

RESUMO EXPANDIDO  
XXVI Congresso de Iniciação Científica

## A RELAÇÃO TERAPÊUTICA EM UMA PERSPECTIVA HUMANISTA, FENOMENOLÓGICA E EXISTENCIAL

Monica Milena Murakami<sup>1</sup>

Oswaldo Alcanfor Ramos<sup>2</sup>

1. Discente do curso de Psicologia-; e-mail: [monicamurakami@hotmail.com](mailto:monicamurakami@hotmail.com)
2. Docente na Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: [oswaldoramos@umc.br](mailto:oswaldoramos@umc.br).

**Área de Conhecimento:** Psicologia.

**Palavras-Chave:** Relação terapêutica; Gestalt-terapia; Fenomenologia.

### Como citar:

Murakami MM, Ramos OA. A relação terapêutica em uma perspectiva humanista, fenomenológica e existencial . Revista Científica UMC [Internet]. 27 de outubro de 2023;8(2):e080200053.

Disponível em: <https://revista.umc.br/index.php/revistaumc/article/view/1909>

**Fluxo de revisão:** o presente resumo expandido foi revisado por pares pela comissão do evento.

Recebido em: 11/09/2023

Aprovado em: 26/10/2023

ID publicação: e080200053

DOI:

Licença CC BY 4.0 DEED

## INTRODUÇÃO

Com suas raízes na fenomenologia existencial e na Psicologia da Gestalt (HYCNER e JACOBS, 1997), a Gestalt-terapia se estabelece como uma abordagem que enfatiza a relação entre o paciente e o terapeuta, como também parte da visão holística do homem enquanto um ser biopsicossocial (PERLS, HEFFERLINE e GOODMAN, 1997). Perls, Hefferline e Goodman (1997) já chamaram a Gestalt-terapia de terapia das fronteiras e de terapia da concentração, como Polster (apud HYCNER e JACOBS, 1997, p. 15) a definiu como “síntese criativa”. Como exposto, o enfoque relacional é fundamental na Gestalt-terapia e, nesse sentido, ao pensar no entremeio que muitas relações atuais se constituem e ao considerar que, a partir da psicoterapia, na perspectiva humanista, fenomenológica e existencial encontramos o acontecer de uma relação terapêutica, questiona-se o que, afinal, constitui uma relação como terapêutica?

## OBJETIVO

A presente pesquisa objetivou promover reflexões acerca das características da relação terapêutica na perspectiva humanista, fenomenológica e existencial apontadas pela Gestalt-terapia, tendo como objetivos específicos investigar como a relação terapêutica está sendo compreendida dentro da perspectiva humanista, fenomenológica e existencial, identificar as principais características da relação terapêutica e explorar alguns limites e algumas possibilidades da relação terapêutica.

## METODOLOGIA

Para atingir os objetivos expostos acima, desenvolveu-se um estudo exploratório, de natureza qualitativa, delineado por pesquisa bibliográfica. A natureza desta pesquisa se constitui como teórica, a qual, segundo Gil (2002), explora o conhecimento em si mesmo e possibilita outros para uma aplicação prática. Na mesma perspectiva, foi elaborada como uma pesquisa bibliográfica, ou seja, foram utilizados materiais já analisados e publicados, como artigos científicos e obras literárias (GIL, 2002). Em relação ao objetivo, se trata de uma pesquisa exploratória, que, segundo Gil (2002), se caracteriza por proporcionar maior familiaridade com o problema (explicitá-lo), podendo ser feito sob a forma de pesquisa bibliográfica no sentido de tornar mais claros os aspectos da relação terapêutica.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

