

A relação psicoterapêutica na abordagem fenomenológico-existencial

JADIR MACHADO LESSA (*)
ROBERTO NOVAES DE SÁ (**)

A EMERGÊNCIA HISTÓRICA DA PSICOTERAPIA EXISTENCIAL

A Psicoterapia Existencial surgiu no momento histórico em que havia certa insatisfação com relação aos resultados do trabalho proposto por Freud. Embora a Psicanálise tenha sido, em muitos sentidos, revolucionária com relação à tradição psiquiátrica, pouco tempo após seu surgimento os próprios psicanalistas já lhe haviam feito uma série de revisões. May (1988, p. 46) afirma que “seria um erro identificar o movimento existencial em psicoterapia simplesmente como mais um na linha de escolas que derivaram do freudianismo, ou de Jung, Adler e daí por diante”. Esclarece que, em pelo menos dois pontos, o existencialismo difere dessas correntes: primeiro porque não é criação de nenhum líder isolado, tendo se desenvolvido, espontaneamente, em diversas partes da Europa; em segundo lugar, a psicoterapia existencial não se propõe a fazer acréscimo ou revisão da Psicanálise, mas se apresenta como uma outra maneira de conceber e, portanto, de compreender clinicamente o ser humano. Tal maneira prioriza a existência concreta do homem, saindo de concepções

teóricas que são muitas vezes abstratas e distantes da realidade do paciente.

A perspectiva que ainda hoje prevalece para a experiência mediana é a divisão cartesiana sujeito-objeto. A visão de que o sujeito é a mente pensante e o objeto é tudo o mais, inclusive o corpo desse ser pensante, faz com que o indivíduo desvalorize tudo aquilo que não seja dedutível à dimensão racional. Quase todo saber se desenvolve a partir daí. O ideal científico tradicional de buscar a essência de todas as coisas ainda possui seu vigor e, para grande parte da teorização psicológica contemporânea, a essência do homem é vista como consciência interior separada do mundo.

A “orientação da pesquisa existencial na psicanálise”, escreveu Ludwig Binswanger (1956, p. 144, apud May, 1988, p. 40), “surgiu da insatisfação com os esforços predominantes para se obter conhecimento científico na psiquiatria”. Para ele, a psicologia e a psicoterapia, como ciências, não devem se dedicar apenas ao homem mentalmente doente, mas sim ao fenômeno humano como um todo. Binswanger reconhece que devemos a Heidegger essa nova compreensão a respeito do homem, particularmente, à sua análise da existência humana, que tem por base a idéia de que o homem não pode mais ser compreendido em termos de alguma objetivação, seja biológica, psicológica ou sociológica. Para Heidegger (2001, p. 33) “o existir humano nunca é um objeto simplesmente dado em algum lugar, muito menos encapsulado em si mesmo. A existência

(*) Presidente da Sociedade de Análise Existencial e Psicomaiêutica – SAEP, Brasil.

(**) Universidade Federal Fluminense, Brasil.

significa apenas a abertura originária de sentido na qual podem vir à luz os entes enquanto tais”.

A Psicoterapia Existencial surgiu na tentativa de responder a algumas questões que os psicoterapeutas se faziam na primeira metade do século XX. Um bom exemplo são as perguntas formuladas por May:

“Como podemos estar certos de que nosso sistema, admirável e lindamente lavrado como deve ser a princípio, será de alguma utilidade para aquele específico Sr. Jones, uma realidade viva e imediata sentada à nossa frente na sala do consultório? Essa pessoa em particular não poderia estar precisando de um outro sistema, um outro quadro de referência bem diferente? Quando o José da Silva entra no meu consultório, estou tendo acesso a ele, ou estou formulando teorias sobre ele e apenas mergulhando junto com ele no mundo da imaginação?” (May, 1988, p. 39)

Essas eram as questões em pauta para os psicoterapeutas nesse momento histórico. A grande preocupação deles era saber como se pode ter acesso à realidade existencial do paciente, já que as teorias eram muito ricas em dizer como era a sua realidade essencial, mas antes dele existir concreta e temporalmente como ser-no-mundo. Os psicoterapeutas de orientação científico-naturalista procuravam, muitas vezes, encaixar as pessoas na teoria, ao invés de voltar-se para uma descrição fenomenológica da existência singular. Essas tentativas de enquadrar os pacientes nos modelos teóricos eram pródigas em explicações do sofrimento, mas quase sempre estereis no sentido de propiciar relações terapêuticas que promovessem transformações existenciais efetivas.

