

INFLUÊNCIA FILOSÓFICAS NA PRÁTICA DA GESTALT-TERAPIA

PHILOSOPHICAL INFLUENCES ON THE PRACTICE OF GESTALT THERAPY

Idalice Maria Costa Resende¹

ID: <https://orcid.org/0009-0007-1304-2954>

RESUMO

O objetivo do texto foi promover uma reflexão sobre a natureza e o potencial do ser humano à luz das filosofias de base humanismo, existencialismo e fenomenologia de homem; e abordar a prática da Gestalt-Terapia. A metodologia analisou diversos autores, envolvendo conceitos-chave, a síntese das ideias apresentadas e integração nas prática clínica da Gestalt-Terapia, respaldada por referências renomadas. O texto destacou a valorização da existência humana, liberdade e responsabilidade individual, e a importância da relação interpessoal. Ressaltou o papel do humanismo na redefinição do humano como agente ativo em sua vida e sociedade, enfatizando a busca por autenticidade e realização pessoal. Abordou a fenomenologia como método de compreensão da experiência humana, privilegiando a observação direta dos fenômenos e valorização da vivência individual. A prática clínica na Gestalt-terapia prioriza a preparação do terapeuta para compreender a si mesmo, visando cuidar integralmente do cliente. A abordagem humanista e existencialista destaca o potencial saudável do cliente, promovendo consciência, responsabilidade e liberdade. Baseada no respeito mútuo, a relação terapeuta-cliente busca promover crescimento e autenticidade, valorizando a experiência presente e utilizando a fenomenologia para compreender a existência humana. As correntes filosóficas abordadas destacam a importância da subjetividade/ liberdade/busca por significado na experiência humana, desafiando-nos a repensar relação com nós/outros/mundo. A prática clínica da Gestalt-Terapia, fundamentada nesses princípios, enfatiza o autoconhecimento/integração pessoal/autenticidade como elementos para processo terapêutico, visando resgatar a totalidade e a autenticidade do ser humano. Abordagem gestáltica, busca reconstruir significado e promover uma existência mais autêntica e significativa.

¹Psicóloga Clínica em Gestalt-Terapia pelo IGTB. Atua no Hospital Regional em equipes multiprofissionais e cirúrgicas, realiza atendimentos clínicos na modalidade bipessoal e em grupos, usa método EMDR e contribui nos processos formativos e educacionais. E-mail: idalicepsicologa@gmail.com

Palavras-chave: Gestalt-terapia. Humanismo. Existencialismo. Fenomenologia.

ABSTRACT

The aim of the text was to promote reflection on the nature and potential of the human being in the light of the basic philosophies of humanism, existentialism and phenomenology of man; and to address the practice of Gestalt therapy. The methodology analyzed various authors, involving key concepts, the synthesis of the ideas presented and integration into Gestalt therapy clinical practice, backed up by renowned references. The text highlighted the appreciation of human existence, individual freedom and responsibility, and the importance of interpersonal relationships. It highlighted the role of humanism in redefining the human being as an active agent in their life and society, emphasizing the search for authenticity and personal fulfillment. It approached phenomenology as a method of understanding human experience, favoring direct observation of phenomena and valuing individual experience. Clinical practice in Gestalt therapy prioritizes preparing the therapist to understand him/herself, with the aim of providing integral care for the client. The humanist and existentialist approach highlights the client's healthy potential, promoting awareness, responsibility and freedom. Based on mutual respect, the therapist-client relationship seeks to promote growth and authenticity, valuing present experience and using phenomenology to understand human existence. The philosophical currents addressed highlight the importance of subjectivity/freedom/the search for meaning in human experience, challenging us to rethink our relationship with ourselves/others/the world. The clinical practice of Gestalt therapy, based on these principles, emphasizes self-knowledge/personal integration/authenticity as elements for the therapeutic process, with the aim of recovering the totality and authenticity of the human being. The Gestalt approach seeks to reconstruct meaning and promote a more authentic and meaningful existence.

Keywords: Gestalt therapy. Humanism. Existentialism. Phenomenology.

1 INTRODUÇÃO

A concepção humanista, existencialista e fenomenológica de homem representa uma abordagem filosófica que coloca o ser humano no centro de sua reflexão, valorizando sua subjetividade, liberdade e capacidade de atribuir significado ao mundo ao seu redor. Essas correntes filosóficas enfatizam a importância da experiência humana, da consciência e da intencionalidade na construção do conhecimento e na compreensão da realidade.

Nesse contexto, o homem é visto como um ser ativo, capaz de se autodeterminar e de buscar sentido em sua existência. Através da análise fenomenológica, os filósofos exploram a relação entre a consciência e o mundo, destacando a intersubjetividade, a experiência vivida e a transcendência da consciência. Essas perspectivas oferecem insights profundos sobre a natureza humana e suas interações com o mundo, convidando-nos a refletir sobre nossa própria existência e as possibilidades de crescimento e transformação pessoal.

A Gestalt-Terapia é uma abordagem terapêutica que se fundamenta em princípios humanistas, existencialistas e fenomenológicos, buscando promover o autoconhecimento, a integração pessoal e a autenticidade do ser humano. Neste contexto, a máxima de Sócrates “conhece-te a ti mesmo” desempenha um papel fundamental, tanto para os clientes em sua jornada de autoexploração, quanto para os terapeutas na condução de suas práticas clínicas.

A compreensão profunda de si mesmo permite ao terapeuta estar presente e disponível para compreender o cliente em sua totalidade, facilitando assim o processo de transformação e crescimento pessoal. Neste contexto, a relação dialógica, a valorização da singularidade e a busca pela totalidade e autenticidade do ser-no-mundo são aspectos essenciais da prática da Gestalt-Terapia.

Por meio dos estudiosos, o texto abrangente sobre como essas abordagens filosóficas percebem e valorizam o ser humano, sua relação com o mundo e sua busca por significado e autenticidade. Além disso, as concepções filosóficas podem influenciar nossa compreensão da existência humana e nossas interações com o mundo e com os outros.

