por meio delas que mudanças efetivas podem ser restabelecidas, através do acolhimento, da confiança e da entrega (Ribeiro, 1991). Por isso a presença interessada, genuína e livre de julgamentos por parte do psicoterapeuta é curativa em si, “na medida em que consegue, por espelhamento, fazer emergir o interesse da pessoa por si mesma [...]. O cliente se redimensiona ao sentir o interesse do terapeuta” (Juliano, 2010, p. 20). Com isso o cliente, em seu próprio ritmo, torna-se capaz de se ver, de se perceber, de se sentir, de fechar situações inacabadas e de se aceitar tal como é, de modo a ser cada vez mais o que é, do que tentar ser o que não é. Para Juliano (2010, p. 20), a busca desesperada pelo reconhecimento é posto de lado, e “ocorre uma restauração: aquele que na infância foi desqualificado, ou cujas necessidades não foram percebidas, passa a ser confirmado pelo que é. Assim, não precisa mais se esforçar para se parecer com aquilo que ele pensa que os outros gostariam que ele fosse”.

A presença do psicoterapeuta – e a sua disponibilidade de ser tocado e mobilizado – também evoca a presença do cliente e o auxilia na liberação da expressão e do diálogo (Juliano, 2010). Sobre o diálogo, Juliano (2010) afirma que no início da psicoterapia ele se configura de maneira unilateral, pois o cliente está acostumado a contar histórias “para dentro”. Nesse processo, a autora coloca que o psicoterapeuta precisa acolher, esperar e lançar iscas para o início da expressão dialógica. Será aos poucos que o cliente conseguirá se liberar e com a expressão mais solta preencher melhor seu espaço no diálogo. Para Hycner (1995, 1997), no início da terapia existe também uma situação dialógica desequilibrada, em decorrência de não haver uma mutualidade entre psicoterapeuta e cliente. Essa falta de mutualidade ocorre da própria natureza da relação, na qual há certa desigualdade necessária (Hycner, 1995, 1997).

Hycner (1995, 1997) afirma ainda que pode haver situações em que intuitivamente cliente e/ou psicoterapeuta sintam que ainda não dispõem de suportes necessários para entrarem em um diálogo mais pleno com o outro. Segundo o autor, “até mesmo a melhor terapia não pode violar o princípio dialógico básico de que há, no mínimo, dois lados em interação, e que o cliente (ou terapeuta) pode impor limites a quanto estão disponíveis para penetrar no entre” (Hycner, 1997, p. 49). A presença do limite que pode ser colocado na relação psicoterapêutica não deve ser encarada como um problema em si, mas sim como uma possibilidade de existir na relação humana efetiva (Hycner, 1995, 1997).

Juliano (2010, p. 20) acredita que quando o diálogo ocorre, o cliente passa a crer em suas possibilidades de ser e estar no mundo, pois “com a cumplicidade do terapeuta, um diálogo começa a se tornar possível, indo até o ponto em que a história pode ser ressignificada. Essa ressignificação, essa mudança de olhar, ajuda o cliente a se reaproximar do seu mundo”. Holanda (2003) também faz suas considerações em relação ao diálogo no processo psicoterapêutico. De acordo com o autor, o homem ascende à totalidade por meio do caminho do encontro, do diálogo, do sair-de-si-em-direção-ao-outro e do permanecer-junto-ao-outro. Dessa forma, o homem se descobre, se desvela e se revela na completude de sua humanidade, em que pode encontrar-se com o mundo, experienciando-o na sua totalidade, através da presença (Holanda, 2003).

O diálogo aqui abordado não se refere “a palavra vazia, jogada ao vento ou o simples falar. A palavra tem de fazer parte de um dia-logos, de um diálogo. É preciso que seja um falar-ao-outro, e não simplesmente um falar voltado para o outro” (Amatuzzi, 1989 *in* Holanda, 1998, p. 18-19). Esse movimento de falar-ao-outro é essencial para o encontro, pois “exige pelo menos duas pessoas entrando em uma relação genuína uma com a outra” (Hycner, 1997, p. 35). Diálogo, portanto, “é entregar minha palavra para o outro e receber a dele, sabendo que a única coisa que torna duas pessoas iguais é a aceitação da diferença existente na presença viva de ambas. [...] Diálogo é encontrar e encontrar-se” (Ribeiro, 2006, p. 104-105). Por meio do diálogo é “que o ser se põe em relação com o mundo. É nesta relação que o sujeito se constitui, ou seja, na constituição da relação,



o sujeito se constitui a si próprio, e ao outro. Esta é a essência do homem: ser-com, no mundo” (Holanda, 1998, p. 19).

