

## A POSTURA DIALÓGICA NA ABORDAGEM GESTÁLTICA

**Teresa Amorim**

“A postura dialógica inicial é tomar como ponto de partida a experiência do cliente.”  
(Hycner)

O objetivo deste trabalho é apresentar a importância dos princípios dialógicos desenvolvidos por Martin Buber e posteriormente estruturados por Hycner na abordagem gestáltica. A idéia nesse encontro é assimilar os principais conceitos da relação dialógica dentro da estrutura da Gestalt-terapia, tornando-se um instrumento indispensável na formação e capacitação profissional do gestalt-terapeuta. A proposta é, através da filosofia dialógica, rever toda a postura do terapeuta.

“Acredite na simples magia da vida, no serviço no universo e lhe será esclarecido o que significa cada espera, cada olhar da criatura.(...) Relação é reciprocidade.” (Buber, p.18)

Através da dedicação ativa, o terapeuta se aproxima do outro, indo em direção ao fluxo existencial da revelação da concretude da vida. A filosofia dialógica provoca uma regeneração da postura do gestalt-terapeuta, enfocando o encontro genuíno como ponto de partida, e respondendo com isso ao apelo incessante da Gestalt - a ênfase no aqui-e-agora e no desenvolvimento do self. Isso implica em suscitar uma postura mais experimental e criativa, onde os riscos envolvidos são ultrapassados sobretudo pela magnitude de uma presença autêntica. Tudo se fundamenta na ontologia do fenômeno da relação, onde o inesperado é esperado. Um grande labirinto a ser percorrido, onde mérito não é necessariamente achar a saída, mas principalmente permanecer no mistério da profunda intimidade do diálogo.

“Quando, seguindo nosso caminho, encontramos um homem que, seguindo o seu caminho, vem ao nosso encontro, temos conhecimento somente de nossa parte do caminho, e não da sua, pois esta nós vivenciamos somente no encontro.” (Buber, p.88)

“A relação com o Tu é imediata. Entre o Eu e o Tu não se interpõe nenhum jogo de conceitos, nenhum esquema, nenhuma fantasia; e a própria memória se transforma no momento em que passa dos detalhes à totalidade. Entre Eu e o Tu não há fim algum, nenhuma avidez ou antecipação; e a própria aspiração se transforma no momento em que se passa do sonho à realidade. Todo meio é obstáculo. Somente na medida em que todos os meios são abolidos, acontece o encontro.” (Buber, p.13)

---

<sup>a</sup> Texto elaborado para apresentação de mini-curso no VIII Encontro de Gestalt em Goiania, junho de 2002.

<sup>o</sup> Psicóloga - Gestalt-terapeuta. Rio de Janeiro.

De certo modo já brotava em mim uma semente dialógica, fundamentada numa compreensão gestáltica, sustentada pela esperança de atingir verdadeiramente o outro. No dia-a-dia de encontros e desencontros com meus pacientes, eu tentava me orientar, definindo e redefinindo teorias, conceitos e posturas terapêuticas até então conhecidas e assimiladas da Gestalt-terapia. Nesse amadurecimento clínico, entrei em contato com a antropologia filosófica dialógica de Buber que me proporcionou um sentimento de completude e imediatez dessa fascinante e perigosa aventura de ir ao encontro do outro. Agora finalmente me sinto apta a dividir minha própria experiência do que é desenvolver uma postura dialógica na abordagem gestáltica.

A filosofia dialógica emprega e implica em um neologismo de uma postura verdadeiramente relacional na prática gestáltica. Nossa maneira de compreender, até então, esta postura ficava reduzida a teoria de contato, o que na maior parte das vezes se tornava incompleta. Padeíamos de uma maior responsabilidade pela relação terapêutica. Decorrente das possibilidades e dificuldades desses encontros, a psicoterapia dialógica trouxe uma riqueza não só na linguagem, mas principalmente na postura, em que a fé no humano é aplicada e alcançada. Trata-se aqui de uma atmosfera de redenção ao Ser em sua alteridade. Isso requer admiração frente ao outro, confirmando suas polaridades e desafiando seu self escondido, e expondo com isso o próprio self do terapeuta.

