
Gestalt-terapia, um caminho de volta para casa

Laura Cristina de Toledo Quadros

Doutoranda em Psicologia Social pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro/UERJ, RJ, Brasil.

Coordenadora da Pós Graduação em Gestalt-terapia do Centro Universitário Celso Lisboa/UCL – RJ, Brasil

Lívia Maria Bione

Especializanda em Psicologia Clínica com ênfase em Gestalt-terapia no Centro Universitário Celso Lisboa/UCL – RJ, Brasil

GESTALT TERAPIA, UM CAMINHO DE VOLTA PARA CASA (203 páginas) SPANGENBERG, A.

Campinas: Livro Pleno, 2007

O contato com o livro *Gestalt-Terapia – um caminho de volta para casa*, remete seus leitores a uma reflexão acerca de antigos conceitos que embasam a teoria da Gestalt e sua prática clínica em uma “roupagem” contemporânea. Isso é possível, dentre outros motivos, visto que em sua autoria, Alejandro Spangenberg, expõe não somente seu conhecimento acadêmico, mas também sua experiência de uma prática, nessa abordagem, vivida por longos, porém, não tão longínquos anos.

Para aqueles que têm alguma leitura prévia dos clássicos introdutórios à Abordagem Gestáltica, bem como com os primeiros escritos de Perls, poderá parecer, ao menos num primeiro momento - que não há em *Gestalt-Terapia – um caminho de volta para casa* muito que o diferencie de tudo que já foi lido até então. Porém, de forma sutil e, em algumas passagens, levemente poéticas, Alejandro encontra espaço para abordar antigos temas, considerando a sua relevância para o momento presente da Gestalt-Terapia. O autor define que não pretende elaborar em seu livro um manual, mas um mapa da Gestalt, que tornaria possível uma reflexão e uma orientação do que seriam a forma e o conteúdo da Gestalt que ele pratica hoje. Neste livro é importante que o leitor não se distancie desta proposta do autor, a fim de não criar expectativas conceituais num formato didático linear. Esta é uma leitura para ser apreciada

como uma interlocução, onde os principais conceitos são desvelados durante a estruturação do livro.

Nessa “presentificação” da Gestalt, Alejandro consegue articular as influências, dificuldades e diferenciações que tornaram teoria e prática mais completa e funcional. O autor refere-se à integralidade entre fenomenologia, existencialismo, teoria de campo de Lewin e Zen Budismo, por exemplo, todos eles atuando “à luz de uma nova configuração: um Novo Método Terapêutico” (SPANGERNBERG, 2007, p.30). O autor aponta que a dificuldade de entendimento da dinâmica entre as influências que fundamentam o modelo terapêutico gestáltico não está apenas em contradições claras de conceitos em algumas delas, mas também na própria figura de seu fundador, Fritz Perls. Para o autor, assim como na psicanálise onde estão contidas características de seu criador, Sigmund Freud, aspectos da personalidade de Perls também estão evidenciados no seu modelo terapêutico. Ao “superar Perls” a gestalt pôde crescer, ampliar fronteiras e amadurecer sua prática. Isso foi possível a partir da reflexão de demais estudiosos, ao longo dos anos, dos conceitos chave da gestalt e de suas necessidades.

Justificar o título *Gestalt-terapia – um caminho de volta para casa* parece não ter sido uma preocupação para Alejandro. Podemos supor que, para ele, isso seja claro o suficiente para não se deter em explicações. No entanto, uma possível reflexão acerca do título da obra “denunciaria” o interesse de Alejandro em reforçar o lugar que a Gestalt deve ocupar, a importância de atuar a partir do que ele chama de paradigma holístico-gestáltico e considerar que o processo terapêutico deve estar despreocupado da busca de *por que*. Alejandro entende que o grande valor da Gestalt está no entendimento do *como*, está no acesso ao *caminho* trilhado pelo sujeito ao longo dos anos, que resulta na forma como ele age frente às adversidades.

Portanto, um dos diferenciais da obra de Alejandro Spangenberg está na aproximação que ele faz entre a Gestalt-terapia e o paradigma contemporâneo, nomeado por ele como paradigma holístico-gestáltico. É neste capítulo inicial que ele fundamenta os princípios da gestalt-terapia dentro de uma perspectiva de ciência diferenciada do modelo mecanicista cartesiano e mais próxima da visão sistêmica, interacional e não linear, preconizada pela física quântica.

Este esclarecimento torna-se essencial para que o leitor transcenda a idéia de uma teoria que ficou muito mais conhecida por suas técnicas do que por suas raízes epistemológicas.

