



REFLEXÕES ACERCA DA ADOLESCÊNCIA A PARTIR DA GESTALT-TERAPIA: UMA QUESTÃO DE SAÚDE DA FAMÍLIA

ANA PAULA FREITAS GOMES; LAUANE CAROLINE DE OLIVEIRA; ROSIANE
OLIVEIRA SANTOS; SEBASTIÃO MEDEIROS DOS SANTOS

RESUMO

A adolescência é um fenômeno singular e de campo que ocorre nas interações sociais. A gestalt-terapia não está presa à totalidade sem perceber suas partes envolvidas. No entanto, esse processo de desenvolvimento aparece como algo latente e construído sob o pilar de uma psicanálise que preconizava o afloramento da sexualidade na adolescência como problema. Justificando o trabalho como uma forma de compreensão, o objetivo deste estudo é refletir sobre o fenômeno da adolescência e as tentativas de suicídios. Para tanto, utiliza uma análise bibliográfica de um estudo longitudinal de casos. Assim, a gestalt-terapia percebe a adolescência como um fenômeno global se desenvolvendo em todos os sentidos, em diversas interações e como ser-no-mundo, com uma concretude de existência que se manifesta em cada um como singular. Diante o exposto, a gestalt-terapia utiliza o *self-box* como uma técnica para compreender os afetos dos adolescentes que tentaram suicídio no seu desenvolvimento, analisando na fala os significados dos elementos colocados na caixa do eu, trabalhando a incongruência do adolescente até atingir sua congruência. Esse recurso possibilita que, mediante a colaboração entre o gestalt-terapeuta e o adolescente, ocorra a construção de uma boa relação. *A posteriori*, a gestalt-terapia leva o profissional a entender a complexidade que cerca o campo do desenvolvimento do adolescente, desde a família até as interações sociais, identificando o que o afeta sua saúde mental.

Palavras-chave: Fenômeno singular; interações sociais; *self-box*; ser-no-mundo; concretude.

1 INTRODUÇÃO

O desenrolar deste trabalho contempla uma análise acerca da fase do desenvolvimento humano, em específico, a adolescência, a partir da abordagem psicológica da gestalt-terapia, tendo em vista que essa perspectiva está centrada na pessoa e nas diferentes relações que ela estabelece com o mundo, apresentando como foco a autorregulação do organismo, que contribuirá para a satisfação das necessidades psicológicas e físicas. Essa abordagem também possibilita que sejam atualizados os ajustamentos criativos com o contexto social em que essa pessoa está inserida. De acordo com Cardella (2014 *apud* LIMA, 2019), o objetivo do ajustamento criativo é a autorregulação, que ocorrerá a partir do contato que será estabelecido entre a pessoa e o mundo.

Nesse sentido, a gestalt-terapia busca entender como se organiza o funcionamento do sujeito consigo mesmo e com o mundo a partir do estabelecimento de vínculos e das relações sociais construídas com a escola, a igreja, as organizações, e, de modo geral, com a comunidade, por conseguinte, com outros sujeitos (LIMA, 2019). Ao pertencer a determinado campo, o sujeito é transformado pelas interações estabelecidas. O movimento de

transformação ocorre, porque, primeiramente, a pessoa foi modificada por certa realidade. Por isso, a gestalt-terapia identifica o sujeito como ser de relação, que estabelece permanente contato com o mundo e com outras pessoas, com o intuito de se autorregular e atender as suas próprias necessidades (LIMA, 2019).