A Psicoterapia Existencial funda-se no “cuidado”, enquanto “ser-no-mundo-com-o-outro”, e não em interpretações apriorísticas ou explicações causais sobre a realidade vivencial do paciente. Se há alguma interpretação, ela deve ser fruto da elaboração temática de uma existência que se explicita enquanto projeto. O psicoterapeuta remete o indivíduo a si, estimulando-o a reconhecer sua impessoalidade e a questionar-se no sentido de encontrar suas próprias respostas para as questões que a vida lhe apresenta. O objetivo da psicoterapia não é enquadrar o paciente em padrões morais ou em modelos teóricos, mas buscar compreender as possibilidades singulares de existir de cada um, tal como ele as experimenta

em suas relações com as pessoas e coisas que lhe vêm ao encontro no mundo.

Autores importantes, tanto do existencialismo quanto da fenomenologia, falaram sobre o tema do encontro, como Martin Buber, Levinas, Paul Ricoeur e outros. No entanto, para os objetivos da presente reflexão, nos limitaremos à apresentação de algumas idéias diretrizes sobre o conceito de encontro afetivo apresentadas pela psicologia de Rollo May e a filosofia de Martin Heidegger.

A NOÇÃO DE ENCONTRO AFETIVO NA PSICOTERAPIA FENOMENOLÓGICO-EXISTENCIAL

May (1976, p. 19) afirma que “encontro é uma expressão de ser” e refere-se especificamente ao encontro que acontece na hora terapêutica, quando “estabelece-se um relacionamento total entre duas pessoas, que envolve certo número de diferentes níveis”. Enumera quatro níveis que constituem o encontro, a saber:

Um nível é aquele das pessoas reais: alegrome de ver meu paciente (minha reação variando em diferentes dias e dependendo principalmente da quantidade de horas que dormi na noite anterior). Nosso encontro suaviza a solidão física, da qual todos os seres humanos são herdeiros. Outro nível é aquele de amigos; acreditamos – porque já vimos um bocado, um do outro – que o outro tem algum interesse genuíno em escutar e entender. Um terceiro nível é sentido como erótico – que deve ser aceito pelo terapeuta se ele pretende ouvir compreensivamente e também se ele pretende valer-se desse recurso dinâmico para a mudança¹. Um quarto nível é o da estima, a capacidade que está inerente nas relações interpessoais por precaução autotranscendente pelo bem estar do outro. Todos esses constituem um relacionamento real, cuja distorção é a transferência. (*ibidem*, pp. 19-20)

¹ Emprega-se “erótico” aqui no sentido geral, em que todos os tipos de relacionamento e coisas possuem uma tônica sexual – cinema, livros, e assim por diante. Naturalmente, não tem efeito na terapia, mas é mantido como parte da transferência. (nota do autor da obra citada)