Buscou-se destacar a importância do autoconhecimento, da integração pessoal, da autenticidade e da relação terapêutica na abordagem gestáltica, bem como evidenciar como a máxima de Sócrates “conhece-te a ti mesmo” se relaciona com a prática clínica e o processo terapêutico. O texto visou fornecer insights sobre como a Gestalt-Terapia pode auxiliar os clientes a reconstruir suas vidas, promover a consciência de si mesmos e do mundo, e alcançar uma existência mais autêntica e significativa

Em suma, o objetivo do texto é promover uma reflexão aprofundada sobre a natureza e o potencial do ser humano à luz do humanismo, do existencialismo e da fenomenologia de homem, destacando as principais características e princípios dessas correntes filosóficas. Além de abordar a prática da Gestalt-Terapia e sua correlação com pressupostos do “Humanismo, Existencialismo e Fenomenologia” é explorar como os princípios e fundamentos dessas correntes filosóficas influenciam a prática clínica da Gestalt-Terapia.

2 METODOLOGIA

A metodologia a ser descrita em relação ao texto foi a concepção humanista, existencialista e fenomenológica de homem inclui a análise e interpretação de citações de diversos autores e estudiosos que representam essas correntes filosóficas.

A abordagem adotada envolve a leitura atenta do conteúdo apresentado, a identificação de conceitos-chave relacionados ao humanismo, existencialismo e fenomenologia, e a integração dessas informações de forma coerente e contextualizada. Além disso, a metodologia incluiu a síntese e a organização das ideias apresentadas no texto, a fim de proporcionar uma compreensão clara e abrangente das diferentes perspectivas filosóficas em relação ao ser humano e sua existência.

A metodologia fez uma análise e a integração de conceitos e princípios provenientes do humanismo, do existencialismo e da fenomenologia com a prática clínica da Gestalt-Terapia.

A citação de fontes e referências bibliográficas ao longo do texto respaldou as informações apresentadas e garantiu a credibilidade do conteúdo.

Por meio da citação de autores renomados na área, como Amaral, Yontef, Angerami, Piccino e Costa, o texto explora como essas correntes filosóficas influenciam a abordagem terapêutica gestáltica.

Dessa forma, a metodologia adotada no texto consistiu em analisar e sintetizar informações presentes, destacando como os pressupostos filosóficos e conceituais das correntes humanistas, existencialistas e fenomenológicas se manifestam na prática clínica da Gestalt-Terapia.

3 A CONCEPÇÃO HUMANISTA, EXISTENCIALISTA E FENOMENO-LÓGICA DE HOMEM

“O humanismo consiste num desenvolvimento do homem com vistas à sua perfeição humana” (Derisi, 1977, p. 229). Para Holanda (1998, p. 19) “falar de um humanismo é, fundamentalmente, expressar uma atitude diante do fenômeno humano. É uma consideração valorativa do gênero humano, atribuindo-lhe um sentido”.

Segundo Sevcenko (1994), a crença de que o homem é a fonte de energias criativas ilimitadas, possuindo uma disposição inata para a ação, a virtude e a glória, é a questão principal do humanismo. Pois, enquanto os teólogos tinham a preocupação voltada para as almas e Deus, ou seja, para o mundo transcendente, o mundo dos fenômenos espirituais e imateriais. Os humanistas voltavam-se para o aqui e agora, para o mundo concreto dos seres humanos em luta entre si e com a natureza, a fim de terem um controle maior sobre o próprio destino, valorizando o que de divino havia em cada homem, induzindo-o a expandir suas forças, a criar e a produzir, agindo sobre o mundo para transformá-lo de acordo com sua vontade e seu interesse.

O humanismo, portanto, trouxe uma mudança na visão do homem, ele passa a ser valorizado em si mesmo e não somente na sua relação com Deus como era anteriormente. Além disso, ele passa a ser percebido como um ser único, responsável por suas escolhas e condução da sua própria vida, influenciando as pessoas e o mundo a sua volta.

É, pois, uma re-significação deste humano, onde se prima pela sua dignidade e pela sua liberdade; é uma consideração da totalidade do ser humano, pois não há humanismo que recorra a um homem compartimentalizado; é a retomada do sentido da integração do homem ao meio em que vive, visto não poder ser considerada humanista a concepção que destaca o homem de seu meio, nem que destaca o meio do homem (Holanda, 1998, p. 21).

Segundo Santos (1998, p. 13) “o que importa é que as pessoas tenham uma atitude racional perante o mundo em que vivem”, sendo assim, o humanismo significa mais que um estudo do homem, designa além de uma teoria sobre o homem, um programa de ação que visa interferir na relação homem-mundo.

É uma empresa histórica de humanização do mundo e das relações inter-humanas [...] e [...] para ser humanista, uma filosofia (ou uma religião) deve atribuir um valor absoluto ao homem no seu mundo, recusando-se a subordiná-lo ou dissolvê-lo em instância alguma, seja à raça, à classe, à nação ou às leis da história, do espírito, da evolução, ou da economia (Macedo, 1978, pp. 12 e 13).

E conforme diz Ribeiro (1985, p. 29) “o humanismo é uma teoria do homem; psicoterapia de base humanística é o homem criando a si mesmo, existindo, tomando posse de si e do mundo”.

O humanismo defende a aceitação somente daquilo que é experimentado de forma imediata, valorizando também a interiorização e individualização da experiência. O homem é visto como um ser ativo e criativo, como descreve Nogare (1982, p. 63) “o homem não é um simples expectador do universo, mas que o pode modificar, melhorar, recriar.”

A concepção de homem na visão humanista se baseia nos questionamentos: o quê é o homem? Ou, quem é o homem? Isto é, na busca pelo sentido universal e particular de ser do homem. Há um esforço para compreender o homem na sua totalidade e em relação com os outros e com o mundo.

Sócrates foi um dos primeiros filósofos a nos lembrar que a existência do homem é o problema principal da filosofia, afirmando efetivamente a primazia da existência sobre o conceito, ou seja, para se compreender a existência não basta conceituá-la abstratamente, é preciso experimentá-la. Ele recomenda aos seus discípulos que experimentem os próprios limites, a fim de tomar consciência deles. Sua máxima “Conhece-te a ti mesmo” é muito mais que um convite ao autoconhecimento, é a marca de um cuidado de si (Huisman, 2001).