Dessa forma, a perspectiva da gestalt-terapia identifica a adolescência como sendo um processo contínuo de ajustamentos criativos, que serão desencadeados ao longo do tempo e a partir do contato com o meio. Sob esse viés, esse adolescente se recria e se reconhece tendo como embasamento as interações que serão construídas com o mundo e as transformações que serão desencadeadas nessa fase de desenvolvimento. Portanto, torna-se imprescindível que a família também seja reconfigurada diante das mudanças que ocorrem na vida do adolescente, abrindo a possibilidade para que seja construída uma nova relação com esse sujeito (LIMA, 2019). Diante do exposto, o objetivo deste trabalho é refletir sobre a fase da adolescência e o fenômeno das tentativas de suicídio implicados no processo do desenvolvimento.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia utilizada no desenvolvimento deste trabalho foi a pesquisa bibliográfica, tendo em vista que foram pesquisados artigos científicos em periódicos eletrônicos, que pudessem corroborar a reflexão sobre o fenômeno da adolescência, envolvendo tentativas de suicídio e a funcionalidade da gestalt-terapia (no manejo do problema) diante de tais tentativas.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A abordagem da gestalt tem como foco compreender o adolescente a partir de seu desenvolvimento, sem que crie qualquer tipo de bloqueio durante esse tempo percorrido. Ademais, analisa o campo de seu desenvolvimento como um autorregulador, desde que isso não interfira em suas determinações de ser-no-mundo. Assim, a gestalt-terapia entende o período da adolescência como um fenômeno singular e de campo. Ou seja, o adolescente pode, sobremaneira, ir se desenvolvendo nas interações sociais, de modo independente ou dependendo dessas relações que cria conflitos no campo. Nesse contexto, Kurt Levin (*apud* BARONCELLI, 2012, p. 189) percebe “o ser humano como um existente impossível de ser compreendido fora do contexto de suas relações, desde as mais elementares, com as pessoas de seu convívio, até as mais amplas, com a sociedade, a história e o universo”.

Nesse processo, a gestalt-terapia não se prende a uma totalidade sem analisar as partes envolvidas, opondo-se a cair em um reducionismo já superado. Com isso, é importante situar esse desenvolvimento do adolescente em uma relação intrínseca e extrínseca de singularidade e de campo. Além disso, enfatiza-se que o caráter fenomenológico da gestalt-terapia se distancia de uma perspectiva puramente sócio-histórica. A esse respeito, Baroncelli (2012) infere que, antes, as crianças passavam de forma latente pela adolescência, implicando dizer que o ser humano em desenvolvimento passava pela adolescência de uma forma não tão notória para o ele mesmo. Diante do contexto social da época, o homem era preparado para o trabalho, assim como as mulheres para ser donas de casa, infligindo, assim, o desenvolvimento do ciclo da adolescência.

Posteriormente a essa reflexão sócio-histórica, o ser humano (adolescentes) começa a se perceber, e, diante disso, os adolescentes começam a ir se constituindo e tentando ganhar sua independência nas tomadas de decisões, desde a escolha da escola até o estilo musical, tendo, assim, a oportunidade de experienciar essa fase. Contudo, o paradigma psicanalítico percebia a adolescência como um período de afloramento da sexualidade, “a adolescência é marcada por conturbações vinculadas à emergência da sexualidade (BARONCELLI, 2012, p.

190).

Vale ressaltar que a perspectiva da psicanálise não é determinista, porque, conforme Baroncelli (2012), o adolescente não pode ser percebido a partir do desenvolvimento fixo e invariável, em que a sexualidade passa a ser o cerne. Portanto, devemos levar em consideração os aspectos de “concretude da existência do ser-no-mundo que se manifesta em cada adolescente” (BARONCELLI, 2012, p. 191).

Ademais, esse adolescente é um ser em um corpo, situado em determinada sociedade, família, em um grupo social, uma etnia, uma religião e uma diversidade cultural, vivenciando experiências com significados. É nesse sentido que a gestalt-terapia supera a perspectiva reducionista de outras abordagens, de que o corpo é o cerne de mudanças unicamente. Pelo contrário, a gestalt-terapia tem uma visão holística em que interações entre as partes dão significado ao todo, “isso sugere uma visão de adolescente como um fenômeno global que integra num todo singular as diversas forças do ser-no-campo e não como mera latência em direção à maturidade” (BARONCELLI, 2012, p. 192).