May (1988) faz uma análise comparativa dos modos do psicoterapeuta se relacionar com o paciente. Particularmente esclarece a diferença entre a relação transferencial proposta por Freud e a relação de contato ou de encontro praticada pela psicoterapia existencial. Nesse sentido, afirma (1988, p. 21) que “o que falta é o conceito de contato, dentro do qual, e somente dentro do qual, a transferência tem significado genuíno. A transferência deve ser entendida como a distorção do contato”. Diz isso porque acredita que “jamais houve alguma norma a respeito do contato humano na psicanálise e nenhum espaço adequado para o relacionamento mútuo”. Na noção de transferência não se valoriza tanto o contato, mas sim o aspecto individual da fantasia que determinado indivíduo tem do outro, o que caracteriza mais uma posição solipsista do que uma experiência relacional. Na transferência lhe parece que a prioridade, na relação com o outro, não é o encontro ou o contato com a alteridade e sim a projeção no outro de padrões arcaicos ou da fantasia de padrões estabelecidos na infância. Explica que, para esse conceito de transferência, os contatos considerados importantes e significativos seriam apenas aqueles que se deram na infância, onde tais padrões foram se constituindo e que o principal objetivo da relação transferencial seria identificar e trabalhar o aparecimento da repetição desses padrões, quando projetados no psicoterapeuta. A perspectiva existencial valoriza o encontro no aqui-agora, onde o outro comparece com sua alteridade própria, afetando e sendo afetado, e não apenas enquanto uma representação. Com essa afirmação não se quer dizer que no contato não haja sempre elementos de impessoalidade e inautenticidade, mas sim que as chamadas “projeções” e “transferências” aparecem apenas como aspectos componentes do contato e não como sua dimensão essencial para a psicoterapia. Quando May afirma que o que falta é o conceito de contato, refere-se a uma esfera maior do campo da experiência relacional que inclui todas as afecções geradas no encontro com a alteridade do outro, tanto as genuínas quanto as “transferenciais”. Esses afetos, apesar de sempre aparecerem no aqui e no agora, tanto podem ser “próprios”, no sentido de constituírem a experiência que Heidegger denominou de “autenticidade”, quanto podem ser meras repetições de padrões impessoais.

A importância clínica da relação afetiva foi reconhecida por Freud e é comprovada diariamente por todos que vivem a experiência da psicoterapia.

Denominá-la, no entanto, como “transferência”, só faz sentido a partir de uma compreensão que se baseia nas noções de “causalidade” e “subjetividade intra-psíquica”. Isto é, a história de vida é vista como uma seqüência causal de acontecimentos em que o anterior determina o posterior e as representações estabelecidas no interior do sujeito por esses eventos determinantes é transferida e projetada posteriormente sobre um outro objeto. Esse objeto da transferência, no caso o terapeuta, enquanto ente cujo modo de ser é entendido como simplesmente dado, nada tem a ver obrigatoriamente com as representações e afetos que a ele se transferem.

De uma perspectiva fenomenológico-existencial, colocam-se os seguintes questionamentos: existe sempre uma situação histórica determinante e determinável que seja transferida para outras situações? Existe algum suporte neutro para onde as representações são transferidas, isto é, há algum objeto simplesmente dado cujo sentido seja anterior a toda relação e, portanto, não seja transferido? Segundo Heidegger (1987, p. 210):

“A situação (*Befindlichkeit*) ou disposição (*Gestimmtheit*) é um caráter fundamental do Ser-aí (*Dasein*) e pertence a todo e qualquer comportamento. Cada comportamento já é sempre em princípio orientado, por isso não faz nenhum sentido falar de ‘transferência’ (*Übertragung*). Não é necessário ocorrer nenhuma transferência, porque a respectiva disposição, a partir da qual e em relação a qual, somente, tudo que vem ao encontro pode mostrar-se, já está sempre lá. Como parte da respectiva disposição, um ser humano que vem ao encontro de outro mostra-se, também, relacionado a esta ‘abertura’ (*Entschlossenheit*).”

O Ser-aí como “abertura” já está sempre numa pré-compreensão do ser dos entes. Não se trata de uma mera compreensão teórica, neutra do ponto de vista afetivo. A pré-compreensão em que a existência já sempre se encontra é intrinsecamente orientada por uma “disposição”. A disposição, neste sentido, não é um fenômeno psicológico, mas, antes, o existencial a partir do qual é possível qualquer variação psíquica dos afetos ou “estados de ânimo”. “A disposição coloca o Ser-aí diante do fato de seu ‘aí’ (*Da*) que, como tal, se lhe impõe como enigma inexorável”. (Heidegger, 1989, p. 190)

A colocação do fenômeno observado por Freud

em sua prática clínica, o estabelecimento de uma relação afetiva entre cliente e terapeuta, sob esta perspectiva fenomenológica em nada diminui sua importância terapêutica, apenas lhe fornece uma base mais simples e rigorosa que permite apreendê-lo em toda sua abrangência, sem construções metapsicológicas complexas e arbitrárias. É pela tematização e apropriação da pré-compreensão já sempre “disposta” em que se encontra, que o cliente amplia sua liberdade de correspondência aos diversos envios que lhe vêm ao encontro no mundo.