Yontef (1998) explica que o diálogo na Gestalt Terapia foi ampliado para incluir o encontro entre duas pessoas, seja por meio de palavras, uso de gestos e sons não-verbais. Dessa forma, para esse autor, “um pianista poderia dialogar com uma orquestra. Dois dançarinos podem dialogar sem palavras” (Yontef, 1998, p. 235). Nota-se que o diálogo não deve ser vinculado exclusivamente à fala, pois segundo Hycner (1997, p. 32), “a fala, na melhor das hipóteses, é a manifestação auditiva de uma atitude dialógica. As palavras, com frequência, se tornam um impedimento ao verdadeiro diálogo”. Em muitos casos, o diálogo transcende o signo e se completa fora dos conteúdos comunicados ou comunicáveis (Holanda, 1998).

Para que essa relação aconteça, é preciso que o psicoterapeuta não fique “preso ao arcabouço teórico e técnico. Há risco de substituir o contato com o cliente pelas explicações de sua abordagem” (Oliveira e Viera, 2015, p. 101). Hycner e Jacobs (1997) consideram que a atitude dialógica do psicoterapeuta é componente indispensável para a cura no processo psicoterapêutico. Tal atitude consagra a existência humana, a singularidade e alteridade da pessoa dentro do contexto relacional dialógico. Para Hycner e Jacobs (1997), a cura se dá pelo encontro entre psicoterapeuta e cliente. Assim, uma terapia pautada na abordagem dialógica focaliza o “entre” que se coloca na relação psicoterapeuta e cliente. Esse “entre”, segundo Hycner (1997, p. 30), “é paralelo à ideia da gestalt de que o todo (o âmbito do diálogo) é maior do que a soma das ‘partes’ (terapeuta e cliente)”.

### **3. Psicoterapia dialógica: terapia centrada no encontro entre psicoterapeuta e cliente**

No final do século passado, os princípios dialógicos da filosofia dialógica de Martin Buber foram estruturados na abordagem gestáltica por Hycner (Amorim, 2002). Embora utilizada dentro da Gestalt Terapia, a psicoterapia dialógica não pertence a nenhuma escola psicológica específica e não está identificada a qualquer técnica.

Os princípios básicos desta postura são que a *abordagem global*, o *processo* e o *objetivo* da psicoterapia precisam estar assentados em uma perspectiva dialógica. Por ‘abordagem’ entendemos a orientação global pessoal e filosófica do terapeuta para com o trabalho psicoterapêutico; o ‘processo’ refere-se à interação de fato *entre* cliente e terapeuta; e ‘objetivo’ significa o ‘resultado’ da terapia – no caso, o aumento da habilidade relacional do cliente (Hycner, 1995, p. 22, grifo do autor).

A psicoterapia pautada na dialógica “define-se basicamente por uma abordagem, atitude ou postura em relação à existência humana em geral, e ao processo de psicoterapia em particular. É

‘um modo de ser’” (Hycner, 1997, p. 31). Para o autor, esse modo de ser transforma a forma de abordar a terapia, pois o relacional torna-se centro da existência e do trabalho psicoterapêutico. A presença e prática profissional se dão pelo respeito e compromisso com a experiência concreta de vida do outro, com a totalidade do ser e com a existência humana relacional no processo psicoterapêutico. Para Hycner (1997), envolve ainda estar disponível, aceitando e confirmando a alteridade e a singularidade do cliente dentro do contexto relacional, bem como estar aberto plenamente para o encontro com o outro. Nessa abordagem dialógica, “a individualidade do terapeuta está subordinada (ao menos temporariamente) a serviço do dialógico” (Hycner, 1997, p. 37).

Por dialógico entende-se o que acontece no “entre” que se coloca na relação pessoa e pessoa, ou seja, o inter-humano (Hycner, 1995, 1997). Para Buber (1965 *in* Hycner, 1995, p. 23, grifo do autor), “o significado do inter-humano não será encontrado em qualquer um dos dois parceiros, nem nos dois juntos, mas somente no diálogo entre eles, no *entre* que é vivido por ambos”. O inter-humano manifesta-se, portanto, no diálogo entre pessoas, que não se refere ao discurso como tal, mas ao fato de que a existência humana é inerentemente relacional (Hycner, 1995, 1997).

