

# *O Terapeuta Como Pessoa*

## *Os desafios da formação em Terapia Familiar*

### *"Eu, caçador de mim"*

MATHIAS, Maria Elizabeth

A história da evolução da terapia familiar vem se deslocando de uma epistemologia baseada na cibernética para outra calcada na idéia de que as relações humanas surgem através de suas histórias construídas socialmente, e este processo tem ocorrido por meio de contínuo questionamento e da curiosidade a respeito das crenças, modelos e formas específicas de práticas.

Como diz Cecchin, a terapia é um desafio de demolir lentamente a história antiga na direção de uma nova história co-produzida, que possibilite a abertura de possibilidades novas para a família.

A história da terapia de família como campo, segue este mesmo padrão narrativo. São as inevitáveis contradições e dissonâncias que propiciam as oportunidades para a construção de uma nova história.

O pensamento moderno vê as estruturas como inerentemente arranjadas, segundo uma hierarquia, o terapeuta com o poder de mudar a família pelo uso de ferramentas técnicas. A família, vista como um sistema homeostático, vem ao consultório de um especialista capaz de transformá-la, segundo um padrão normativo de funcionamento.

Na ótica da modernidade, a luta pelo poder é uma das metáforas propostas para lidar com as dificuldades que a família traz na terapia. Na relação de confronto, vence quem ganha o poder.

Tendo como referência a comunicação como um processo relacional, no qual a informação é construída socialmente, as pessoas estão juntas para produzirem significados.

Como o poder é uma construção, segundo Bateson, ele é criado pelo contexto e inventado pelos protagonistas da ação, brigar pelo poder é uma das

formas que as pessoas tem de produzir significados. Na pós modernidade, poder e responsabilidade do terapeuta são redefinidos, psicoterapia e patologia são reconceitualizadas, o âmago da questão não é a etiologia do sintoma, mas os processos e dinâmicas interpessoais e sociais que os mantém. A perspectiva epistemológica da pós-modernidade questiona premissas, segundo as quais os terapeutas definem a si mesmos, elaboram teorias e práticas, modelos e técnicas; desenvolvem relações interpessoais, sociais e institucionais. Mudanças conceituais pontuam o desenvolvimento do modelo sistêmico: a mudança de ótica da informação, para a co-construção, o foco na família para o foco no terapeuta, o observador especialista fora do sistema terapêutico para o observador observante incluído no sistema terapêutico.

A discussão introduzida pela filosofia da pós-modernidade produziu novos conceitos, incluindo os mitos além da verdade; a metáfora além do conceito; o figurativo além do literal, a imaginação além da razão, a retórica além da lógica e a narrativa além do argumento.

Dá especial atenção à importância das perspectivas dialógicas / múltiplas, da auto-revelação; das configurações laterais, cooperativas, com ênfase no processo ao invés de nos objetivos. Como operário social, atuando na área de saúde mental, o terapeuta familiar tem que estar alerta para que sua prática não opere na manutenção de certos valores, de arranjos políticos e hierarquias de privilégios. Apesar da epistemologia da pós-modernidade enfatizar o respeito pelo outro numa prática democrática, é importante que o terapeuta tenha presente que as profissões de saúde mental não são politicamente, nem moralmente neutras. Esta mudança propiciou uma renovação do interesse no papel do terapeuta, no contexto terapêutico, o processo não depende só da família, é algo que emerge da relação entre terapeuta e família. O terapeuta descobre que a sua descoberta depende do descobridor, transformando sua tarefa em co-construção com a família, como diz Cecchin. Neste processo auto-reflexivo, o terapeuta descobre que sempre tivera uma hipótese em mente e que não era a qualidade dela que fazia

diferença: a diferença estava no contraste entre as hipóteses do terapeuta e as da família ou entre as diferentes hipóteses que surgiam durante a conversação como uma construção. Basicamente, são os vieses provenientes da bagagem cultural de sua educação e de seu treinamento, que constroem a hipótese,

A hipótese tem a função de fazer conexão com o sistema, independentemente de seu valor de verdade ou de sua validade como explicação. A hipótese é a base para iniciar uma conversa, seu valor está na sua capacidade de criar uma ressonância com todos os envolvidos.

O terapeuta para sair da posição contraditória de neutralidade e da indesejada condição de poder na relação terapêutica, reconhece que o que ele vê como sistema familiar é o ajuste de seus membros uns com os outros, é a qualidade estética da relação.

Ter curiosidade acerca desta conexão entre pessoas pode ser útil na construção de formas viáveis de relacionamentos. A curiosidade como postura terapêutica, proporciona a oportunidade para a construção de novas formas de ação e interpretação.

O terapeuta transitou da auto-reflexão à reflexividade como um processo, passou a usá-la como instrumento terapêutico, através da oferta de idéias, questionamentos, conversações abertas – falar sobre conversas passadas e futuras, internas e externas - e a escuta no sentido da co-presença de que fala Andersen - escutar o silêncio dos pensamentos dos que sofrem.

As famílias revelam as histórias de suas vidas em conjunto com o leitor/terapeuta, que portanto é sempre um co-autor da história que está sendo contada.