### **Qual o significado de postura?**

Ponto de vista. Maneira de pensar e agir. Atitude.

### **O que podemos entender e compreender por postura dialógica?**

É basicamente desenvolver uma postura relacional. A atitude relacional das polaridades Eu-Tu e Eu-Iso. É agir sintonizado na busca de uma mutualidade de contato e assim permitindo que se instaure o processo de cura.

### **Como entendemos então uma postura dialógica de um gestalt-terapeuta?**

É pensar, agir e manter uma atitude genuinamente relacional, onde o contato é a base terapêutica.

É arriscar-se na busca do encontro sem garantias.

É ser responsável pelo encontro terapêutico.

É viver esse encontro única e exclusivamente no aqui-e-agora.

É manter uma awareness bem desenvolvida.

É agir de maneira existencial e fenomenológica.

É estar à serviço do outro.

É aceitar e confirmar a pessoa do outro e todas as suas resistências.

É manter o seu “curador ferido” na relação.

É estar “em presença de”.

É expandir e desafiar o self na relação

É crer no ser humano e na singularidade.

É viver EU-TU e EU-ISSO na relação.

É acreditar no dialógico como o próprio processo de cura.

É se fazer o próprio instrumento da relação.

É consagrar a revelação do outro através do encontro.  
É efetivamente entrar no mundo do outro.  
É ter um profundo compromisso com o evento da vida.

### **Qual a postura exigida para compreender a ontologia da relação Eu-Tu e Eu-Isso na abordagem gestáltica?**

A existência humana é relacional, e partindo deste princípio, é de fundamental importância que a postura do terapeuta seja relacional. Não há possibilidade de encontro dialógico sem que haja uma postura dialógica por parte do terapeuta. É preciso sentir verdadeiramente a relação EU-TU e tudo o que isso implica, ou seja, estar disponível, presente, aceitar, confirmar, confrontar a pessoa singular diante de nós com uma atitude de interesse e interação.

**EU-TU** envolve um verdadeiro encontro, um momento em que o próprio **ser** envolve-se unicamente com o outro **ser**. É necessário abandonar a segurança do próprio self para se disponibilizar ao outro. Num mergulho profundo no outro, se confirma o outro em sua alteridade. Sem garantias, podemos apenas manter uma atitude dialógica para o encontro genuíno, e com isso estar à serviço do outro. Em hipótese nenhuma o encontro dialógico pode ser forçado, mas deve ser possibilitado pelo movimento do terapeuta em direção ao paciente. A citação de Buber esclarece o que quero dizer aqui:

“O TU me encontra pela graça e não é encontrado pela procura.” (Buber).

É preciso aceitar:

“(...) o encanto de sua chegada e a nostalgia solene de sua partida (...)” (Buber).

**EU-ISSO** retrata por outro lado o envolvimento objetivo de uma relação, um meio para um fim. Não se deve menosprezar a sua existência e sua própria necessidade na vida humana. O ser humano é cercado por momentos EU-ISSO e é importante não se petrificar diante desses encontros. É bom lembrar que todos os momentos EU-TU são seguidos por momentos de EU-ISSO. “...essa é a grande melancolia de nosso destino, a de que cada TU, em nosso mundo, precisa tornar-se um ISSO “(Buber).

A postura dialógica é um compromisso com a experiência concreta da vida, um envolvimento com a totalidade do Ser. Também um maior comprometimento com o valor inerente do processo ontológico do encontro Eu-Tu e Eu-Isso. Além disso, uma atitude em relação à existência humana relacional no processo terapêutico. Um vínculo de responsabilidade pelo encontro como fator principal na atitude existencial. Partindo de uma presença autêntica e plena, chega-se incondicionalmente ao ser humano em toda a sua alteridade.