No processo psicoterapêutico, o foco está no “entre” que acontece na relação psicoterapeuta e cliente. Hycner (1995) coloca que o “entre” não é um fenômeno físico-objetivo, nem psicológico-subjetivo, mas é um fenômeno ontológico: o *entre* é um elemento constitutivo próprio da existência humana. Segundo o autor, ontológico refere-se aos aspectos fundamentais da nossa existência, intrínsecos e inescapáveis de nossa existência no mundo. Para Juliano (2010, p. 38), o “entre” é “maior do que a soma de seus membros individuais. Requer uma presença consistente e aberta, [...]; requer uma atitude de apreciar as qualidades totais e únicas da pessoa que está diante de nós, além da valorização do fato de estar em relação com ela”.

Hycner (1997) explica que o dialógico abrange dois princípios: o Eu-Tu e o Eu-Isso. Segundo o autor, ambos são fundamentais para o ser humano relacionar-se com os outros e com mundo, pois o viver saudável requer uma alternância rítmica entre esses dois princípios. A existência Eu-Tu é uma atitude de “conexão”, essencial ao homem, enquanto Eu-Isso é de “separação” (Hycner, 1997).

A relação Eu-Tu é uma atitude de genuíno interesse no outro com o qual estamos relacionando verdadeiramente. É um estar presente “tanto quanto for possível para o outro, com poucas finalidades ou objetivos direcionados para si, mas voltados para viver a relação de forma completa e mútua” (Martins e Moreira, 2013, p. 324). A pessoa não é um meio para atingir um fim (relação Eu-Isso), mas sim um fim em si mesma (Hycner, 1997). No processo psicoterapêutico gestáltico, a postura do psicoterapeuta de afirmar e confirmar o cliente como ser único é chamado de acolhimento (Hycner, 1995; 1997; Jacobs 1997).

Dessa forma, na relação Eu-Tu volta-se para o outro plenamente, de corpo inteiro. Para Hycner (1995; 1997) e Jacobs (1997), é parar de pensar e viver a relação com o outro, a partir do que este também se disponibiliza, ou seja, é visto como um momento de “graça”, sendo necessária a disponibilidade do outro para entrar nessa relação Eu-Tu. É uma entrega ao “entre”, um encontro existencial, de forma a acolher a alteridade e singularidade do outro (Martins e Moreira, 2013). Mas não há como forçar um encontro Eu-Tu, apenas pode-se preparar para a possibilidade de sua ocorrência (Hycner, 1995; 1997; Jacobs 1997).

Por outro lado, a relação Eu-Isso acontece a partir do distanciamento da relação Eu-Tu (Hycner, 1995; 1997; Jacobs 1997). Na relação Eu-Isso se tem um propósito, um objetivo, um lugar para chegar (Martins e Moreira, 2013). A outra pessoa é um “objeto” para o outro, um meio para um fim. Conforme Hycner (1995; 1997) e Jacobs (1997), é um pensar sobre o que o outro diz, pôr o antepasso antes do outro. Nesse tipo de relação, a pessoa organiza sua existência no tempo e no espaço. Dessa forma, a atitude Eu-Isso é necessária para a existência humana para que a construção e a elaboração do conhecimento, discernimento e reflexão da situação vivida aconteçam, porém, é sua predominância que se torna prejudicial. Segundo Hycner e Jacobs (1997), o saudável para a dimensão relacional é a alternância rítmica entre Eu-Tu e Eu-Isso.

Hycner (1995) traz que a relação Eu-Tu não pode ser mantida para sempre e, ironicamente, esse encontro Eu-Tu se transformará em um fato objetivo, ou seja, se tornará um Eu-Isso. Dessa forma, “essa é a grande melancolia de nosso destino, a de que cada TU, em nosso mundo, precisa tornar-se um ISSO” (Buber, 1958 *in* Hycner, 1995). Os princípios Eu-Tu e Eu-Isso, portanto, indicam a natureza recíproca de nossa orientação relacional. Não há um Eu permanecendo sozinho, ao contrário, o que existe é um Eu do Eu-Isso e o Eu do Eu-Tu (Hycner, 1995). O viver de forma saudável e criativamente está em buscar o equilíbrio apropriado entre esses dois princípios, assim a alternância entre ambos é importante: o Eu-Isso garante a nossa sobrevivência e o Eu-Tu a nossa realização da condição de pessoa (Hycner, 1995; Jacobs, 1997).