Sócrates considerava seu dever imperioso abrir os olhos dos demais aos bens mais excelsos da vida humana que são os da alma. Diferentemente dos sofistas, acreditava na existência de uma ordem universal e de verdades e valores morais absolutas. Sua função na educação do espírito do seu povo, de modo especial dos jovens, tinha para ele um caráter sagrado. Educar para Sócrates, era uma missão e um imperativo legado a si pelos próprios deuses. [...] O autoconhecimento do ser humano era um dos elementos fundamentais preconizados pela educação socrática (Teixeira, 1999, p. 21).

O homem torna-se “a medida de si mesmo e não pode ser tolhido por regras, deste ou do outro mundo, que limitem suas capacidades” (Sevcenko, 1994, p. 24). Ou seja, o homem passa a ter responsabilidade sobre suas escolhas e o mérito pela realização das suas ações e conquistas, pois segundo Valle (1982, p. 107) “todo ser contingente é projeto e realização ou frustração de projetos. O projeto está desenhado e contido de antemão no próprio ser, imagem da idéia divina. [...] O homem tem em seu poder o realizar ou não realizar sua plenitude, seu projeto”.

O existencialismo como o próprio Sartre afirma é um humanismo (Huisman, 2001). Neste sentido, considera o homem como ser consciente, livre, responsável e finito, lançado no mundo e continuamente dilacerado por situações problemáticas ou absurdas. E é precisamente pelo homem, em sua singularidade, que o existencialismo se interessa.

O existencialismo é uma atitude filosófica adotada por alguns pensadores num momento histórico particular que “[...] privilegia o concreto, o singular, o vivido em relação aos conceitos e às generalidades. Existencialismo vai impor a prioridade da existência sobre a essência: fazer e, ao fazer, fazer-se e não ser nada senão o que se faz” (Huisman, 2001, p. 8).

A filosofia existencial procura “ver-o-mundo” do ponto de vista da existência humana, sua estrutura de referência tem que ser o homem, tal e como ele existe na sua dimensão interna: com seus temores, esperanças, desejos e angústias.

“Para Nietzsche, a vida é um valor absoluto, que em contínua metamorfose e ascensão, em ilimitado devir e eterno retorno cíclico, realiza a trágica celebração e plena consumação de si própria” (Ribeiro Júnior, 2003a, p. 6).

“O pensamento de Sören Aabye Kierkegaard contém o estudo profundo das diversas formas da luta do homem consigo próprio para a conquista da existência, que é a conquista do próprio ‘eu’ em sua individualidade” (Giles, 1989, p. 5). Kierkegaard se interessa ainda pelo singular-homem e, para ele, somente o singular humano tem consciência de sua singularidade. A singularidade é uma

conquista difícil, pois o ideal dos homens é comportar-se em conformidade com os outros. É percebido normal quem aceita e se adapta aos padrões e valores comumente propostos pela sociedade. É considerado um excêntrico e rebelde quem os recusa e combate. Em busca da singularidade, o homem precisa optar, escolher livremente. A angústia é o sentimento que acompanha toda escolha, sobretudo as grandes escolhas, tal como ser ou não ele próprio.

Kierkegaard concebe o homem como existência, como sujeito-em-relação-a-Deus. Não é um átomo auto-suficiente e espiritual, mas como sujeito só é autenticamente ele mesmo em sua relação ao Deus da Revelação. Na concepção de Kierkegaard, entretanto, a existência é de todo original e irrepitível, radicalmente pessoal e única. [...] frisa a unidicidade e ‘excepcionalidade’ da existência, em detrimento do aspecto da universalidade no conhecimento (exigida por toda ‘ciência’) quando se trata do pensamento acerca do homem (Luijpen, 1973, p. 29).

Nesta citação o homem é visto como um ser de totalidade, e nesta visão integrada, o homem se desenvolve plenamente na medida em que realiza seus projetos existenciais.

Sartre ao afirmar que a “existência precede a essência” (Petrelli, 1999, p. 25) diz que o homem primeiramente existe, se descobre, surge no mundo; e que só depois se define. O homem não é mais do que aquilo que se faz, isto é, ele é responsável pela sua própria história, se forma por si mesmo sem nenhuma causalidade. Para Sartre, existir é ter consciência da própria existência. Ele vê o homem como um ser de liberdade total e absoluta. O homem é totalmente livre, porque mesmo que ele não escolha, faz a escolha de não escolher, agindo e responsabilizando-se por essa opção.

Heidegger entende que a existência humana difere das demais existências, pois só ela é capaz de descobrir a estrutura diferenciada dos seres com os quais convive. E Kant entende que a pessoa é um fim em si mesmo e digna de respeito; jamais pode ser usada como puro meio, pois a pessoa é um valor incondicionado único (Junior, 2003).

Para Gabriel Marcel o ser do homem se faz a partir da existência na comunhão interpessoal, contanto que se trate de uma comunhão autêntica com o outro, de forma que o outro se torne para ele um verdadeiro tu (Nogare, 1982).

É em Gabriel Marcel que o princípio característico do existencialismo ‘a existência precede a essência’ assume o sentido que lhe foi dado desde o princípio. O homem está por fazer-se. Ele é, num certo sentido, artífice de si mesmo e de sua própria essência (Nogare, 1982, p. 129).

Portanto, o existencialismo é a análise ou descrição do próprio eu e de suas experiências mediatas e imediatas, pois “a filosofia será então simultaneamente a expressão da vida e o meio de que nos servimos para vivê-la, de forma a ser uma realidade viva e pessoal” (Giles, 1989, p. 5).

Martin Buber toma como preocupação o desenvolvimento do homem na sua totalidade e sua existência como uma integração entre o ser, o mundo e Deus. Para ele, a relação dialógica é o ponto de partida para a constituição de uma verdadeira comunidade. Diálogo é relação e o sujeito só existe quando inserido numa relação. Esta é a essência do ser humano: “ser-com o” e no mundo (Ho-

landa, 1998).