Ao longo dos anos, venho sentindo a necessidade de dividir, compartilhar e auxiliar na formação de psicólogos de uma maneira mais dialógica. A tarefa principal é acompanhar esses profissionais numa trajetória complexa, onde se esbarra com suas próprias feridas, com o próprio “**curador ferido**”.

Recentemente venho desenvolvendo trabalhos com grupos de estudo e capacitação profissional - A Abordagem Dialógica – A Cura Através do Encontro Eu-Tu, na prática da Gestalt-terapia. Explorando o cenário dialógico, o trabalho promove uma reflexão da dimensão da profissão, integrando a “pessoa” do terapeuta. O caminho é através da absorção dos conceitos

EU-TU e EU-ISSO na abordagem gestáltica. De como e quando esses encontros e desencontros acontecem. A importância do encontro EU-TU e toda a sua amplitude dentro de conceitos de awareness, teoria de contato e método fenomenológico para a Gestalt-terapia.

### **Formação ou deformação profissional? Uma história pessoal.**

Tenho recordações que me permitem entender o que foi meu caminho profissional percorrido até esse exato momento. Na faculdade vivenciei um estágio supervisionado em que fui orientada a me proteger e, assim evitar qualquer aproximação mais direta com meus pacientes. Fiquei muito inquieta e angustiada com o que havia escutado e, apesar de toda a minha imaturidade de estudante, tinha certeza que esta não seria a forma que eu acreditava e, muito menos, desejava trabalhar. A ênfase dada a esses e outros paradigmas revelava a aniquilação do outro, da relação e do próprio terapeuta; um sistema dogmático na descrença do homem.

A essência da postura terapêutica gestáltica caracteriza-se principalmente por uma exigência constante de revisão das perspectivas sobre o sentimento da existência humana, onde a relação se torna um fim em si mesmo. Abandona-se a atitude de persuasão ou autoridade pela capacidade de um genuíno encontro dialógico, onde a atitude Eu-Tu prossegue de forma horizontal e não abusiva. À medida que a terapia continua, foca-se na mutualidade de contato, compartilhando self(ves) como uma ferramenta principal.

Quando iniciei meus estudos em Gestalt-terapia há dezessete anos, conheci uma Gestalt-terapia ainda sem uma postura terapêutica clara. Me restava apenas ir aprendendo e apreendendo com os acertos e erros de minha própria vivência terapêutica. Agora, finalmente me sinto envolvida diretamente com a cura pelo encontro.

Entrar em contato com o pensamento de Buber incorporou uma visão postural à prática gestáltica. Faltava exatamente compreender a filosofia do encontro. Hoje permanece todo o mistério do encontro, de poder exprimir o vislumbre, a plenitude de uma aspiração constante de enfrentar as dificuldades inerentes da profunda e inesgotável busca de intimidade para atingir o outro pelo diálogo.

A maneira de compreender a postura, de pensar e agir na Gestalt-terapia, passa necessariamente pela questão ontológica da relação, uma provocação na ontologia do face-a-face. Não se trata apenas de ter um estilo, e sim a construção de uma identidade terapêutica. Uma resposta ao apelo constante de se manter uma awareness bem desenvolvida e presente em toda a sua capacidade de contatar o outro. Um compromisso com o processo de diálogo. Aqui é negado qualquer tipo de relação vertical, definido como um desserviço ao outro. Fica a rendição ao “entre”.

Quando Buber refere-se ao termo “entre” explicita o próprio ato de se estar realmente envolvido e interessado no outro. Ser capaz de ir além de sua própria identidade, ao encontro do outro.

É basicamente o ponto de contato onde se ultrapassa a identidade individual. O espaço do verdadeiro encontro EU-TU, um lugar extraordinário e ontológico da existência humana. Quantos realmente se aventuram a entrar e permanecer no terreno fascinante do encontro Eu-Tu ?