Em essência, Alejandro Spangenberg apresenta grande potencial criativo em seu texto e conquista em “Gestalt-terapia - um caminho de volta para casa” a possibilidade de vislumbrar temas que ainda são importantes, dispondo-os de forma clara e objetiva, porém consistentes.

Nos capítulos subsequentes, o autor trata do processo que caracteriza o ciclo de contato nas relações humanas, considerando as formações defensivas e a organização singular que os indivíduos constroem em busca de preservar a si mesmos, ou manter-se numa dinâmica relacional em que se sintam seguros. Neste sentido, a instalação de formas neuróticas, ou até mesmo psicóticas, de interação podem ser geradas nessas tentativas do indivíduo em corresponder às expectativas do contexto, no qual ele encontra-se inserido.

Outro aspecto relevante nesta obra encontra-se no fato de o autor tratar o conceito de inconsciente, validando sua manifestação, porém compreendendo-o através de um enfoque fenomenológico, sem descaracterizar a proposta psicanalítica que o diferencia e, ao mesmo tempo, sem ficar alheio à emergência dos processos inconscientes enquanto fenômenos possíveis nas múltiplas formas de manifestação do humano.

Embora a ênfase da Gestalt-terapia esteja na experiência consciente subjetiva, as manifestações inconscientes não devem ser negadas, nem excluídas da visão do psicoterapeuta. Porém, a intervenção sobre este processo está mais próxima da perspectiva fenomenológica do que da interpretação psicanalítica. Desta forma, o autor coloca em cena um tema que suscita muitas dúvidas e questionamentos e que nem sempre são esclarecidos em obras introdutórias. Ao dedicar um capítulo ao inconsciente sob a compreensão da Abordagem Gestáltica o autor contribui para a discussão acerca das peculiaridades deste conceito, contextualizando-o à proposta gestaltista.

O autor traz outra discussão relevante para a Gestalt-terapia e para todas as práticas psicoterápicas, ao nosso ver, a qual se refere ao fenômeno da Contratransferência. A Gestalt-terapia é uma abordagem Dialógica, onde a ênfase está na relação estabelecida entre o terapeuta e o cliente, sendo fundamentais os eventos que emergem nessa fronteira de contato. Portanto, a contratransferência não se restringe aos “pontos cegos” do terapeuta a serem vistos em supervisão e na sua terapia pessoal. Segundo o próprio autor (p.106):

Todas essas condições - terapia pessoal, supervisão, treinamento, transparência, honestidade, humildade e impecabilidade - exercitadas pelo terapeuta geram o marco para garantir que a *contratransferência* possa ser orientada e subordinada ao contato e ao encontro, durante o processo terapêutico.

Mais adiante (p.106), ele destaca o papel fundamental que a contratransferência pode desempenhar na relação terapêutica:

Entretanto, a contratransferência não se limita a potencial fuga projetiva das sensações do terapeuta. Não devemos, portanto, ficar atentos apenas para evitar sua manifestação, enquanto distorção do campo relacional; muito pelo contrário, como dizíamos no começo, a

contratransferência é uma fonte inesgotável de informação terapêutica relevante.

O autor tem a preocupação de buscar sistematizar os instrumentos teórico-metodológicos relacionados com a prática da Gestalt-Terapia, apresentando o que ele nomeia de *Modelo Circular* (p. 110), composto de quatro elementos: Unidade de Trabalho, Unidade de Supervisão, Ciclo de Energia e Iluminação do Processo Aqui e Agora. Para ele, esses elementos devem ser integrados e tornam-se orientadores da prática terapêutica, sem, no entanto, se reduzirem a ações determinadas de quem os utiliza. Na verdade, ele destaca a importância da atenção sobre o processo, sobre si mesmo, bem como a presentificação da experiência e o reconhecimento das potencialidades daquele momento terapêutico.

Finalmente, os últimos capítulos são dedicados à prática psicoterápica de grupo, incluindo também a prática com famílias e casais, seguindo a mesma concepção que permeia toda a obra.

Portanto, talvez, o *caminho de volta para casa* apontado pelo autor possa ser entendido como o resgate e a organização dos fundamentos teóricos da Gestalt-terapia de uma forma holística, ressaltando os aspectos dessa abordagem que a fazem, após tantos anos, ainda ser considerada, por muitos desinformados, um conjunto de técnicas. A obra ratifica, mais uma vez, a consistência e contemporaneidade desta abordagem.

Recebida em: 23/02/2009

Aceita para publicação em: 23/02/2009

Endereço eletrônico: laura@softconsultoria.com.br; libione@hotmail.com

Editor responsável: Eleonôra Torres Prestrelo