O ser humano é a própria imagem da transcendência e do devir em processo. O homem não se satisfaz apenas com o uso e a posse das coisas, mas também tem o desejo de entrar em relação pessoal com estas coisas, com o mundo, e imprimir nelas a marca da sua relação. Entrar em relação através da fala ao outro é o que Buber denomina como relação Eu-Tu. O fracasso disto implica num Eu-Isso (Holanda, 1998, p. 154).

Na visão de Buber, o eu existe na relação com o tu, ou seja, na confirmação de si pelo outro e esta confirmação ocorre quando, através da linguagem, a pessoa expressa sua existência. É o que ele chama de encontro entre duas pessoas, isto é, relação Eu-Tu, onde o encontro acontece face-a-face. Eu me descubro no outro, o Tu; o outro, se descobre em mim, que já se tornou seu Tu, atitude que envolve escolher e ser escolhido reciprocamente.

No pleno Eu-Tu, ambos os sujeitos estão em presença do Outro, cada qual está naquele momento, naquele lugar com o Outro. É um estar-com numa relação que se dá sem que nenhum meio se interponha a ela. Ela é, pois, direta, imediata. [...] É uma relação que envolve o ser na sua globalidade, na sua totalidade. (Holanda, 1998, p. 167).

Já a atitude Eu-Isso está presente no mundo do passado, da separação, da ausência, do saber, é um falar sobre, uma colocação diante de algo. Buber considera necessária a alternância das duas palavras-princípio, Eu-Tu e Eu-Isso, visto que as duas são interligadas entre si, pois o Tu tende a se tornar Isso, um objeto, uma coisa.

A idéia central da fenomenologia foi proposta por Fraz Brentano e se refere a tudo que diz respeito à intencionalidade da consciência.

Brentano distingue dois modos de conhecimento interno um, a observação interna, aplica-se a dados, equivalentes a objetos, por meio de lembranças, mas estes objetos não são o que constitui a originalidade do psíquico, pois consiste, em toda parte, numa intenção, numa direção perceptível ao outro modo de conhecimento, a percepção interna. É esta intenção que se reencontra na análise intencional de Husserl, mas transportada para a subjetividade transcendental. A intenção é desvendar as potencialidades implicadas nos bons estados atuais da consciência (Ribeiro Júnior, 2003a, p. 27).

Dartigues (1973, p. 11) explica que “a fenomenologia é o estudo ou a ciência do fenômeno. Como tudo o que aparece é fenômeno, o domínio da fenomenologia é praticamente ilimitado e não poderia ser confinada numa ciência particular”.

Huisman (2001, p. 51) diz que “fenomenologia trata-se do estudo dos fenômenos ou daquilo que aparece. Husserl qualifica de ‘retorno às próprias coisas’ e é preciso modificar o olhar, pois não se trata de explicar e nem de analisar as coisas, mas de descrevê-las”.

Para Edmund Husserl a investigação fenomenológica deve partir das próprias coisas, como estas se revelam na sua pureza irrefutável, que têm de se impor para dar testemunho da verdade, valoriza a descrição, a mais completa possível, dos fenômenos (Giles, 1989). É fundamentada na evidência, ou seja, nas próprias experiências, em que as próprias coisas e os estados das coisas se apresen-

tam por si próprios. No seu método, ao invés de destacar do mundo o homem, recoloca-o, reposiciona-o, como uma inserção deste homem no convívio com seus semelhantes (Holanda, 1998).

De acordo com Ribeiro Júnior (2003b, p. 12) “a fenomenologia é, assim, uma ciência a priori e universal porque descreve essenciais (isto é, objetos ideais e não empíricos). É universal, por que se refere a todas as vivências”.

Segundo Tenório (2003, p. 33), “um importante aspecto da fenomenologia é a noção de intencionalidade da consciência: a consciência é sempre consciência de alguma coisa, estando dirigida para um objeto, só existe objeto para uma consciência”.

“Se um objeto é sempre objeto-para-uma-consciência, ele jamais será objeto-em-si, mas objeto percebido (...) Consciência e objeto não são entidades separadas na natureza, mas definem-se a partir desta correlação que lhes é co-original” (Boris, 1994, p. 23 apud Tenório, 2003, p. 33).

Tenório diz ainda que:

O homem como ser no mundo é uma das dimensões existenciais apontadas por Heidegger. Com relação a este aspecto Heidegger explica que homem e mundo invocam-se mutuamente, um não existe sem o outro. Isso significa que o mundo é uma realidade puramente humana. O indivíduo está inserido completamente nessa realidade. Sair dessa realidade é perder as características próprias do ser humano. Tudo o que nos acontece subjetivamente se relaciona com algo que está aí, no mundo (Barbosa, 1998 apud Tenório, 2003, p. 34).

Rabuske (2001, p. 38), compreende o mundo como ‘apriori concreto’, pois os conteúdos da nossa experiência entram na nossa concepção do mundo e a modificar continuamente. Há uma determinação recíproca de sujeito e objeto, de homem e de mundo. O mundo é a totalidade do nosso concreto espaço de vida e o horizonte da nossa compreensão. E o homem é ‘ser-no-mundo’ – usando uma expressão de Heidegger. No nosso mundo da experiência nos encontramos, antes de tudo, como homens entre homens. O ser-no-mundo é inseparável do ser-com-outros. A compreensão do mundo é social: somente pela relação com os outros homens participamos dum mundo histórico-cultural.

Ao usar a fenomenologia como método, utiliza-se o que chamamos de *epoché* ou redução fenomenológica, ou seja, é necessário se desarmar diante do objeto, estar nu, observar e registrar os dados, suspendendo qualquer a priori, hipótese, ou conceito pré-formado, de modo a apreciar a totalidade da expressão do fenômeno que surge aos olhos do observador, processando um retorno às coisas como elas são, às coisas-mesmas. Desse modo pretende-se atingir o ponto mais essencial do objeto, isto é, a busca do significado, uma procura pelo subjacente, em detrimento do simples aparente, com o intuito de desvendar o que está por detrás da realidade que se apresenta. Na medida em que a fenomenologia contribui para fundamentar a Gestalt-terapia, busca conhecer a realidade, respeitando tanto o significado do todo quanto as diversidades de suas partes, pois é uma ciência descritiva, preocupa-se com as relações compreensíveis, com as correlações. É uma ciência abrangente e sistêmica. (Holanda, 1998 e Petrelli, 1999).