E Hycner (1995) desenvolve a “psicoterapia dialógica”, uma psicoterapia que possui uma postura que enfatiza a dimensão relacional do ser humano. Nesse sentido, para o autor, contrariamente às rupturas da ênfase exacerbada no individual e a desconsideração do inter-humano que permeiam os dias modernos, o caminho encontrado está na esfera do diálogo, da relação, do entre, um encontro em que, primeiro, o psicoterapeuta seja uma pessoa disponível para o mistério existencial, posto que ele é “alguém que está a serviço do dialógico” (HYCNER, 1995, p. 56) e precisa ser afetado pelo sofrimento do outro, para que este outro encontre o seu ser autêntico (SAFRA, 2015). Do mesmo modo, o psicoterapeuta, não impõe o modelo Eu-Tu a seus clientes, mas mantém uma atitude de abertura com a crença de que é, através dela, que o cliente irá liberar as suas potencialidades e, assim ele apenas se esforça para encontrar o cliente, sem a pretensão de estabelecer um diálogo mútuo, pois é escolha do cliente se envolver ou não nesse diálogo e torná-lo mútuo (JACOBS, 1997). Outro elemento da psicoterapia dialógica é a inclusão, esta “significa voltar a existência inteira para o outro, e é uma tentativa intensa de experienciar a experiência da outra pessoa tanto quanto a sua própria” (HYCNER, 1995, p. 59). Em companhia, há a confirmação, pela qual o psicoterapeuta valida a singularidade da outra pessoa, a considera em sua unicidade, alteridade e a confirma, ainda que seu comportamento seja inaceitável. Juntamente aos dois elementos, há o diálogo das pedras de toque e a mutualidade, através do primeiro o psicoterapeuta apreende os significados da vida do cliente e estabelece uma relação genuína por tamanho compartilhamento e a segunda deve ser vista como um subproduto e não como objetivo da terapia dialógica, podendo ser compreendida como o desenvolvimento da relação Eu-Tu entre o psicoterapeuta e o cliente, o qual chega, inicialmente, contido e hesitante, mas à medida que o diálogo genuíno ocorre, ele passa a experienciar a relação e a enxergar o outro como um Tu (HYCNER, 1995). Além destes fundamentos, outras características da relação dialógica são: entrega, espontaneidade, autenticidade, empatia, responsabilidade, contato, presença e aceitação incondicional.

A partir da relação dialógica, a postura psicoterapêutica se formula em uma presença humana, na qual o psicoterapeuta se emociona, se expressa, aceita um abraço e o faz porque tais atitudes possuem função dentro do processo da pessoa que o procura, o faz porque são dois seres humanos entrando em contato e crescendo juntos. Tal contato ocorre em um limite, isto é, a fronteira de contato, a qual varia em sua permeabilidade de acordo com a situação,

facilitando ou não o ciclo de contato. Esta fronteira se dá entre o organismo/ambiente e o contato com objetos, com a awareness sensorial e o comportamento motor como subjacentes (PERLS, HEFFERLINE e GOODMAN, 1997). No entanto, apesar de ela ocorrer “entre” organismo/ambiente, não separa o organismo do ambiente, pelo contrário, a fronteira de contato atua limitando, contendo e protegendo esse organismo que entra em contato com o ambiente. Um outro limite diz respeito à inclusão, aspecto já discutido no tópico anterior. Perante Yontef (1998), no começo da psicoterapia o paciente não tem a capacidade de praticar a inclusão, assim, ao longo do processo psicoterápico, ela é praticada e vai se constituindo, se aproximando de um possível fim quando o paciente é capaz de desempenhá-la e o faz constantemente. Nesse sentido, tem-se um limite da mutualidade desta inclusão no contexto da psicoterapia dialógica, pois, ainda que seja praticada pelo psicoterapeuta no início, ela não é mútua inicialmente. Ademais, é imprescindível considerar os limites éticos e profissionais.