Apesar de ontológico e sedutor, esse espaço do “entre”, na maior parte das vezes, se torna ameaçador pela própria (de)formação acadêmica, o que incapacita a se acreditar na cura pelo próprio encontro terapêutico. Acrescido do medo de se perder a identidade, de ser exposto e flagrado na fragilidade humana. É preciso suportar essa atitude, não cristalizar e ir ao encontro do outro, na busca verdadeira desse território misterioso e mágico, de forma criteriosa.

Contribuir com o próprio self para um encontro genuíno, sem hesitar seria a maneira mais simples de definir a importância da “**presença**” terapêutica.

É ser autêntico.

É dispor do seu próprio self para um verdadeiro encontro terapêutico.

É estar inteiro, disponível para o outro sem pressupostos.

É criar um momento fértil.

É estar atento ao outro e a si mesmo.

É reconhecer meus sentimentos (defensivos).

É se permitir ser mobilizado.

“Estar presente também significa estar disposto a ser potente e impotente”. (Lynne Jacobs)

É um exercício contínuo que requer atenção, entrega e um amor incondicional pelo outro. É sobretudo estar inteiro, orientado para o aqui-e-agora, consagrando um momento de graça em toda a sua concretude existencial.

A **Inclusão** por sua vez é o ato de entrar no mundo do outro sem perder a sua própria awareness. É mergulhar profundamente ao apelo incessante do outro com toda a sua riqueza existencial. É se encantar visceralmente na melodia do inter-humano com toda a ação de risco que isso implica. É firmar um pacto profundo de fidelidade ao outro. Essa instigação atrevida de ir ao encontro do outro, incluir-se no mundo do outro e que pede toda uma mobilização de si mesmo naquele momento. Simultaneamente é preciso experimentar, sentir o que o paciente sente e manter-se centrado nessa experiência extraordinária. A inclusão é um grande balé de ir e vir ao encontro da existência humana, onde o mundo do outro é invadido, onde podemos verdadeiramente experimentar a experiência do outro em toda a sua extensão.

“... um impulso audacioso – que exige uma mobilização muito intensa do próprio ser – para dentro da vida do outro” (Buber)

Qual a importância na **Confirmação**? Afirmar e reconhecer a existência humana sem restrições. Precisamos de aprovação pelo que somos e não apenas pelo que fazemos.

“o ser humano precisa ser confirmado pelos outros, para se perceber como ser humano”. (Hycner)

“A confirmação, (...), reconhece e afirma a existência dessa pessoa, mesmo que talvez seu comportamento atual seja inaceitável.” (Hycner)

Em todo o processo terapêutico, a confirmação é peça fundamental. É a partir dela que reconhecemos a pessoa única, singular, diferente de mim e seu comportamento distinto. Somos constantemente confrontados por nossas formações/deformações educacionais, como diz Walter Ribeiro. Somos forçados a ir além de nossas vidas, de nossas histórias e confirmar esse ser humano em toda a sua alteridade.

A **aceitação** é o começo para uma autêntica **confirmação**. Na aceitação, podemos nos furtar de aceitar completamente uma parte ou partes de uma pessoa. Já na confirmação, aceitamos e reafirmamos o ser em toda a sua integridade. Abrimos mão de conceitos e preconceitos. Damos um passo à frente, capacitando os pacientes a abandonar antigos papéis, experienciando sua autenticidade. E a partir dessa experiência no consultório, ele se permite a vivenciar a confirmação em outras situações de sua vida.

“Eu diria que toda relação existencial verdadeira entre duas pessoas começa com a aceitação” (Buber, 1965)

A importância do **“curador ferido”** na relação:

“...é a natureza não resolvida de suas próprias dificuldades que sensibiliza o terapeuta para a vulnerabilidade do outro.” (Hycner)

O terapeuta tem a tarefa constante de se deparar com as suas próprias questões não resolvidas. Possui também as suas feridas e acredita que só com a “posse” delas pode lidar com as suas próprias dificuldades, lidando com essa profissão tão difícil, e ao mesmo tempo tão encantadora. É preciso entender que “posse” aqui, significa distinguir o que tenho claro em mim, o que percebo, o que tenho resolvido ou não resolvido, mas apenas consciente.