Na fenomenologia de Husserl todo ato consciente envolve uma intenciona-

lidade, que dá significação ao objeto, às imagens, aos signos. É esta intencionalidade que a fenomenologia - estudo “puramente descritivo” das vivências de pensamento e de conhecimento - toma por objeto de estudo e, se propõe a descobrir (Ribeiro Júnior, 2003b). Como diz Holanda (1998, p. 35) “a fenomenologia ensina um método de se postar diante das coisas, numa atitude de escuta e espera ativa do ente [...], mostra um esforço de clarificação da realidade humana, de abertura à experiência e vivência total do mundo”.

São conceitos comuns à fenomenologia, segundo Ribeiro Júnior (2003b):

- ‘Retorno-às-coisas-mesmas’, isto é, volta à intuição originária. Observar e descrever cuidadosamente os fenômenos, reais ou imaginários, com o objetivo de aprender a essência de determinada classe de eventos;

- Privilegiar a concepção de intencionalidade da consciência, que é particularidade fundamental dessa de ser consciência de alguma coisa e partindo da vivência, visto é, procedendo-se a uma análise fenomenológica do ponto de vista daquele que vive esta ou aquela situação concreta;

- valorização da experiência vivida, isto é, o que se mostra/apresenta deve primar sobre o que se sabe;

- transcendência da consciência, ou seja, tudo faz sentido a partir da consciência;

- intersubjetividade; significa o eu puro, o sujeito é o testemunho da experiência;

- Método fenomenológico que consiste em revelar o sentido autêntico de fato. Este método possui três momentos:

- intuição é o ato da consciência pelo qual o fenômeno está presente na consciência;

- redução fenomenológica que possibilita um conhecimento do mundo a partir da sua origem, ou seja, suspender o juízo sobre o mundo real, considerando o que o mundo é em si mesmo e não como o percebemos;

- ideiação é a contemplação da essência universal, isto é, a essência a que pertence um objeto concreto.

Para Angerami (1984), a maior lição que é dada ao homem é que a vida em esplendor na mais completa e perfeita harmonia simplesmente existe e transcende a toda e qualquer tentativa de explicação, ou seja, os fenômenos ocorrem simplesmente na sua própria forma e essência e devem ser sentidos e experienciados tais como são.

Pode-se, então, resumir a concepção de homem da Gestalt-terapia com a seguinte citação de Oliveira (1995, p. 49) “o homem é um ser digno de confiança, isto é, é responsável por si mesmo, pois se escolhe ser o que é, é uma totalidade que pode ser integrada, voltado para a consciência [...] e em busca de dar sentido às suas percepções, às suas experiências, à sua existência”.

4 A PRÁTICA DA GESTALT-TERAPIA E SUA CORRELAÇÃO COM PRESSUPOSTOS DO HUMANISMO, EXISTENCIALISMO E FENOMENOLOGIA

A prática clínica começa com a preparação do terapeuta para exercer o papel de cuidador do outro, para isto, a máxima de Sócrates “conhece-te a ti mesmo” faz total sentido. O terapeuta precisa conhecer antes de tudo a sua própria existência, como ela se constituiu, como ele é em sua individualidade, suas franquezas e potencialidades. Além disso, é preciso manter viva sua capacidade de

se recriar a cada momento, visando cada vez mais integrar suas polaridades no sentido de evoluir e funcionar como um todo.

A atitude do terapeuta é influenciada pela sua visão de homem, de saúde e de doença, isto é, sua crença sobre o ser humano define a sua postura na relação com o cliente.

A Gestalt-terapia tem como propósito, resgatar no homem a sua totalidade. A partir do pensamento humanista, o terapeuta enfatiza o potencial saudável do cliente, bem como sua capacidade até a sua plenitude no agir, no pensar, no expressar-se através da linguagem, considerando também os limites pessoais, os fracassos, as impossibilidades de mudança aqui e agora (Amaral, 2009).

Os conceitos de aqui-agora, responsabilidade, intencionalidade e liberdade advindos do humanismo, do existencialismo e da fenomenologia, são aproveitados e usados como instrumento de trabalho da Gestalt-terapia. Ao trabalhar com o aqui-agora, o terapeuta valoriza o espaço e o tempo presentes, observa o que está acontecendo, como o passado e expectativa de futuro são vivenciados no presente, ou seja, trabalha a experiência consciente e com o sentido que esta tem para aquele cliente em sua particularidade.

Responsabilidade, intencionalidade e liberdade são conceitos que o terapeuta incentiva o indivíduo a resgatar, a partir do momento que o mesmo vai tomando consciência de si e do mundo, tornando-se autor da sua própria história, através de suas escolhas criadoras e transformadoras de si mesmo e do mundo, facilitando o desdobramento do seu ser.

O terapeuta para auxiliar a pessoa a reencontrar-se usa o acolhimento, o cuidado, a valorização do ser em sua singularidade de modo que a pessoa recupere a consciência, responsabilidade e liberdade pela sua vida, realizando assim seus projetos e construindo sua história.

A Gestalt-terapia valoriza o homem como um ser único, particular, singular e acredita que este homem possui a capacidade de modificar, criar e recriar o mundo de modo a facilitar sua auto-realização. Contudo, ao adoecer, o homem tem comprometida esta capacidade criativa, ou muitas vezes, projeta esta capacidade aos outros. Cabe ao terapeuta em conjunto com este cliente, resgatar a autonomia, o poder para cuidar de si e determinar seu próprio destino, pois conforme diz Rabuske (2001, p. 98), “o processo de cura do ser humano consiste fundamentalmente, em o homem assumir a responsabilidade da vida perante os outros e perante a si mesmo”.

Ao compreender o homem como uma totalidade, na qual estão harmonizados os aspectos geo-biológico, psico-emocional, comportamental-sócio-ambiental e sagrado-transpessoal, conceitos defendidos pela Gestalt-terapia, a busca é integrar o agir, o pensar e o expressar-se no aqui-agora, recuperando a totalidade e autenticidade do ser-no-mundo. Segundo Ribeiro (1985, p. 28) “o homem é o único ser que tem uma maneira característica de se fazer, de se realizar”.