Na clínica e na relação terapêutica, torna-se necessário pensar que muitas das agonias no percurso da vida são fenômenos de exclusão e desenraizamento ético, étnico e cultural, tais fenômenos rompem a possibilidade do ser humano habitar eticamente o mundo humano e pode se dar pelo desemprego, má qualidade de situação de trabalho, imigração e falta de instrução (SAFRA, 2004). Desta maneira, Safra (2004) nos traz os conceitos da filosofia Russa correlacionando com a clínica contemporânea, sendo que, para os russos, as questões do sofrimento humano são frutos da ruptura do ethos (morada) humano, pois é impossível pensar no ser humano sem o enraizamento na terra, ou seja, o ethos acontece na profunda interdependência entre os homens e a terra, o homem tem suas raízes, suas origens. No resgate destas raízes, insere-se, mais uma vez, um possível trabalho psicoterapêutico através da relação terapêutica, pois, sendo o terapeuta ele mesmo, enraizado em si, é que se revela a capacidade de acompanhar o outro na mesma jornada (SAFRA, 2015). A relação faz com que estejamos frente à singularização dos ancestrais, o psicoterapeuta que está presente com seu paciente e não só com o outro subjetivo, mas como os ancestrais, como os descendentes, como a humanidade, como representante da cultura (SAFRA, 2004), com dizia poeticamente Cora Coralina (1985, p. 45) “todas as vidas dentro de mim na minha vida”. A pessoa humana revela toda a humanidade e, assim, cuidar da pessoa é cuidar da humanidade, enquanto destruir uma pessoa é atacar a humanidade. Nesse sentido, o ser humano é, ontologicamente, nós. Portanto, diferentemente do pensamento heideggeriano, para Safra (2004), o ser não é só um ser para a morte, nem só um ser para a vida, mas um ser para mais além, sendo fundado em transcendência.

Além dos desenraizamentos, solidão, materialismo e das ausências de sentido, para Cardella (2015), a perda do sentido do sagrado também se constitui como uma forma de

sofrimento humano. O sagrado, para a mesma autora, não pode ser representado, ele é pura experiência e toda significação é vã porque é o toque ao mistério que nos transforma. A experiência do sagrado, embora ocorra no tempo enquanto tempo de Cronos, do contado pelo relógio, se dá no não-tempo, no tempo vivido da subjetividade, na apercepção, no tempo de Kairós (CARDELLA, 2015). Do mesmo modo, é possível compreender que tais experiências vêm do mundo, para além de uma pessoa e, por isso, “o homem é devolvido ao chão, ao húmus, ao lugar de humildade” (CARDELLA, 2015, p. 53). Hycner (1995) nos diz que nós, enquanto terapeutas, podemos reverenciar o nosso cliente o suficiente para que ele comece a se abrir para também reverenciar porque, ao contrário disso, o faz se manter em sofrimento. Logo, acolher as experiências do sagrado é necessário, não é preciso explicar, dominar ou cessar como bem nos declarou a técnica da fenomenologia, faz parte do processo psicoterapêutico contribuir para que as pessoas consigam se encantar, se surpreender e se horrorizar com o sagrado, para o que está além delas mesmas (CARDELLA, 2015).