A RELAÇÃO TERAPÊUTICA E O “SER-NO-MUNDO-COM-O-OUTRO”

A compreensão que temos do outro já é sempre uma dimensão intrínseca do nosso modo de “ser-com-o-outro”. Isso não se aplica menos para a relação terapêutica do que para qualquer outra forma de relacionamento. O “ser-com”, por sua vez, entendido como ser ontologicamente junto aos outros homens, é inerente à constituição fundamental da existência como “ser-no-mundo”. Assim como a partir do mundo, enquanto horizonte de sentido, as coisas nos vêm ao encontro numa rede de referências que lhes dão significados, também os outros nos vêm ao encontro a partir de um contexto específico de sentidos.

Heidegger (1989, pp. 168-169) nos dá o exemplo do mundo do artesão, no qual o mesmo horizonte de referência que revela as coisas como “matéria prima”, “instrumento” ou “obra”, faz vir ao encontro o outro como “produtor”, “fornecedor” ou “usuário”. Diz ele:

“Os outros que assim ‘vêm ao encontro’, no conjunto instrumental à mão no mundo circundante, não são algo acrescentado pelo pensamento a uma coisa já antes simplesmente dada. Todas essas coisas vêm ao encontro a partir do mundo em que elas estão à mão para os outros. Este mundo já é sempre previamente o meu”.

Do mesmo modo, podemos dizer que no mundo do terapeuta, em seu modo cotidiano e mediano, o outro vem ao encontro no âmbito de certas referências dominantes que tendem a encobrir qualquer surpresa ou estranhamento. O outro já é sempre previamente dado como “cliente”, “paciente”, “doente”, subjetividade intra-psíquica a ser conhecida em

sua determinação estrutural. Como em qualquer outra área de “ocupação”, também o contexto mediano da psicoterapia tende a ser, na maior parte das vezes, dominado por modos indiferentes de convivência, isto é, modos em que a identidade e a alteridade radicais em jogo no “ser-com” são encobertas pelo encontro do outro como ente (sujeito) simplesmente dado.

Heidegger distingue dois modos básicos do “cuidado” (*Sorge*), a essência relacional da existência humana: por “ocupação” (*Besorgen*), nomeia ele o “cuidado” para com os entes intramundanos cujo modo de ser revela-se a partir da utilidade instrumental, como vimos a pouco no exemplo do artesão; já por “preocupação” (*Fürsorge*), designa ele o “cuidado” para com os outros homens. A “preocupação” funda-se na constituição essencial da existência enquanto “ser-com”.

O modo cotidiano e mediano da “preocupação” com os outros é a indiferença, a ausência de surpresa e a evidência, que também caracterizam a “ocupação” com as coisas enquanto instrumentos à mão. Além da “indiferença”, Heidegger fala em duas outras possibilidades da “preocupação” que são de extrema importância para a reflexão clínica. A primeira diz respeito ao modo de “preocupação” que “substitui” (*einspringt*) o outro assumindo suas “ocupações” para liberá-lo delas ou devolvê-las posteriormente como algo já pronto. “Nessa preocupação, o outro pode tornar-se dependente e dominado mesmo que esse domínio seja silencioso e permaneça encoberto para o dominado” (1989, p. 174). Cremos ser esse um modo bastante comum do “cuidado” nas formas de terapia que possuem ou aspiram a uma teoria e uma técnica que dêem conta do existir humano.

O segundo modo da “preocupação” que Heidegger menciona é aquele que se “antepõe” (*vorausspringt*) ao outro não para substituí-lo, mas para pô-lo diante de suas próprias possibilidades existenciais de ser. “Essa preocupação que, em sua essência, diz respeito ao cuidado propriamente dito, ou seja, à existência do outro e não a uma coisa de que se ocupa, ajuda o outro a tornar-se, em seu cuidado, transparente a si mesmo e livre para ele” (*idem*). No âmbito da clínica, portanto, a “anteposição” seria o modo do “ser-com” em que o terapeuta deixa-se apropriar enquanto abertura dialogante para a manifestação das possibilidades próprias do outro. Heidegger diz que esses dois modos da “preocupação”, a “substituição” e a

“anteposição”, são duas possibilidades limites da “preocupação” não indiferente, na convivência cotidiana se dão sempre formas mistas.