Para Hycner (1997), quando o psicoterapeuta começar atender objetivando um encontro Eu-Tu com seu cliente, torna-se um encontro Eu-Isso, visto que há um lugar a se chegar, um objetivo *a priori*. O autor explica que o que pode ser feito é preparar o “terreno” para que o encontro Eu-Tu aconteça, estando o mais presente possível, no entanto, estar disponível para esse encontro não é garantia que o mesmo irá acontecer. O encontro se dá a dois, por isso não tem como forçar o outro e nem mesmo ser por ele forçado a entrar em um diálogo genuíno, já que esse ocorre por meio de uma mútua abertura e pela “graça” (Hycner, 1997). O encontro é imprevisível, assim, é necessário deixar acontecer, uma vez que quando duas pessoas se entregam ao “entre” surge a possibilidade da relação Eu-Tu ocorrer.

O diálogo genuíno somente pode emergir se duas pessoas estiverem disponíveis para ir além da atitude EU-ISSO e valorizarem, aceitarem e apreciarem verdadeiramente a *alteridade* da outra pessoa. Basicamente, isso requer a transcendência da nossa individualidade. Isso significa estar disponível para conhecer e entrar, como descreve Buber, na esfera do *entre* (Hycner, 1995, p. 25, grifo do autor).

Para esse autor, é no “entre” da relação cliente-terapeuta que também surgem a *awareness* e a diferenciação do “eu” e do “não-eu”. Contato sempre surge do “entre”. Frazão (1995) explica que para ter *awareness* é necessário ter contato, embora possa existir contato sem que haja *awareness*, sendo que o contato ocorre na fronteira de contato, que é o ponto no qual a pessoa experiencia o “eu” em relação ao “não-eu”. Neste caso, pode-se entender que fronteira de contato se refere à relação particular entre a pessoa e o meio, entre “eu” e “não-eu” (Frazão, 1995). A função do trabalho psicoterapêutico é buscar restaurar o contato por meio da relação dialógica, no qual as pessoas envolvidas se deixam impactar e responder à totalidade uma da outra (Yontef, 1998).

Este autor buscou descrever as características do diálogo em uma relação psicoterapêutica (Frazão, 1995). São elas: a) *Inclusão*: na qual o terapeuta respeita e confirma a experiência fenomenológica do paciente, penetra respeitosamente em seu mundo fenomenológico, experiencia-o e aceita o outro tal como ele é. O terapeuta busca experienciar momentaneamente o que cliente está experienciando mantendo-se ainda assim centrado em si mesmo. Significa colocar o tanto quanto possível, na experiência do outro, sem julgar, analisar, ao mesmo tempo em que se permite ser afetado por ele e por sua experiência. A inclusão fornece um ambiente seguro ao cliente na medida em que sente que está sendo compreendido em sua totalidade; b) *Presença autêntica*: o psicoterapeuta expressa observações, preferências e sentimentos em relação à outra pessoa, como parte do relacionamento psicoterapêutico. Da mesma forma que o terapeuta favorece que o cliente seja quem ele é, este se permite ser; c) *Comprometimento com o diálogo*: um compromisso com o outro. É permitir que o contato aconteça, em vez de controlá-lo. Trata-se do intercâmbio significativo entre duas pessoas, na qual uma se deixa afetar pela outra; e d) *O diálogo é vivido*: é algo feito, em vez de algo falado a respeito. É na vivência dialógica que ocorre a cura.

A psicoterapia dialógica é, portanto, uma abordagem em relação à existência humana e ao processo de psicoterapia, que permite ao cliente se apresentar tal como é, promovendo para si processos de cura e crescimento.

