



5º Simposio de Ensino de Graduação

A MORTE NO CONTEXTO DA PSICOTERAPIA DE UMA ADOLESCENTE

Autor(es)

DANIELA CRISTINA CHAGAS

Orientador(es)

Tatiana Slonczewski Caselli Messias

1. Introdução

O presente trabalho apresenta a problemática do tema 'morte' no contexto da prática psicoterapêutica, a partir da discussão do processo de psicoterapia individual de uma adolescente que buscou atendimento psicológico após a morte de sua melhor amiga.

A adolescência consiste em um período no qual está no auge a suposição da imortalidade, ou seja, a morte como possibilidade pessoal está distante. Porém essa adolescente precisou lidar com essa situação, e justamente com uma pessoa bastante próxima.

Segundo HEIDEGGER (1995) a morte é o termo final para nossos planos. Estamos na dependência da morte para tudo, já que ela é imprevisível e invencível. Para ele, as pessoas fogem para uma existência sem autenticidade como que para fugir da angústia da morte. Mas somente sofrendo essa angústia o homem será autêntico e atingirá a sua plenitude existencial.

Por meio de uma relação de ajuda como proposta por Carl Rogers, que tem por base a aceitação e a compreensão empática dos sentimentos expressos, a valorização do conteúdo emocional do que foi dito pelo cliente pode ser, para ele mesmo, uma nova e rica experiência, que facilita a abertura de um processo mais rápido para o auto-crescimento.

A cliente pôde falar sobre a morte e as diversas experiências de perda que acabou por viver em curto período de tempo. Aos poucos, a própria cliente passa a aceitar a morte da amiga, e vivenciá-la de forma menos dolorida.

2. Objetivos

O alvo principal do trabalho é buscar compreender o processo experiencial envolvido na situação da perda vivida pela cliente e a temática da morte como presente no processo. No contexto da psicoterapia, o que se almeja é que o processo funcione de um modo mais rico e flexível, para que o cliente possa viver de modo mais pleno elementos de sua experiência elementos que antes não era capaz de enfrentar.

3. Desenvolvimento

Na primeira sessão, foi realizada uma entrevista com a cliente e a mãe, para avaliação da queixa. A presença da mãe foi fundamental no processo, pois dela partiram algumas reflexões relevantes para a compreensão da cliente como um todo.

Durante as primeiras sessões, a morte e o luto predominavam no discurso. Aos poucos foram surgindo novos movimentos que, na concepção de ROGERS (2001), podem ser compreendidos momentos dinâmicos, em que a mudança terapêutica pode começar a ocorrer.

Utilizamos como referencial teórico a Abordagem Centrada na Pessoa – ACP, desenvolvida por Carl Rogers, sendo conhecida por sua forma de atuação não-diretiva, favorecendo que o cliente tome a responsabilidade no processo psicoterapêutico e que ele mesmo sugira a direção da psicoterapia.

4. Resultados

Tomamos por base o estudo do processo terapêutico, cuja descrição encontra-se na obra Tornar-se Pessoa de ROGERS (2001) no capítulo intitulado A psicoterapia considerada como um processo. Os sete estágios do funcionamento psicológico humano em psicoterapia variam da rigidez característica de um processo experiencial bloqueado, impessoal e de comportamentos estereotipados para, no outro extremo, a expressão livre do fluxo experiencial, fluido, sensível e de maleabilidade existencial. Quando mais baixo o grau de experiência, mais pobre é o contato da pessoa com a própria experiência subjetiva; quanto mais alto grau, maior a acessibilidade e capacidade de novas configurações.

Concluimos que, neste caso, a cliente chega ao atendimento no terceiro estágio, pois apresenta consciência de quem é, há fluência em suas expressões simbólicas. Porém os sentimentos não são completamente aceitos, pois acredita que revelá-los é sinônimo de vergonha, de anormalidade, ou mesmo pode ser considerado por ela mesma como inaceitável.

Ela parece ter sido muito consolada diante da morte de sua melhor amiga, e ainda o é, por toda sua família e amigos. Porém, isso não parece ser suficiente para que ela supere a dor.

Numa era digital, a Internet mostra como a tecnologia tem mudado a relação com a morte. Ao se manter em funcionamento uma página pessoal de alguém falecido, acaba por ser possível, de certa forma, entrar em contato de forma ilusória com a pessoa morta.

Gradativamente, a cliente passou a experimentar uma nova fase do processo, de maneira mais descontraída, descrevendo sentimentos mais intensos.

A cliente estava em busca de construir uma identidade pessoal ao mesmo tempo em que buscava ampliar sua fluidez experiencial e, como viveu muito tempo com a amiga, sentia dificuldades para vivenciar algumas situações sem ela. Assim, se sentia uma pessoa um tanto vazia, carente de um referencial interno, sem discernimento do seu existir. Sem a presença da amiga que tanto significado trazia ao seu existir, sente-se como se faltasse um pedaço de si mesma. Ninguém poderia preencher o vazio deixado pela amiga.