O terapeuta como co-construtor tem no seu trabalho a função de co-gerar uma nova história. Esta nova história levará em conta os processos de construção do mundo do terapeuta e da família que são limitados pelas crenças, mapas e premissas que têm a respeito dele.

O terapeuta não mais é visto como um especialista com uma visão ou história privilegiada, mas como um facilitador desta conversação terapêutica.

Suas idéias são compartilhadas, externalizadas, comentadas.

Não existe uma metaposição do terapeuta, mas um questionamento contínuo das premissas de ambos os lados. O treinamento em terapia familiar, segundo Minuchin, deve ser essencialmente um ensino de técnicas que o discípulo esqueça assim que as domine. A meta é transcender a técnica, é transformá-la em arte. Para Keeney, quando se considera a terapia como uma arte, a ênfase incide na atuação do terapeuta. Visto que a comunicação de cada cliente é de natureza imprevisível, a participação do terapeuta no drama de uma sessão, torna-se um convite à improvisação. A improvisação é o ato de ser criativo com o que se sabe, tanto faz que isto implique em alterar seqüências, ritmos, melodias, equações, significados, cursos de ação: ela é sempre um modo de indicar as múltiplas formas pelas quais um terapeuta participa do processo de mudança criativa.

Tornar-se artista implica deixar de personificar os outros e desenvolver um estilo próprio. Um artista utiliza completamente seus recursos e suas limitações pessoais com o objetivo de criar um estilo único, que é um retrato estético do seu ser-no-contexto.

A arte se torna o veículo pelo qual a vida é gerada. Num sentido significativo, nós vivemos pelas histórias - tanto no contar quanto no agir do *self*, segundo Gergen. Entendendo-se o *self* constituído como produto das relações.

Diz Goolishian - "*Se você sabe o que fazer, isto o limita. Se você sabe mais a respeito do que não fazer, então existe uma infinidade de coisas que podem ser feitas*", esta fala instigante e provocativa, foca a importância da curiosidade e da criatividade sobre o fazer na terapia.

A formação do terapeuta familiar, na visão de Minuchin, apresenta semelhanças com a do samurai do antigo Japão. Entre as técnicas para sobreviver em combates, uma refere-se a compenetrar-se, manter-se à parte, descobrir os recursos do inimigo.

Quem quisesse alcançar o grau de mestre devia treinar-se nas artes da

guerra durante um período de cinco anos, abandonar seu ofício e passar alguns anos estudando disciplinas como pintura, poesia, caligrafia. Só então, após desenvolver maestria em algumas empresas intelectuais, voltava a tomar sua espada, pois agora esta se convertia no prolongamento de seu braço. Convertera-se em samurai, havia esquecido a técnica.

Na terapia familiar, comparativamente, entrar em co-participação, deixar-se levar e trazer pelo sistema ao qual pertence, a fim de vivenciar suas características, faz parte do procedimento terapêutico.

A terapia familiar demanda o emprego de si mesmo, é um treinamento para a espontaneidade – um terapeuta espontâneo é aquele que foi treinado para empregar diferentes aspectos de si mesmo em resposta a contextos sociais diversos. A espontaneidade está sempre limitada pelo contexto.

O instrumento do terapeuta está ligado a sua formação de vida, é parte integrante de seu crescimento pessoal. Crescimento pessoal e instrumento passam a ser a mesma coisa.

Lembrando Bateson, é impossível para o ser humano viver sem praticar alguma coisa, só se torna um ser humano quando se tem uma prática. Não se pode crescer pessoalmente se ao mesmo tempo não se tem alguma coisa que nos mantenha trabalhando, nos mantenha em um processo de aprendizagem.

Na relação harmoniosa entre a dinâmica da situação humana e as operações específicas do encontro terapêutico, o terapeuta aprende que o criativo exercício da ação faz de sua espada o prolongamento de seu braço, como o antigo samurai.

As operações terapêuticas são espontâneas e representam as impressões digitais psicológicas do terapeuta.

As escolas, orientações e modelos psicoterápicos podem ser entendidos como retratos, exteriorizações ou exposições concatenadas de seus inventores: são exemplos do modo como diferentes pessoas desenvolveram um estilo capaz de extrair o máximo de seus recursos singulares, originais em determinado contexto.

Para Whitaker, o terapeuta como ser humano é básico, a dinâmica da terapia está na pessoa do terapeuta. Teoria e técnica tornam-se vivas e tomam forma apenas quando filtradas através da personalidade do terapeuta.

O papel que estabelecemos, fala eloqüentemente de nossa individualidade, bem como de nossa visão dos outros.

Se a psicoterapia deve ser realmente um encontro humano, ela requer um terapeuta que tenha retido a capacidade de ser uma pessoa: é necessário inquietar-se o suficiente para entrar no jogo e ficar envolvido, mantendo suficiente auto-estima para suportar o mandato cultural de sacrificar-se para salvar a família

Um guia básico para o papel profissional é o de maximizar o crescimento e o desenvolvimento de todos os envolvidos no processo terapêutico, inclusive, talvez antes de tudo, o do terapeuta,

A condição de ser real, a capacidade de estar presente durante a sessão, respondendo de forma pessoal é a essência do que o terapeuta tem a oferecer à família.