#### **4. Responsabilizar-se e crescer: o desabrochar do cliente**



Para a Gestalt Terapia, o homem é capaz de crescer e se autorrealizar. Esse movimento é descrito sob a orientação do holismo, como uma tendência ao fechamento sempre que se formam *gestalten*. A pessoa busca no meio maneiras de suprir suas demandas, mas quando deixa de entrar em contato com elas impede-se de crescer e mudar, pois “contatar é, em geral, o crescimento do organismo” (Perls *et al.*, 1997, p. 179). Segundo Polster e Polster (2001, p. 113), “o contato é o sangue vital do crescimento, o meio para mudar a si mesmo e a experiência que se tem do mundo. A mudança é um produto inescapável do contato”. Assim, por meio do contato e da *awareness*, o cliente se aceita, faz escolhas e se responsabiliza pelas escolhas, promovendo o seu crescimento (Yontef, 1998). Mas o aprisionamento aos “deverismos” faz com que a pessoa perca, gradativamente, a confiança em si e em suas potencialidades. A troca de afeto ocorre, ou seja, a pessoa abre mão de suas necessidades pela necessidade do outro, e assim sente-se como fragmentada no mundo em virtude dos outros.

A apropriação e a responsabilidade pela própria vida é, segundo Cardella (1994), o objetivo da psicoterapia, ou seja, são por intermédio de *awareness* e de escolhas que ocorre o (re)desabrochar do crescimento pessoal do cliente. Considera-se que “ao investir no que se é, ao explorar a realidade do seu modo de ser no mundo, a pessoa tem suporte e centralização suficiente para crescer” (Juliano, 2010, p. 38). Como o terapeuta facilita o processo de contato do cliente com as experiências, o

trabalho precisa ser sempre na fronteira de contato do cliente, nem além nem aquém. O terapeuta não pode forçar que o cliente perceba algo que ele não está percebendo, porque assim estaria indo além de suas possibilidades, nem deixar de intervir em momentos em que o cliente esteja apto para lidar com a situação, senão não existe mudança (Sampaio, 2004, p. 54).

Esse investimento do cliente em ser o que se é – quando construído em uma relação psicoterapêutica genuína, em que há valorização da experiência tal como se apresenta – abre possibilidades ao cliente de superar resistências e expandir seus limites de crescimento (Hycner, 1997). A atitude dialógica por parte do psicoterapeuta oferece suporte para que o cliente entre em contato consigo mesmo e experimente as próprias limitações e dificuldades. Além disso, facilitará criar condições para que o cliente ouça, veja, compreenda e aceite a si mesmo. Assim, a pessoa começa aos poucos se desprender do que não lhe serve mais, o novo é assimilado de modo a ser aceito ou rejeitado conforme as necessidades.

Cardella (1994) acrescenta que o amor na relação psicoterapêutica é também “terapêutico” por natureza e que favorece o crescimento das pessoas no processo psicoterápico. Para ela, “atitudes amorosas do terapeuta facilitam o desenvolvimento do potencial de amor do cliente” (Cardella, 1994, p. 57). O amor terapêutico que essa autora faz referência se difere do amor

fraterno, erótico e romântico, pois o trabalho psicoterapêutico, segundo a mesma, é uma prática do amor, pelo menos nas abordagens humanistas e transpessoais.

Por fim, cabe frisar novamente que no contexto psicoterapêutico, o crescimento não ocorre de forma unilateral, ou seja, apenas do cliente. O psicoterapeuta, que não é neutro na relação, também é modificado pelo encontro, pois “tentando estar disponível e a serviço do outro, podemos também aprimorar a *awareness* de nós mesmos, já que para ver o outro é necessário perceber-se” (Cardella, 1994, p. 62). Ressalta-se que, embora o psicoterapeuta também possa crescer e se modificar pelo encontro, a psicoterapia está a serviço unicamente do cliente e não para as questões existenciais do psicoterapeuta.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

É comum no início do processo psicoterapêutico, o psicoterapeuta ser procurado por pessoas que desejam ser curadas, expressando que perderam o sentido de quem são, do que estão pensando, sentindo, falando e fazendo. Não estão *aware* de si mesmas. Facultam ao outro, neste caso, ao profissional, o poder de curá-las.

Dentro do viés gestáltico, o psicoterapeuta deverá frustrar habilidosamente essa expectativa do cliente, bem como não dar respostas prontas. Com isso o próprio cliente, na companhia do psicoterapeuta, irá elaborar e assimilar as vivências, dando a cada uma delas o seu sentido e significado. Busca-se ainda, na prática clínica, trabalhar com o cliente o desenvolvimento mais consciente da autorresponsabilização pelos diversos aspectos de si e de sua vida.