”O terapeuta deve lutar incessantemente para trazer suas feridas para o espaço da terapia, sem que a cura de seu próprio self seja o foco. Na verdade, é esta a luta que desenvolve o self do terapeuta.” (Hycner)

Ao mesmo tempo que “(...) uma certa vulnerabilidade torna o terapeuta mais aberto, um excesso de “feridas” pode trazer à tona suas defesas e fechar as portas para a possibilidade de um encontro genuíno.” (Hycner)

O **“curador ferido”**, apesar de paradoxal, é outra ponta importante da postura dialógica. Como diz Hycner, é o instrumento terapêutico mais precioso que um terapeuta pode possuir, mas como o próprio autor adverte, deve ser afinado constantemente pela experiência terapêutica e pela própria vida

Ir ao encontro das feridas de seus pacientes e esbarrar com as suas próprias feridas, nem sempre é uma tarefa fácil. É preciso manter suas feridas presentes para que possa se sensibilizar com as feridas do outro. Ao mesmo tempo é importante frisar que um excesso de feridas pode impossibilitar um autêntico encontro dialógico. Abrindo com isso bloqueios de contato. O foco e a figura na terapia continua sendo o paciente e qualquer processo de cura por parte do terapeuta se torna apenas uma consequência. Esse espaço único do “entre” se torna, mais uma vez, um momento mágico, onde o self do terapeuta expande mais seu desenvolvimento.

O que se torna paradoxal são exatamente as nossas situações inacabadas, que nos permitem compreender as dificuldades por que passam os pacientes. Na maior parte das vezes, em sua (de)formação acadêmica, somos orientados a percorrer um caminho vertical, onde muito pouco ou nada, de nossas feridas pode ser utilizado no processo de cura.

**O diálogo e a dialética.** Existe uma herança psicológica onde a dialética é o tema central de qualquer terapia. Numa postura relacional passa-se por essas duas vertentes, onde o dialógico é o grande foco. Sendo a dialética uma postura, uma atitude do Eu-Isso, é comum sua presença

num primeiro momento da terapia, até que se possa atingir verdadeiramente uma postura dialógica. E ao mesmo tempo de uma forma paradoxal é a postura do terapeuta que já se mostra disponível para um contato interpessoal-dialógico.

“O diálogo requer pelo menos duas pessoas entrando em uma relação genuína entre si. A dialética refere-se a uma interação entre duas polaridades. Em termos psicoterápicos, a dialética pode ser observada “dentro de” um indivíduo único, quando ele está “dividido em dois” (Hycner)

Segundo Hans Trüb (jungiano) a terapia se desenvolvia em duas faces importantes: “**interpessoal-dialógica**” - duas pessoas entrando em uma relação genuína entre si. “**intrapsíquica-dialética**” - dialética refere-se a uma interação entre duas polaridades.

Ambas as perspectivas, entretanto, estão baseadas no encontro e na relação pessoa à pessoa. “Esse encontro dialógico é ao mesmo tempo o ponto de partida e o objetivo do trabalho terapêutico ...”.

Na **Introversão** ou “Fuga do encontro” o paciente se isola, permanecendo com seu self atrofiado. Ao olhar a história dessa pessoa, pode-se encontrar diversas tentativas relacionais frustradas. Os riscos para um encontro Eu-Tu são por demais ousados para ela. É preciso se economizar. Para ela, as pessoas de um modo geral não são confiáveis e a única opção que lhe resta é fugir desses encontros e preservar sua identidade. Sabemos que o contato é peça básica para qualquer desenvolvimento e ao contrário, abre-se um espaço para a neurose. É preciso restaurar o self atrofiado.