De acordo com Yontef (1998), o progresso do cliente não é determinado só pela sua força, pelo contrário é uma função do campo todo, ou seja, envolve a relação entre terapeuta e cliente, sua família, os amigos etc. Nesse sentido, Robine (2006) expõe que a relação terapêutica será um campo que possibilita os desdobramentos da mudança do cliente diante do desenvolvimento de autossuporte, autorregulação, ampliação de awareness e integração de experiências. Dessa forma, retomando a concepção gestáltica de self, é fundamental considerar o campo da experiência, pois é nessa interação constante entre organismo-ambiente que se dá o fluxo desse organismo, é a partir dessa embarcação em um mar em movimento que esse organismo crescerá à medida que se adapta e se transforma em suas relações ao mesmo tempo em que co-constroi essa realidade compartilhada. Sendo assim, é possível concordar com Robine (2006) porque é no contexto da interdependência estabelecida entre terapeuta e cliente, dentro do campo da relação terapêutica, com as características já apontadas neste trabalho, que o organismo vai se redefinindo e se reconhecendo como um ser-navegante, aberto a se historicizar, ser cuidado e ser encontrado. Ademais, compreende-se que o self, enquanto este sistema de contatos que assimila e rejeita (PERLS, HEFFERLINE e GOODMAN, 1997), torna-se possibilitador da relação terapêutica. Com abertura para se relacionar neste campo específico, o self possibilita o desenvolvimento da relação dialógica descrita nesta pesquisa.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos objetivos e resultados obtidos por meio desta pesquisa, surge a possibilidade de responder à seguinte questão: “Qualquer relação é terapêutica?”. Considerando o que foi exposto, a resposta foi negativa. Para que uma relação seja genuinamente terapêutica segundo a perspectiva humanista, fenomenológica e existencial apontadas pela Gestalt-terapia, é necessário que tenha como fundamento o encontro, a inclusão, a mutualidade, a confirmação e o diálogo das pedras de toque, bem como apresente características de entrega, espontaneidade, autenticidade, empatia, responsabilidade, contato, presença e aceitação incondicional. Conjuntamente, compreendeu-se que o self, enquanto este sistema de contatos que assimila e rejeita, torna possível a constituição de uma relação terapêutica com abertura e presença para se relacionar com o outro, em um dado campo. Do mesmo modo, a relação terapêutica, na perspectiva humanista, fenomenológica e existencial conforme os apontamentos da Gestalt-terapia, vem sendo assimilada como uma condição a priori, contanto que o outro permita que ela emergja, para que as outras possibilidades da clínica aconteçam. No tocante a tais possibilidades, foi encontrado que, a partir da relação terapêutica, o psicoterapeuta, enraizado em si, pode acompanhar o seu cliente na jornada do resgate de suas raízes e na experiência de redescobrir o sagrado, caminhos estes que vão em encontro com o sofrimento humano, uma vez que muito do adoecimento humano é gestado nas relações. Sobretudo, este trabalho enfatiza a importância de considerar o psicoterapeuta enquanto humano que se depara com o outro humano, de outro tempo, de outro espaço. Da mesma forma, ressalta-se que este encontro se dá em meio a certos limites como, por exemplo, a existência da fronteira de contato que contém e protege o organismo, a inclusão que não é praticada pelo cliente no início da psicoterapia e, imprescindivelmente, os limites éticos e profissionais. Para além dos resultados encontrados, é interessante ressaltar que este trabalho se debruçou, de modo geral, a investigar a relação terapêutica em um contexto clínico, isto é, no seu desenvolvimento e potencialidades através das psicoterapias. Entretanto, o alcance das abordagens humanistas, fenomenológicas e existenciais não se esgotam no consultório e a relação terapêutica se transmuta a cada campo, a cada encontro, o que exige novas pesquisas para que possamos compreendê-la em suas mais diversas acontecimentos, contribuindo para uma prática psicológica múltipla.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CARDELLA, B. H. P. Relação, atitude e dimensão ética do encontro terapêutico na clínica gestáltica. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima. A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia. São Paulo: Summus, 2015. Cap. 3.
- CORALINA, C. Todas as Vidas. Poemas dos becos de Goiás e estórias mais. São Paulo: Global, 1985.
- GIL, A. C. Como Elaborar Projetos de Pesquisa. 4. Ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- HYCNER, R. De pessoa a pessoa: psicoterapia dialógica. 3 ed. São Paulo: Summus, 1995.
- HYCNER, R.; JACOBS, L. (Orgs.). Relação e cura em Gestalt-Terapia. São Paulo: Summus, 1997.
- PERLS, F.; HEFFERLINE, R.; GOODMAN, P. Gestalt-terapia. São Paulo: Summus, 1997.
- ROBINE, J. O self desdobrado: perspectiva de campo em Gestalt-terapia. São Paulo: Summus, 2006.
- SAFRA, G. S. A poética na clínica contemporânea. Aparecida, SP: Idéias & Letras, 2004.
- SAFRA, G. S. A contribuição de Michel Henry para a prática clínica na atualidade. Psicologia USP, São Paulo, v. 26, n. 3, p. 378-383, 2015.
- YONTEF, G. M. Processo, diálogo e awareness: ensaios em Gestalt-terapia. 3 ed. São Paulo: Summus, 1998.