O ritmo do trabalho da psicoterapia está subordinado ao ritmo do cliente. Ao psicoterapeuta cabe acompanhá-lo, de forma presente, por vezes “cutucando-o” para que seu cliente entre em contato e fique *aware* de si e do mundo, porém, sempre atento e respeitando o tempo do outro. Portanto, o profissional é tido como “parceiro de caminhada”, em uma relação dual autêntica, respeitosa e afetuosa.

O psicoterapeuta trabalha para que cada cliente desenvolva ou amplie a capacidade de se autorregular, de construir o autossuporte e de ampliar o autoconhecimento, por meio de contatos saudáveis e ampliação de *awareness*. Compreende-se que o autoconhecimento permite que cada um possa liberta-se dos seus “deverias” para encontrar-se com quem realmente é, ou seja, o autoconhecimento revela a essência de cada pessoa. A imagem ideal de si sai de cena para que a imagem real se apresente, sendo aceita como é. A verdadeira mudança ocorre quando para de tentar ser diferente do que é, pois, paradoxalmente, a pessoa ao tentar ser o que não é acaba sendo sempre a mesma, e com a sensação de ter perdido o sentido de si.

São aspectos também essenciais para o bom trabalho psicoterapêutico a postura do psicoterapeuta de não aniquilação de si próprio, do cliente e da relação. O psicoterapeuta implicado em uma postura verdadeiramente relacional, que envolve compromisso com a experiência concreta da vida do outro, envolvimento com a totalidade do ser e disponibilidade para os encontros Eu-Tu e Eu-Isso está promovendo campo fértil e saudável para o outro e sua “cura”.

O profissional deve fazer uso do arcabouço teórico na sua prática psicoterápica, no entanto, o seu comprometimento é com a pessoa que está a sua frente, e não somente com a teoria. Na perspectiva gestáltica, figura e fundo devem conviver de forma fluída, não cristalizada. O conhecimento teórico deve estar na maior parte do tempo como fundo, como suporte para o trabalho clínico, pois o cliente é a principal figura na relação. Entende-se que o fundo da sustentação à figura, assim, toda figura emerge de um fundo. O cliente e o que ele traz para o espaço psicoterapêutico são partes destacadas (figuras) de um fundo.

Compreende-se ainda que a relação psicoterapêutica e as pessoas que dela fazem parte como agentes potencializadores do processo de “cura”. Nesse contexto relacional deve existir aceitação, disponibilidade para o encontro (o estar presente com o cliente), confirmação, inclusão e comunicação genuína. O psicoterapeuta abandona um suposto lugar de “poder” para estar o mais presente e aberto para o outro, em um encontro de pessoa para pessoa. Vale frisar que a postura dialógica não tem como ser ensinada a ninguém, apenas provocada, pois é uma atitude e uma forma de estar na vida, que traz o interesse genuíno no outro.

Por fim, a prática psicoterápica é um trabalho intenso e extenso, feito no mínimo a dois, que exige envolvimento e engajamento das partes. Por ser um processo, não é feita do dia para a noite. Além do mais, é fundamental para o psicoterapeuta não negligenciar o desenvolvimento e integração pessoal e profissional, que deverá estar em contínua construção. Assim pode estar continuamente revendo sua qualidade de presença na relação, melhorando-a conforme for o caso, como também revelar-se genuinamente na relação com cada cliente.

## REFERÊNCIAS

Amorim, T. (2002). A postura dialógica na abordagem gestáltica. In: *VIII Encontro de Gestalt em Goiania*. Disponível em: [http://www.icgt.com.br/index.php?option=com\\_content&view=article&id=117:a-postura-dialogica-na-abordagem-gestaltica&catid=87&Itemid=503](http://www.icgt.com.br/index.php?option=com_content&view=article&id=117:a-postura-dialogica-na-abordagem-gestaltica&catid=87&Itemid=503). Acesso em: 17 ago 2016.

Cardella, B. H. P. (1994). *O amor na relação terapêutica: uma visão gestáltica*. São Paulo: Summus.

Cardella, B. H. P. (2002). *A construção do psicoterapeuta: uma abordagem gestáltica*. São Paulo: Summus.

Cerqueira, Y. & Lima, P. (2015). Suicídio: a prática do psicólogo e os principais fatores de risco e de proteção. *Revista IGT na Rede*, 12(23), 444-458.

Frazão, L. M. (1995). A relação psicoterapeuta-cliente. *Psicologia USP*, 6(2), 144-149.