Com base no humanismo, a Gestalt-terapia tem uma visão otimista e positiva do ser humano, baseando-se nos conceitos de tendência à auto-realização e de liberdade.

O humanismo é, portanto, a matéria-prima da ética e da cidadania, *conditio sine qua non* para uma autêntica experiência do humano. Daí a importância de uma visão humanista na Gestalt-terapia, vista como um movimento que promove a percepção da pessoa como integrada, coerente, dinamicamente funcional, caminhando decidida na direção da redescoberta do corpo e suas potencialidades, da alma e seus mistérios, do ambiente e sua magia, e de exaltação do que de

Na abordagem gestáltica, o terapeuta precisa estar presente e disponível para compreender a pessoa do cliente na sua individualidade, observando-a por inteiro, sua fala, seus movimentos corporais, suas emoções e suas relações com o mundo interior e exterior, bem como para facilitar a consciência, expressão e vivências de suas emoções, pensamentos, relações e ações vivenciadas no momento presente, buscando seus aspectos saudáveis para incentivá-lo a assumir a responsabilidade por si mesmo.

Ao descrever os objetivos da psicoterapia existencialista, Angerami (1984, p. 34) diz que para o terapeuta: O paciente é apreendido como sendo um fenômeno único, e, como tal, respeitado em sua totalidade. Na medida em que pode descobrir as coisas de seu mundo, e, dessa forma, abrir seu campo perceptivo para os fenômenos que fazem parte de sua existência, buscando alternativas dentro daquilo que ele considera verdadeiro.

É ao longo do processo terapêutico, ou melhor, do encontro baseado na relação Eu-Tu descrita pelo Buber, que se estabelece condições para facilitar o reencontro do ser consigo e com o outro no mundo habitado por eles.

Influenciado pelo existencialismo a Gestalt-terapia, entende a existência como conjuntos de possibilidades e cabe ao homem escolher alguns desses para realizar seu projeto de vida, dando sentido a sua existência no aqui-agora.

O Gestalt-terapeuta procura compreender quem é esta pessoa que o procura, como ela funciona e constrói sua própria história, isto é, enfatiza como esta pessoa está existindo, como ela estabelece seus contatos com o outro e consigo mesma, quais aspectos do eu estão desintegrados da totalidade, para auxiliá-la a resgatar seu valor, sua totalidade e sua capacidade por reconstruir sua própria vida.

A Gestalt-terapia também é influenciada pelo existencialismo ao promover o resgate do homem como um ser ativo e modificador da sua existência. O homem na sua secreta intimidade se vê como um ser consciente, livre para construir o seu futuro, responsável pela situação presente e por seu destino. O universo torna-se o seu mundo pessoal, criado por sua vontade ou pelo seu sentimento. Em resumo, sua existência consiste na sua presença neste mundo e neste corpo, expressando-se através de suas ações e verbalizações, que traduzem a significação de si mesmo e dos outros. A partir destas relações o homem se constitui saudavelmente ou não e o terapeuta terá um papel fundamental na caminhada e reencontro dele com sua própria existência.

As idéias Kierkegaard quanto ao homem como um ser único, criador da sua existência e que se desenvolve na sua própria individualidade, incentiva a Gestalt-terapia a estimular em seu cliente a ousadia de ser ele mesmo, assim como a idéia de que somente o homem pode contar sua história, pois é ele quem dá sentido a sua experiência e vivência, e, de acordo com Ribeiro Júnior (2003a, p. 47) “O homem é o único ente que pode interrogar-se a si mesmo acerca de seu ser. O homem não é um que coisa, mas um quem, uma existência. A essência do homem consiste em sua existência”. A Gestalt-terapia ao trabalhar com o aqui-agora, que representa o espaço e tempo presentes, possibilita o homem experimentar emoções, pensamentos e ações de um modo mais pleno, para investir sua energia vital na realização dos seus projetos.

A Gestalt-terapia, assim como o Existencialismo, vê o homem como um ser concreto, com vontade e liberdades pessoais, consciente e responsável e a rela-

ção existente entre o ato humano e a intenção é levado em conta, ou seja, todo ato psíquico é intenção e deve ser entendido, compreendido a partir de si próprio. O homem só pode ser compreendido por ele mesmo, através de uma experiência direta de seu ser no mundo (Amaral, 2009). “[...] O homem é a sua própria explicação sendo o melhor intérprete de si mesmo, mesmo que em determinadas circunstâncias possa ter perdido esta habilidade” (Costa, 1995, p. 26).

Para Angerami (1984), a atitude do terapeuta é “estar-junto” no processo de busca e crescimento existencial do cliente, ou seja, escutar, refletir, compartilhar com o cliente a dimensão e a amplitude de suas decisões, mas cabe ao cliente a decisão sobre as alternativas de seus caminhos existenciais no seu tempo e momento.

Existem situações em que o terapeuta também precisa “atuar-junto” ao cliente, com o objetivo que esse adquira uma nova percepção da realidade e possa transformar seu universo existencial. “O ‘atuar-junto’ ao paciente significa levá-lo a uma reflexão sobre o quanto a existência pode estar comprometida pela perda do sentido de vida. É fazê-lo perceber, que a existência, apesar de estar envolta em muito sofrimento e dor, possui outras formas e possibilidades” (Angerami, 1984, p. 40).

Tendo em vista a concepção de homem para a Gestalt-terapia baseada em suas filosofias de base, pode-se compreender que a relação terapêutica é antes de tudo uma relação pessoa- pessoa, tanto terapeuta quanto cliente são seres humanos que, a cada encontro, se transformam e se desenvolvem, como diz Buber.

Para que o terapeuta possa aceitar o enredo de fatos e fenômenos propostos pelo existencialismo, é imprescindível, que ele tenha claro o “como” a libertação psicoterápica o envolve tanto quanto o paciente. É fundamental que ele possa se desrevestir de seu papel de onisciência e, igualmente, ser humilde a ponto de aceitar o fato de que o processo psicoterápico, poderá levá-lo a uma libertação e a um crescimento sensivelmente maiores do que aqueles experienciados pelo próprio paciente (Angerami, 1984, p. 40).