O *SELF-BOX* NA RELAÇÃO ENTRE TERAPEUTA E PACIENTE NA GESTALT TERAPIA

O *self-box* (caixa do eu) é um recurso ludoartístico trabalhado na gestalt-terapia para que possa ser construída uma relação terapêutica entre o cliente e o psicólogo. De acordo com Lima (2019, p. 321), “o *self-box* possibilita o autoconhecimento, a percepção sobre sua forma de funcionamento, o reconhecimento de suas limitações, a maneira como entra em contato consigo mesmo, com os outros e com o mundo”.

Então, como funcionaria o *self-box*? O adolescente é estimulado a criar uma caixa, que pode ser elaborada em casa, por ele mesmo ou com ajuda dos pais, dos amigos ou do professor, bem como pode ser construída com a ajuda do profissional da psicologia. Feito isso, é indicado ao paciente que coloque objetos que possam representá-lo, podendo criar uma temática direcionada à família, aos sentimentos, ao amor ou à escola, por exemplo. Assim, nas palavras de Lima (2019), esse recurso permite ao adolescente falar de si mesmo. Ao ser provocado pelos objetos, os adolescentes descrevem sua infância, sua família, suas experiências, seus sonhos, projetos, particularidades. Atendendo a isso, até compreenderem as limitações dos relacionamentos com os outros e entre outros.

Assim, o *self-box* é um recurso de constante conscientização e reconfiguração do eu. Ademais, corrobora para a compreensão do adolescente. O campo do adolescente é o do contato, que, sobremaneira, vai contribuir significativamente para o desenvolvimento humano. Todavia, esse contato ocorrendo no ciclo de experiências, também pode ser o campo de afastamento de ser-no-campo, portanto, isso reverbera no *self* do adolescente. “O *self* regula o pensar, o agir, o sentir, o fazer e o falar humano. Conhecendo a pessoa, pode-se conhecer o seu *self*, o *self* é como o negativo de uma fotografia, ela existe, mas necessita ser revelado” (RIBEIRO, 2007 *apud* LIMA, 2019, p. 319).

Destacamos que esse recurso é um experimento. Trata-se de uma forma de pensar na qual o terapeuta, baseado na teoria, propõe ao paciente pensar e experimentar algo inacabado, no aqui e no agora. Essa atividade deve estar focada e centrada totalmente na pessoa. Apesar da proposta, fica a critério do paciente, no caso, o adolescente, optar por não fazer a caixa. O terapeuta, por sua vez, em detrimento disso, deve considerar a decisão do adolescente, conforme a boa relação terapêutica estabelecida – de respeito, abertura, empatia, reciprocidade e autenticidade.

Dessa forma, o contato deve ser criativo, implicando uma *awareness* – que significa uma espontânea forma de sensação e percepção sem que demande muito esforço, fazendo-se

emergir figuras que expliquem as necessidades do adolescente. Por exemplo, analisar uma figura metafísica, de modo que essa ação evidencie quando entendemos o “todo e as partes”. Portanto, essas intervenções, a partir do uso de recursos na terapia gestáltica é, em tese, uma forma de deixar um permitir-se pelo adolescente vivenciar seu eu, de forma fenomenológica e dialógica, de aceitação, respeito e confiança, não só consigo mas também com o terapeuta e com os contatos de campo do adolescente.

Dessarte, Pinheiro (2013 *apud* LIMA, 2019, p. 316) infere que “é essencial identificar a dor psíquica, que tipo de defesa o adolescente desenvolveu para lidar com a frustração de não conseguir realizar seu desejo”. Logo, é importante sempre ficar atento à disponibilidade que o adolescente tem para o processo terapêutico e seu engajamento com o *self-box*. Conforme explicam Toman e Bauer (2005), o adolescente, para a gestalt-terapia, influencia e é influenciado pelo mundo e suas interações.