Ginger, S. (1995). *Gestalt: uma terapia de contato*. São Paulo: Summus.

Gorenstin, B. & Pinheiro, M. E. (1994). *A relação terapêutica na terapia familiar sistêmica construtivista e na gestalt-terapia: uma breve reflexão*. Rio de Janeiro, RJ. Monografia de Especialização. Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ.

Holanda, A. (1998). Filosofia dialógica e gestalt-terapia. *Boletim de Gestalt Terapia*, 3(6), 17-24.

Holanda, A. (2003). O diálogo como construção da totalidade do homem e suas implicações para a clínica. *Revista do IX Encontro Goiano de Abordagem Gestáltica*, 9, 54-62.

Hycner, R. (1995). *De pessoa a pessoa: psicoterapia dialógica*. São Paulo: Summus.

Hycner, R. (1997). A base dialógica. In: R. Hycner & L. Jacobs (orgs.). *Relação e cura em Gestalt-Terapia*. São Paulo, Summus, 29-49.

Hycner, R. & Jacobs, L. (1997). *Relação e cura em Gestalt-Terapia*. São Paulo: Summus.

Jacobs, L. (1997). O diálogo na teoria e na Gestalt-terapia. In: R. Hycner & L. Jacobs (Orgs.), *Relação e cura em Gestalt-Terapia*. São Paulo, Summus, 67-94.





Juliano, J. C. (1997). Prefácio à edição brasileira. In: R. Hycner; L. Jacobs (Orgs.), *Relação e cura em Gestalt-Terapia*. São Paulo, Summus, 11-14.

Juliano, J. C. (2002). A estrada para o encontro: por onde começo? *Revista do VIII Encontro Goiano de Abordagem Gestáltica*, 8, 19-27.

Juliano, J. C. (2010). *A vida, o tempo, a psicoterapia: escritos de Jean Clark Juliano*. São Paulo: Summus.

Martins, M. A. G. & Moreira, L. (2013). A postura do Gestalt-Terapeuta. *Revista IGT na Rede*, 10(19), 321-327.

Oliveira, J. F. & Vieira, E. D. (2015). Reflexões sobre a relação terapêutica: perspectivas da gestalt-terapia e do psicodrama. *Revista IGT na Rede*, 12(22), 92-110.

Perls, F. (1977). *Gestalt-Terapia explicada*. 2 ed. São Paulo: Summus.

Perls, F. (1988). *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogans S. A.

Perls, F., Hefferline, R. & Goodman, P. (1997). Self, Ego, Id e Personalidade. In: F. Perls, R. Hefferline & P. Goodman (Orgs). *Gestalt-Terapia*. São Paulo: Summus, 177-189.

Polster, E. & Polster, M. (2001). *Gestalt-terapia integrada*. Belo Horizonte: Interlivros.

Ribeiro, J. P. (1985). Teorias de fundo. In: J. P. Ribeiro (Org). *Gestalt-terapia: refazendo um caminho*. São Paulo: Summus, 65-113.

Ribeiro, J. P. (1994). Conceitos básicos da teoria gestáltica. In: J. P. Ribeiro (Org). *Gestalt-terapia: o processo grupal – uma abordagem fenomenológica da teoria do campo e holística*. São Paulo: Summus, 13-32.

Ribeiro, J. P. (2006). Diálogo. In: J. P. Ribeiro (Org). *Vade-mecum de Gestalt-terapia: conceitos básicos*. São Paulo: Summus, 104-108.

Ribeiro, M. F. R. (1991). A relação terapêutica como o experimento em si. *Revista de Gestalt*, 1(1), 31-39.

Rodrigues, H. E. (2007). Psicologia da Gestalt. In: H. E. Rodrigues (Org). *Introdução à Gestalt-Terapia: conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica*. 4 ed. Rio de Janeiro: Vozes, 111-119.

Sampaio, M. M. A. Neutralidade na relação terapêutica: reflexões a partir da abordagem gestáltica. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 54(1), 49-56.

Vogel, A. (2012). O papel do terapeuta na relação terapêutica na Gestalt-terapia e na Terapia de Família Sistêmica Construcionista Social. *Revista IGT na Rede*, 9(16), 97-152.

Yontef, G. M. (1998). *Processo, diálogo e awareness: ensaios em gestalt-terapia*. São Paulo: Summus.