A relação terapeuta-cliente pautada no respeito, confiança, disponibilidade para o vir-a- ser favorecem o desenvolvimento da saúde, do belo, da escolha, pois tudo está e não é, ou seja, a existência é cíclica, dinâmica e tudo tem possibilidade de se modificar, já que o homem possui a capacidade de experimentar o mundo e se tornar um ser ativo que modifica e/ou constrói o meio em que está inserido.

A Gestalt-terapia evita usar a palavra ‘porquê’, visto que não procura dar explicações de causa e efeito, isto é, um fato do passado não é necessariamente a causa do acontecimento no presente. Para ela, acreditar na determinação da existência no presente a partir dos acontecimentos do passado elimina a possibilidade de mudança e autonomia do ser humano sobre sua própria existência.

Ao trabalhar com as perguntas O quê? Como? O terapeuta assume uma postura humanista-existencialista-fenomenológica, visto que a realidade é singular, concreta, somente o cliente a conhece e pode descrevê-la. Estas perguntas valorizam o indivíduo na sua singularidade e resgata nele a responsabilidade sobre si mesmo e sobre o meio no qual vive, pois a percepção do que é, é particular da sua existência. A pergunta para quê? Traz a consciência do cliente o conceito de intencionalidade, assim como ampliação das possibilidades, recuperação da liberdade e escolha pessoal, pois conforme Costa (1995, p. 27), “é nesta busca

do ‘que’, do ‘como’ e do ‘para que’ que o existente se individualiza”.

A psicoterapia precisa compreender a existência em sua totalidade e cessar com a fragmentação e coisificação impostos ao homem. Ela deve levar o homem ao reencontro de sua dignidade existencial e, não a categorizações que na grande maioria das vezes antagonizam-se, inclusive, com a própria realidade do fenômeno da existência (Angerami, 1984).

“Em outras palavras, é levá-lo a resgatar sua singularidade, exatamente porque ele não é, ele existe; para que ele, não viva de pensamentos já pensados, não conviva com sentimentos que lhe foram impostos e não fale palavras que não são suas” (Costa, 1995, p. 27).

A Gestalt-terapia prima pela compreensão do fenômeno, isto é, o terapeuta busca por compreender quem é esta pessoa que está a sua frente e observa o que está ocorrendo no momento presente, sem analisar nem interpretar, mas sim perguntando a este indivíduo qual o significado da sua experiência, como ela o influencia e de que forma ele pode modificá-la a fim de ter autonomia frente às circunstâncias da vida.

Segundo Piccino (1996, pp. 81 e 82), a tarefa dos psicólogos é abordar a vivência tal como é para o sujeito e ir em direção ao seu, (da vivência), ser. O que deve procurar alcançar é o quadro de referências da pessoa, é o seu viver, abrindo mão dos conceitos pré-concebidos e dos pré-juízos, pois (...) nós recebemos nosso cliente e, se entendemos a existência como ser afetado por e vivenciar o mundo construindo significações, temos que nos orientar procurando apreender: como esta pessoa é afetada pelo outro à que está referida, como vivencia, como constrói seus relacionamentos, e, como orienta sua vida em função dessas relações e significações.

Pode-se dizer que ao fazer isto o terapeuta utiliza o conceito de ‘epoché’ ou redução fenomenológica, isto é, suspende todo conhecimento a priori, sua intenção é valorizar o significado e sentido para este homem a sua frente, buscando ir às coisas em si, na sua essência, ou seja, “colocar entre parênteses, formas velhas de perceber suas relações consigo mesmo, com o outro, com o espaço e o tempo, já associadas pelas leis da Semelhança e/ou da Proximidade. Esta atitude permite portanto que novas configurações, formas, possam se estruturarem no campo perceptivo” (Costa, 1995, p. 29).

Como diz Ribeiro (1985, p. 47) “a fenomenologia, portanto, busca captar a essência mesma das coisas e para isto ela procura descrever a experiência do modo como ela acontece e se processa”, independente do que o terapeuta já conhece, pois o que vale é o sentido para a pessoa, ou seja, valoriza a experiência vivida e o significado dos acontecimentos para o cliente, já que “a fenomenologia é uma filosofia da experiência e isto faz com o Gestalt- terapeuta assuma uma postura de escuta do ser, desvelando-se ao mesmo tempo em que este também se desvela” (Costa, 1995, p. 31).

Segundo Yontef (1998, p. 37) “a awareness compreende o conhecimento do ambiente, a responsabilidade pelas escolhas, o auto-conhecimento, a auto-aceitação e a capacidade de contato” e se o terapeuta define a tarefa terapêutica como realçar a awareness do que é, por meio de uma relação Eu-Tu, com enfoque fenomenológico, ele pode aceitar o paciente e acentuar ativamente o crescimento, sem assumir ser o agente de mudança, deixando claro o papel do paciente como responsável por si (Yontef, 1998).

Por meio do enfoque fenomenológico, o terapeuta pode tanto ensinar quanto permitir que o paciente adquira insight lidando com assuntos pendentes do passado, descobrindo maneiras de fortalecer o que agora está a serviço do organismo, e reavaliando traços que estavam e não estão mais na pessoa (Yontef, 1988, p. 249).

O uso de experimentos como intervenções clínicas advêm da fenomenologia, pois traz para o aqui-agora situações do passado ou do futuro que consomem energia, interferindo na satisfação, ou seja, o cliente fica em partes e não vivencia o todo da sua existência.

Como a fenomenologia e o existencialismo procuram descrever e compreender a existência humana por meio da expressão verbal do sujeito sobre suas próprias experiências. A Gestalt-terapia se utiliza da relação dialógica para descobrir o sentido do que é vivido pelo cliente e assim auxiliá-lo a ampliar a consciência de si mesmo e do mundo para ter uma existência mais autêntica.