Dessa forma, passou a experimentar um processo de luto e dele fez surgir um desenvolvimento interior em busca de si mesma e de sua autenticidade. Foi ajudada a atingir uma unidade maior com ela própria, tornando-se mais “congruente”.

Dessa forma, ela se tornou mais aberta e passou a confiar em sua própria experiência - em toda sua complexidade. O objetivo não foi de resolver o problema particular, mas de auxiliá-la a crescer, para que pudesse enfrentar o problema presente, bem como os posteriores, de forma mais integrada, tornando-se mais independente e responsável.

A cliente, em alguns momentos, se sentiu bastante incomodada com o silêncio na sessão, associando o barulho relativo ao vento nas árvores que circundavam o prédio, com o barulho de morte. Mesmo amedrontada com a morte, não se recuou do silêncio para aniquilar com o barulho.

Consideramos ser fundamental a permissão para que ela pudesse expressar seus sentimentos, potencializando a pessoa que é, pronta para uma escolha mais autônoma, resultando em mais produtividade e mais criatividade. Ao longo do processo, em períodos de silêncio bastante significativos, a cliente foi acompanhada pela terapeuta, que cuidou para que ela assumisse responsabilidade na direção de seu próprio processo.

Essa autonomia promovida, por sua vez, trouxe uma liberdade experiencial inesperada à cliente. Do

silêncio puderam emergir muitos sentimentos. Naquele momento, ela encontrou o espaço que lhe faltava para chorar, falar e processar seu luto.

A morte é inevitável, desconfortável e dolorosa. Porém, há, como salienta ROGERS(2001), possibilidades para se buscar uma vida criativa em face do contexto em que as rupturas se instalam, para que as novas mudanças possam ser desenvolvidas. É preciso inaugurar um novo tempo, com novas possibilidades e novas propostas.

Gradualmente, a cliente passou a reconhecer que, apesar de amar aquela pessoa que foi perdida, elas eram diferentes. A queixa inicial que a trouxe à terapia passou a parecer-lhe somente um começo. Os sentimentos passaram, então, a ser melhor analisados e considerados a partir das características diferentes existentes em cada uma – cliente e amiga falecida.

No decorrer do atendimento, emergiu o sentimento de culpa por considerar que superar o luto fosse como se esquecer da amiga falecida. Atribui à incapacidade de sonhar com a amiga uma espécie de vingança por essa traição: viver a própria vida e, em certos momentos, querer afastar-se da dor pela perda.

Em nosso último encontro, um sentimento incômodo tomou conta, pois a separação terapeuta-cliente pareceu-lhe um novo processo de perda a enfrentar, embora estivesse se preparando para o encerramento com antecedência sendo informada com antecedência deparar com um afastamento, que poder.

Mais uma vez ela precisou se deparar com um afastamento significativo, que na compreensão da evolução do processo poderia ser considerado muito benéfico à cliente.

5. Considerações Finais

Devido ao teor da queixa, e por mãe e filha estarem tão sensibilizadas, o início do atendimento foi pleno de sofrimento.

No entanto, quanto mais próximo se tornava o relacionamento terapêutico, melhor fluía o diálogo, e a cliente pôde contar fatos ainda muito dolorosos. O receio da terapeuta em atendê-la, deu lugar a um carinho e respeito enormes por ela, o que também facilitou seu processo de desenvolvimento.

A queixa inicial cedeu lugar a novas vivências, tão importantes quanto as anteriores, e ampliou a compreensão de outras dificuldades que ela enfrentava. A cada semana a cliente parecia estar mais consciente do luto vivido, e procurava se recuperar a cada momento.

Durante o atendimento, a cliente, por sua própria iniciativa, vivenciou uma aproximação do pai. Como morava com a mãe, após a separação, o pai a visitava muito pouco, e não mais estavam conversando.

Sempre assídua no atendimento, vivenciou um processo terapêutico de 3 (três) meses de duração, totalizando 12 (doze) sessões, contando com a triagem.

Como terapeuta tive preocupação pelo fato de vários acontecimentos de sua vida estarem relacionados com a morte. O sofrimento do luto talvez pudesse se neutralizar, naturalizando-se. Felizmente isso não ocorreu e durante as sessões pudemos ver as diferentes escolhas feitas para elaborar o luto pela perda da amiga.

Referências Bibliográficas

HEIDEGGER, M. **Ser e Tempo**. Petrópolis: Vozes, 1995.

KOVÁCS, Maria Júlia. **Morte e Desenvolvimento Humano**. SP: Casa do Psicólogo, 2002.

ROGERS, Carl R. e outros. **Em Busca de Vida: Da Terapia Centrada no Cliente à Abordagem Centrada na pessoa**. São Paulo: Summus Editorial, 1983.

ROGERS, Carl. R. **Tornar-se pessoa**. São Paulo: Martins Fontes, 2001.