Assim como a “ocupação” com as coisas, enquanto entes simplesmente dados à mão, é guiada por uma “circunvisão” (*Umsicht*), em que se articulam material, instrumento, obra e usuário, também a “preocupação” orienta-se por uma compreensão prévia, a partir da qual o outro se dá como co-presente no mundo. Esses modos de ver, previamente constitutivos da “preocupação”, Heidegger denomina como “consideração” (*Rücksicht*) e “tolerância” (*Nachsicht*). De acordo com o Prof. Carneiro Leão, em suas notas explicativas à tradução brasileira de *Ser e Tempo* (p. 314), a “consideração” “indica uma maneira de ver, que leva em conta a diferença e a importância de tudo com que se lida...” e a “tolerância” “exprime o empenho de correr atrás, aceitando as tensões, os limites e as características diferenciais das situações e modos de ser”. Devemos salientar, entretanto, que ambas apresentam-se também nos modos deficientes da “preocupação”, na forma de “desconsideração” e de “tolerância indiferente”.

A convivência, em qualquer um de seus modos, nunca é, para a perspectiva fenomenológica, o encontro *a posteriori* de sujeitos isolados definidos a partir de si mesmos. O “ser-com” é uma dimensão ontológica constitutiva da existência humana enquanto tal. Cada homem já é sempre “no-mundo-com-o-outro” e o modo mais próprio de ser “si-mesmo” não exclui, mas implica obrigatoriamente algum modo específico de “ser-com”. O problema da compreensão do outro não se reduz, portanto, a uma questão de metodologias e técnicas, ao contrário, essas somente são possíveis enquanto desdobramento temático da pré-compreensão do outro em que já sempre se encontra o terapeuta segundo seu modo de “ser-no-mundo-com-o-outro”. Tal concepção é essencial para a psicoterapia, pois desloca a questão da verdade na clínica de um âmbito epistemológico, das teorias e das técnicas, para aquele da existência, em que está sempre em jogo o próprio ser do homem, propiciando ao cuidado terapêutico uma possibilidade de fundamentação ontológica que não provém nem

da teorização científica abstrata, nem de uma concepção humanista, subjetivista e sentimental.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Heidegger, M. (1987). *Zollikoner Seminare*. Frankfurt am Main: Vittorio Klostermann.
Heidegger, M. (1989). *Ser e Tempo*, Vol. 1. Petrópolis, RJ: Vozes.
May, R. (1976). *Psicoterapia Existencial*. Porto Alegre: Editora Globo.
May, R. (1977). *Existencia*. Madrid: Editorial Gredos.
May, R. (1988). *A Descoberta do Ser*. Rio de Janeiro: Editora Rocco.

RESUMO

Este artigo mostra como, desde sua emergência histórica, a psicoterapia de base fenomenológico-existencial tem como preocupação central a compreensão da existência concreta, em oposição as explicações teóricas abstratas de inspiração científico natural. Como consequência, a relação terapêutica jamais se reduz a um encontro técnico entre especialista e cliente, enquanto subjetividades isoladas, mas deve ser vista como a dimensão mais essencial da clínica e elaborada tematicamente como um modo específico de encontro existencial, fundado, enquanto possibilidade ôntica, na estrutura existencial-ontológica denominada por Heidegger como “ser-no-mundo-com-o-outro”.

Palavras-chave: Heidegger, psicoterapia, Rollo May, ser-no-mundo-com-o-outro.

ABSTRACT

The on going paper argues that phenomenological-existential approach to psychotherapy has, from its historical origins, a central preoccupation with concrete existence, in opposition to abstract theoretical explanations of natural scientific inspiration. The therapeutic relation, as a consequence, is never understood like a technical meeting between a specialist and his client, as inner subjectivities. It must be seen as the essential dimension of psychotherapy and thematically conceived like a specific way of existential encounter based, as ontical possibility, on the existential-ontological structure called by Heidegger as “being-in-the-world-with-others”.

Key words: Heidegger, psychotherapy, Rollo May, being-in-the-world-with-others.