A TENTATIVA DE SUICÍDIO DE ADOLESCENTES E COMO USAR O *SELF-BOX* NA GESTALT-TERAPIA

Azevedo e Dutra (2012) postulam, no seu artigo, que o suicídio é um fenômeno recorrente e presente em todas as civilizações, em diversas faixas-etárias, inclusive, entre os adolescentes. Assim, para as tentativas de suicídios entre os adolescentes, estão implicados vários fatores, tais como: amorosos, de desamparo, ameaças de abandono e, no geral, conflitos familiares. Nesse sentido, ao falarmos de adolescentes, todos esses fatores perpassam o campo de desenvolvimento do adolescente, devendo ser entendido como um fenômeno psicossocial.

Com efeito, o namoro dos adolescentes pode ser considerado um laço afetivo que corrobora a construção de uma identidade sexual, psicológica e de posicionamento social, conforme apontam Weingartner, John, Bonamigo e Goidanich (1995 *apud* AZEVEDO; DUTRA, 2012). Isso pode ser entendido como o contato que há no campo do adolescente, por exemplo. Diante disso, os fatores propulsores das tentativas de suicídio podem vir desses contatos, uma vez que esses adolescentes, ao se frustrarem, buscam a solução de acabar com o sofrimento de forma impulsiva.

Segundo Dutra (1999 *apud* AZEVEDO; DUTRA, 2012), os estudos investigativos de sua autoria, no Rio Grande do Norte, em 1997, apontaram que cerca de 244 casos de tentativas de suicídio ocorreram por adolescentes. A esse respeito, Cassorla (1991 *apud* AZEVEDO; DUTRA, 2012, p. 23) reflete que “as tentativas de suicídios, estão relacionados a razões amorosas e afetivas, e, mais acentuada quando se trata da desilusão da relação a uma pessoa significativa, como, por exemplo, namorado ou figura parental”.

Para os adolescentes em questão, ocorre a necessidade de ser amado e de se sentir aceito. Quando isso não ocorre, o *self* do adolescente se torna incongruente, passando a refletir sentimentos de (des)amor, causado pela percepção e sensação da perda do outro. O adolescente se reconhece perdendo um pouco de si mesmo, não somente causando um prejuízo à sua saúde mental como também à sua família. Logo, o *self* rogeriano¹ é pensado como regulador do comportamento, capaz de orientar essa incongruência do sujeito, atuando como tendência atualizante. Então, como entra o *self-box* na discussão? Vejamos!

Para entendermos o fenômeno, precisamos que o adolescente traga em sua fala as evidências necessárias para o compreendermos. Quando se trata do *self-box*, os objetos coletados pelo adolescente remetem a algo da sua experiência que pode estar relacionado ao fenômeno. Nesse sentido, o gestalt-terapeuta atuará de modo centrado na pessoa e na sua narrativa, para entender o que ocorre no campo do adolescente. Os objetos, então, seriam o elo entre a fala do adolescente e o que teria sido propulsor da tentativa de suicídio.

4 CONCLUSÃO

A partir das referidas considerações, pode-se afirmar que a gestalt-terapia busca compreender a concretude da existência do ser-no-mundo, que se expressa em cada adolescente (BARONCELLI, 2012). Essa concretude se manifesta em determinado corpo e a partir das relações construídas com o mundo e com os outros sujeitos.

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, A. K. S.; DUTRA, E. M. S. Relação amorosa e tentativa de suicídio na adolescência: uma questão de (des)amor. *In: Revista da Abordagem Gestáltica*, v. 18, n. 1, p. 20-29, 2012. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672012000100004&lng=pt&tlng=pt. Acesso em: 1 dez. 2022.

BARONCELLI, L. Adolescência: fenômeno singular e de campo. *In: Revista da Abordagem Gestáltica*, v. 18, n. 2, p. 188-196, 2012. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672012000200009&lng=pt&tlng=pt. Acesso em: 24 nov. 2022.

LIMA, D. M. A. O self-box como experimento na atuação do gestalt-terapeuta com adolescentes. *In: Revista da abordagem gestáltica*, v. 25, n. 3, p. 313-322, 2019. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.18065/RAG.2019v25n3.10>. Acesso em: 24 nov. 2022.