A Gestalt-terapia, portanto, se utiliza da ciência, da arte e da técnica para auxiliar o homem a reencontrar seu significado e assim recuperar a beleza da existência de ser humano, ou seja, não segue um manual ou livro de receitas, “ela exige que o clínico faça contato com a pessoa singular que é o paciente, com uma sinceridade baseada em centrar-se, colocar parênteses, focar e dialogar com a pessoa que é o terapeuta” (Yontef, 1998, p. 303).

5 CONSIDERAÇÕES

A concepção humanista, existencialista e fenomenológica de homem apresentada no texto nos convida a refletir sobre a essência e a complexidade da experiência humana. Ao explorar as ideias de autores como Husserl, Heidegger e outros estudiosos, somos levados a considerar o ser humano como um ser ativo, inserido em um mundo em constante interação e transformação. A valorização da subjetividade, da liberdade e da busca por significado permeia essas correntes filosóficas, ressaltando a importância da consciência, da intersubjetividade e da experiência vivida na construção do conhecimento e na compreensão da realidade.

Através da metodologia fenomenológica, somos convidados a observar e descrever cuidadosamente os fenômenos, buscando compreender a essência por trás das aparências e valorizando a experiência autêntica. A relação recíproca entre homem e mundo, a intencionalidade da consciência e a transcendência da experiência individual são aspectos fundamentais abordados nesse contexto, destacando a interconexão entre o ser humano e seu ambiente.

Em última análise, a concepção humanista, existencialista e fenomenológica de homem nos desafia a repensar nossa relação com nós mesmos, com os outros e com o mundo, incentivando-nos a buscar uma compreensão mais profunda de nossa existência e a explorar as possibilidades de crescimento, autenticidade e significado em nossa jornada pessoal. Essas perspectivas filosóficas oferecem insights valiosos que podem enriquecer nossa visão de mundo e inspirar uma abordagem mais reflexiva e consciente em relação à vida e à nossa condição humana.

A prática clínica da Gestalt-Terapia, embasada nos princípios do humanismo, existencialismo e fenomenologia, destaca a importância do autoconhecimento, da integração pessoal e da autenticidade como pilares fundamentais para o

processo terapêutico. A máxima socrática “conhece-te a ti mesmo” ressoa não apenas como um lema para os clientes em sua jornada de autoexploração, mas também como um guia essencial para os terapeutas na condução de suas práticas clínicas.

Ao valorizar a singularidade de cada indivíduo, promover a consciência do aqui-agora, estimular a responsabilidade, a intencionalidade e a liberdade, a Gestalt-Terapia se destaca como uma abordagem terapêutica que busca resgatar a totalidade e a autenticidade do ser humano. Por meio da relação dialógica, do uso de experimentos como intervenções clínicas e da busca pela compreensão profunda do cliente, a prática gestáltica visa auxiliar na reconstrução de vidas, na ampliação da consciência de si mesmo e do mundo, e na busca por uma existência mais autêntica e significativa.

Assim, a correlação entre os pressupostos do humanismo, existencialismo e fenomenologia com a prática da Gestalt-Terapia evidencia a importância do encontro terapêutico como um espaço de crescimento, transformação e reconexão com a essência do ser. A busca pela totalidade, pela integração das polaridades e pela expressão autêntica de cada indivíduo se torna o cerne da abordagem gestáltica, proporcionando um caminho para a reconstrução do significado e da beleza da existência humana.

REFERÊNCIA

AMARAL, L.I.O. **Ecologia Profunda e Abordagem Gestáltica**: Um Olhar Holístico e Existencial. Monografia (Especialização Gestalt-Terapia) - Instituto de Gestalt-Terapia de Brasília. Brasília, 2009.

ANGERAMI, V.A. **Existencialismo e Psicoterapia**. São Paulo: Traço, 1984. 88p.

COSTA, V.E.S.M. **Existencialismo** – Fenomenologia e a Gestalt-Terapia. Revista do I Encontro Goiano de Gestalt-Terapia, ITGT, Goiânia, p. 26-32, 1995.

DARTIGUES, A. **O que é a fenomenologia?** Rio de Janeiro: Eldorado Tijuca Ltda, 1973. 71p.

DERISI, O.N. **Valores Básicos para a Construção de uma Sociedade Realmente Humana**. São Paulo: Mundo Cultural Ltda, 1977. 277p.

GILES, T.R. **História do Existencialismo e da Fenomenologia**. São Paulo: EPU, 1989. 315p.

HOLANDA, A.F. **Diálogo e Psicoterapia**: Correlações entre Carl Rogers e Martin Buber. São Paulo: Lemos Editorial, 1998. 137p.

HUISMAN, D. **História do Existencialismo**. Bauru, SP: EDUSC, 2001. 186p.

RIBEIRO JÚNIOR, J. **Introdução ao Existencialismo**. Campinas-SP: Edicamp, 2003a. 123p.

RIBEIRO JÚNIOR, J. **Introdução à Fenomenologia**. Campinas, SP: Edicamp, 2003b. 143p.

LUIJPEN, W.A.M. **Introdução à Fenomenologia Existencial**. São Paulo: EPU, 1973. 243p.

MACEDO, U. **Metamorfoses da Liberdade**. São Paulo: IBRASA, 1978. 250p.

NOGARE, P.D. **Humanismos e Anti-humanismos** – Introdução à Antropologia Filosófica. 13. ed. Tabuaté: Vozes LTDA, 1982. 290p.

OLIVEIRA, A.E. **A Concepção de Homem em Gestalt-Terapia e suas Implicações no Processo Psicoterápico**. Revista do I Encontro Goiano de Gestalt-Terapia, ITGT, Goiânia, p. 49 a 71, 1995.

PETRELLI, R. Para uma Psicoterapia em Perspectiva Fenomênico-Existencial. Goiânia: UCG, 1999. v.1, 85p.

PICCINO, J.D. Fenomenologia das Psicoses. Revista do II Encontro Goiano de Gestalt-Terapia, ITGT, Goiânia, p. 62 a 84, 1996.

RABUSKE, E.A. **Antropologia Filosófica**. Petrópolis: Vozes, 2001. 299p.

RIBEIRO, J.P. **Gestalt – Terapia: Refazendo um Caminho**. 7. ed. São Paulo: Summus, 1985. 144p.