Segundo Leshan, a dedicação e o interesse do terapeuta pelo paciente expressos na relação terapêutica, servem de estímulo atento e respeitoso para os pacientes apossarem-se destes aprendizados no seu cuidar-se. O que possibilita realizarem uma trajetória positiva na vida, a apropriação de suas histórias, o resgate de sua dignidade, do respeito e da esperança.

Permanecendo conhecedor de sua própria necessidade de crescer, preserva o terapeuta sua capacidade de ser útil aos outros, é vital manter conexão e acesso aos próprios impulsos, intuições e emoções, bem como sondar seus valores, padrões e associações que irrompem à consciência durante o atendimento.

Estas informações pertencem tanto a ele quanto à família, por ser a combinação meta-ambiente família-terapeuta que dá origem a estas noções ou imagens.

Terapeutas e clientes vêm para a terapia com suas versões da realidade,

o desafio é a co-construção de uma forma viável e sustentável de existir, que sirva à família, ao terapeuta e às formas de existência sancionadas culturalmente.

Para Elkaim, no encontro terapêutico, na co-criação, o papel desenvolvido pela subjetividade do terapeuta é fundamental, sua capacidade de entrar no sistema como terceiro pólo, depende daquilo que se define como ressonâncias.

Ressonâncias são constituídas por elementos semelhantes comuns a diferentes sistemas em intersecção. Elas aparecem em situações onde regras se interconectam, aplicam-se ao mesmo tempo a família do paciente, à família de origem do terapeuta, à instituição onde é recebido o paciente, ao grupo de supervisão, por exemplo.

Elementos de ressonâncias podem ser algumas regras, mitos e modalidades de expressão de emoções. As ressonâncias incluem-se no pressuposto de que a realidade do sistema observante está baseada na idéia de que só podemos conhecer através da nossa construção de mundo. Elas unem os deferentes níveis e suas intersecções de mundo.

Como diz Maturana, só vemos o que conhecemos, e o que conhecemos tem a ver conosco. Importante, na ocorrência de ressonâncias, o terapeuta discriminar, compreender o que acontece entre a sua própria vida e a do cliente, que esteja em contato com o seu si mesmo, exercendo o papel de tradutor, facilitando a diferenciação, trazendo significado à relação com o outro.

A vida é uma encenação de textos e é a encenação deles perante platéias relevantes que os validam, que têm um efeito transformador sobre a vida das pessoas. A cada encenação, as pessoas estão re-escrevendo suas vidas e seus relacionamentos.

A evolução das vidas e dos relacionamentos é semelhante ao processo de re-autoria, em que se pode apropriar das próprias histórias; enfatiza a liberdade da pessoa de construir sua própria história de vida, tendo a família como platéia, roteirista e editora. Não é apenas contar uma história, mas

também ouvir a platéia.

A soma da compreensão e da comunicação que podemos estabelecer com uma pessoa em uma interação recíproca depende em grande parte da riqueza e da amplitude da experiência que podemos trazer para um relacionamento.

Assim como um telegrafista capacitado ouve os mesmos sons em *stacatto* que eu ouço, graças a sua experiência, tem um encontro com outro ser humano, ouve-o e não duvida desse encontro, portanto quanto mais formação e experiências o terapeuta de família tiver, maiores serão as possibilidades de encontrar-se com outra pessoa, de escutá-la através dos sinais confusos que ela emite.

Para encontrar o tom e o significado da experiência de nossos pacientes, necessitamos de Shakespeare, Bach, Picasso, Dali ou Michelangelo, por exemplo. Para entender a estrutura dessas experiências e como as reações a elas podem ser modificadas, precisamos de Freud, Jung, White, Andersen, Goolishian, entre muitos.

O terapeuta não precisa ser artista, filósofo ou cientista, mas deve compreender e ser receptivo às manifestações da sensibilidade e da criatividade expressas em uma obra: a história de seu paciente, e enxergar como através de um espelho revelador dos significados de Ser Humano e do que é pertencer à condição humana.

A lição de Andersen sintetiza de forma poética o terapeuta como pessoa: *“Vejo a vida como o movimento de mim mesmo e daquilo que me cerca em direção ao futuro”*

As mudanças da vida à minha volta vêm por si mesmas, não por mim, e a única coisa que posso fazer é tomar parte nelas... Tomar parte é usar o repertório de entendimentos e ações produzidos pelas várias experiências que tive ao longo dos anos.

Estar aberto, sensível aos toques da “vida externa” e ao mesmo tempo, estar aberto e sensível às respostas da “vida interior”, e o que eu prefiro chamar intuição é aquilo em que eu mais confio.

## ***Bibliografia***

- A improvisação em psicoterapia. Ed. Psi – 1995.
- O dilema da Psicologia. Ed. Sammus – 1990.
- Técnicas de Terapia Familiar, Ed. Paldos – 1989.
- Dançando com a família. Artes médicas – 1988.
- Formações e Práticas em Terapia Familiar. Artes Médicas – 1988.
- A terapia da construção social. Artes Médicas – 1995.