“A ‘fuga do encontro’ leva a uma introversão elementar que forma o cerne da neurose. Na introversão elementar, o self volta-se para si mesmo e se isola da profunda nutrição da alma, vinda dos outros. (...) Nessas condições, o indivíduo pode sentir que ninguém é confiável e, portanto, ele precisa fazer tudo sozinho.” (Hycner)

Qual a postura do terapeuta frente à **introversão**? É preciso antes de mais nada respeito. Muito respeito e amor para um encontro verdadeiro. É preciso confiar no potencial humano, considerar toda a abordagem gestáltica nesse contexto: a totalidade, a presentificação, autorregulação organísmica e a teoria de contato. Considerar que na maior parte das vezes haverá uma intenção, uma disponibilidade do terapeuta de ir ao encontro. Mas nem sempre esse encontro Eu-Tu se completa em toda a sua dimensão. É preciso ter fé no ser humano que está à sua frente e manter toda a sua awareness presente.

Já vivi algumas experiências como essa e hoje percebo, cada vez mais, a importância e, principalmente, a responsabilidade da postura terapêutica nesse processo. Incluir-se, presentificar-se, aceitar e confirmar uma pessoa é, antes de mais nada, um ato de amor incondicional, e é tudo o que se precisa para se restaurar um self atrofiado. Acredito que a herança de uma postura passiva e de espera por parte do terapeuta, leva conseqüentemente a uma postura dogmática que poderá chegar a uma conclusão equivocada, de que há uma resistência intransponível por parte do paciente. E aí se estabelece a dúvida de quem está resistindo, o paciente ou o terapeuta? Acredito também ser de vital importância, assim como esperamos dos pacientes, uma tolerância à frustração.

É preciso receber essa pessoa “ferida” com a disponibilidade possível, com o próprio “curador ferido”.

A Introversão coloca o processo terapêutico diante de fronteiras rígidas. Não para serem rompidas, mas sim vivenciadas.

“Na primeira fase, o terapeuta deve se concentrar basicamente na construção de uma relação de confiança com a pessoa, que, sem dúvida com razão, aprendeu a ser desconfiada.” (Hycner)

O aspecto mais importante é a construção de uma identidade relacional por parte do terapeuta. Uma postura genuinamente dialógica. Não como um sistema dogmático, mas antes de tudo, como desenvolvimento de uma postura de interesse legítimo pelo outro, como parte integrante do processo terapêutico. Sem dúvida, o terapeuta precisa assumir-se como o próprio instrumento na relação terapêutica, comprometendo-se com o encontro inefável que se caracteriza na exploração da ontologia do Eu-Tu e Eu-Iso e os conceitos da abordagem gestáltica. Aspectos fundamentais no verdadeiro encontro terapêutico e na atuação terapêutica.

“ O potencial para o encontro ultrapassa os riscos do ‘desencontro’.” (Hycner)

## **Referências Bibliográficas**

HYCNER, R. De pessoa a pessoa: psicoterapia dialógica. São Paulo: Summus, 1995.

HYCNER, R ; JACOBS, L. Relação e cura em Gestalt-terapia. São Paulo: Summus, 1997.

BUBER, M. Eu e tu. São Paulo: Centauro, 1974.

\_\_\_\_\_. Do diálogo e do dialógico. São Paulo: Perspectiva, 1982.

\_\_\_\_\_. Imagens do bem e do mal. Petrópolis: Vozes, 1992.

YONTEF, G. Processo, diálogo e awareness: ensaios em gestalt-terapia. São Paulo: Summus, 1998.

PORCHAT, I.; BARROS, P. Ser terapeuta – depoimentos. São Paulo: Summus, 1985.

CARDELLA, B. O amor na relação terapêutica – uma visão gestáltica. São Paulo: Summus, 1994.

POLSTER, E.; POLSTER, M. Gestalt-terapia integrada. São Paulo: Summus, 2001.

RIBEIRO, W. Existência e essência – desafios e práticas da psicoterapias relacionais. São Paulo: Summus, 1998.



JULIANO, J.C. A arte de restaurar histórias. São Paulo: Summus, 1999.

MILLER, A. O drama da criança bem dotada. São Paulo: Summus, 1997.